

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ПО ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ
ДЕТЕЙ С АУТИСТИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ,
РАЗРАБОТАННЫЕ В РАМКАХ ОТРАСЛЕВОЙ НАУКИ ПО ТЕМЕ:
«НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
ДЕТЯМ С АУТИСТИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ»**

Автор:

**Ковалец И.В. – старший научный сотрудник лаборатории
специального образования Национального института образования,
кандидат педагогических наук, доцент**

2012 год

Основные направления коррекционной работы по эмоциональному развитию детей

На современном этапе помимо задач когнитивного развития особую актуальность приобретает эмоционально-личностное развитие детей с психофизическими нарушениями и адаптация их к жизни в обществе. Учеными доказано, что важнейшим средством передачи детям социально значимых ценностей является пробуждение в них адекватных эмоциональных переживаний. «Господство эмоциональной сферы» определяет психическое своеобразие детства и, «прежде чем сообщить то или иное знание, учитель должен вызвать соответствующую эмоцию ученика, позаботиться о том, чтобы эта эмоция связалась с новым знанием» (Л.С. Выготский, 1960).

Среди детей с особенностями психофизического развития, испытывающих потребности в коррекционно-педагогической помощи, особо выделяют детей с аутистическими нарушениями. При аутизме у детей наблюдается преимущественное искажение эмоционально-волевой сферы, в основе которого лежит выраженное снижение порогов аффективного дискомфорта, господство отрицательных переживаний, состояния тревоги, страха перед окружающим (В.В. Лебединский, О.С. Никольская, 1990). Наблюдается неравномерное развитие основных функциональных сфер, что усложняет деятельность педагогов по определению отправной возрастной точки коррекции. Как отмечает С.С. Морозова (2001), «ребенок с аутизмом в возрасте 5 лет по своему эмоциональному развитию может находиться на уровне двух-трех месяцев, по речевому развитию - на уровне года, по развитию зрительного восприятия – на уровне 4 лет, по развитию моторики – на уровне 3 лет».

Детям данной категории присущи разнообразные страхи, неадекватность поведения, негативизм, агрессивность, уход от общения даже с близкими людьми, отсутствие интереса и понимания окружающего мира. Основной проблемой становится трудность организации положительной коммуникации с таким ребенком, поскольку он проявляет повышенную «эмоциональную холодность». Наблюдается выраженная эмоциональная незрелость ребенка, поэтому в работе нужно адекватно оценивать его реальный «эмоциональный» возраст, который может быть значительно меньше реального биологического возраста. У ребенка отсутствует адекватное эмоциональное реагирование в различных ситуациях в связи с неумением различать эмоциональные состояния окружающих по их проявлениям (мимике, жестам, движениям). За внешними эмоциональными проявлениями дети не умеют угадывать смысл поведенческих реакций окружающих и реагировать в соответствии с этим смыслом.

Степень выраженности аутизма может быть разнообразной: от наиболее тяжелых случаев (детей 1-й группы аутизма) до более легких вариантов искаженного развития

эмоциональной сферы (дети 4-й группы аутизма по классификации О.С. Никольской). Но в любом случае искажение эмоционального развития сказывается на поведении, на умении его регулировать, что в конечном итоге затрудняет развитие форм самостоятельной жизнедеятельности, адаптации детей (Н.Я. Семаго, М.М.Семаго, 2000). Исследователями (К.С. Лебединской, О.С.Никольской, Е.Р. Баенской, М.М. Либлинг и др.) подчеркивается необходимость коррекционной помощи детям с аутизмом, важной составляющей которой является работа по эмоциональному развитию, проводимая систематически, терпеливо и постепенно. Помочь ребенку научиться осознавать и распознавать собственные переживания, а также эмоции окружающих может взрослый (учитель-дефектолог, педагог- психолог, воспитатель, родители).

Недостатки эмоционального развития детей могут проявляться как:

- эмоциональная незрелость, неспособность выбрать поведение, соответствующее актуальным переживаниям, перестроить свое поведение и изменить качество, интенсивность выражения эмоций в зависимости от изменившейся ситуации;

- эмоциональная заторможенность или эмоциональная подвижность, часто провоцирующая возникновение и закрепление отрицательных черт характера, таких как безынициативность, мрачность, подавленность или упрямство, вредность, агрессивность;

- отсутствие или обилие страхов, их устойчивость и необоснованность, что свидетельствует о ранимости, незащитности и уязвимости детей;

- неадекватность и бедность выразительного эмоционального реагирования, что в ряде случаев сопровождается отсутствием чувства привязанности, нежности, любви в ответ на аналогичные чувства родителей (воспитателей, сверстников) (М.Э. Вайнер, 2006).

Особое практическое значение имеет положение о том, что единственным видом деятельности, определяющим развитие детских чувств, является чувственно-предметная деятельность, осуществляемая ребенком совместно и в процессе общения со взрослым. Исследователями предложено ввести понятие «эмоциональная коррекция», которое сходно с понятием «когнитивная коррекция» (А.В. Запорожец). В процессе развития меняется место эмоций во временной структуре деятельности: происходит сдвиг аффекта от конца к началу деятельности. Эмоции начинают регулировать общую направленность и динамику деятельности, приводят последнюю в соответствие со смыслом ситуации и производимых в ней действий для субъекта. Изложенные положения позволяют прогнозировать направления работы по коррекции эмоций. С учетом теоретического анализа и материалов исследования нами разработаны методические рекомендации по эмоциональному развитию детей с аутистическими нарушениями.

Главное направление развития эмоциональной сферы у ребенка вообще – это появление способности управлять эмоциями, т.е. произвольность поведения. В норме, поведение постепенно становится волевым (В.М.Башина, 2000). При этом важно развивать эмоциональный мир ребенка, учить его понимать эмоции, различать их, развивать способность регулировать свои эмоции и их внешние проявления. Необходимо воспитывать у ребенка социально приемлемый стиль переживания эмоций, поскольку неумение правильно выразить свои чувства и адекватно проявить их через жесты и мимику часто является причиной затруднения общения ребенка с другими детьми и взрослыми. Непонимание ребенком другого человека может служить причиной отчужденности, враждебности, появления страха. И наоборот, лучшее понимание эмоционального состояния других людей приводит к возникновению чувства симпатии, уважения и сопереживания, что является непременным условием полноценного общения. Как отмечал С.Л. Рубинштейн, «...эмоции не развиваются сами по себе, ...основная задача заключается в том, чтобы надлежащим образом их направить. Это большая по своему жизненному значению проблема». На решение этой задачи и направлена коррекционная работа с детьми, имеющими проблемы в эмоциональном развитии. Работа педагогов, психологов нацелена на изменения эмоционального состояния ребенка. Коррекция направляется, прежде всего, на нейтрализацию негативных состояний, преодоление напряжения, неуверенности в своих силах, повышенной тревожности, а также отрицательных форм поведения, влечений, агрессии. Одной из главных задач является опора на сохранные резервы аффективной сферы.

Коррекционная работа ведется поэтапно, но первостепенной задачей является установление эмоционального контакта с ребенком, устранение негативного воздействия среды. При установлении контакта нельзя предъявлять противоречивые требования, исходящие из разных источников, неадекватные требования, несоответствующие возможностям ребенка. Исключается давление, в случае отрицательной реакции, и прямое обращение. Контакт устанавливается в рамках положительной эмоциональной реакции, проявления интереса и активности самого ребенка.

Для осуществления коррекционной работы по эмоциональному развитию *детей с аутистическими нарушениями рекомендуется учитывать следующие условия:*

1. Изучение эмоциональных состояний ребенка, наблюдение за проявлениями эмоций (эмоциональными реакциями, выразительными движениями, вазомоторными реакциями). Особое внимание уделяется внешним поведенческим реакциям, таким как наличие стереотипов, неадекватных действий, раздражительности, агрессивности. Изучению ребенка помогают беседы с педагогами и родителями, тестовые задания. С

детьми можно использовать игрушки, картинки с разными модальностями эмоций, сюжетные картинки, передающие и вызывающие эмоциональное реагирование, игры.

2. Установление положительного эмоционального контакта с ребенком, что осуществляется в процессе пролонгированной совместной работы, направленной на привлечение его внимания, преодоление сенсорного и эмоционального дискомфорта, отрицательных эмоций. Этому способствует: устранение в окружении того, что мешает ребенку выделять существенное, главное; условия для спокойного и доверительного общения; специально подобранные игрушки, книги; совместная работа педагогов, родителей и ребенка.

3. Создание положительной эмоциогенной среды на основе актуализации положительных эмоциональных состояний, что предполагает: выделение средств, видов деятельности, создающих положительный эмоциональный фон на занятиях; индивидуализации проводимой работы с учетом глубины нарушения конкретного ребенка, восприятия им одобрения или неодобрения взрослого; обеспечение позитивного эмоционального фона коррекционно-педагогической помощи на основе использования приемов *аттракции* (от лат. *attrahere* – привлекать, притягивать), т.е. формирования дружеских чувств, симпатий, привлекательности одного человека для другого, и *фасилитации* (от англ. *facilitate* – облегчать, помогать), т.е. способов поддерживающего и помогающего обучения.

4. Обогащение эмоционального опыта, стимулирование эмоционального развития ребенка. Этому способствует развитие умений понимать эмоциональные состояния, распознавать проявляющиеся эмоции; анализ причин, порождающих определенные эмоциональные состояния; анализ собственного эмоционального состояния ребенка; преодоление эмоциональной напряженности, уменьшение тревожности, страха.

5. Организация специальных коррекционных занятий, направленных на снятия напряжения, обучение выразительным движениям — «азбуке эмоций» и имитации различных эмоциональных состояний, способствующих постепенному изменению, развитию различных сторон психики ребенка.

6. Применение эмоционально насыщенных педагогических средств, обеспечивающих продуцирование положительных эмоций (создание ситуации успеха, поощрения и одобрения, использование музыкального сопровождения, эмоциональных игр и т.д.).

7. Развитие рефлексии ребенка, т.е. осознания собственных эмоциональных состояний и развитие контроля над отрицательными эмоциями.

8. Формирование (по возможности) навыков психологической защиты, в том числе саногенного мышления, которые помогают противостоять воздействию различных отрицательных эмоциональных факторов. Обучение детей эмоционально правильному реагированию на положительные стимулы и умениям защищаться от воздействия отрицательных моментов.

Спецификой организации коррекционной помощи по развитию эмоциональной сферы детей с аутистическими нарушениями является то, что она осуществляется последовательно по трем этапам, на которых реализовываются определенные задачи. *На первом этапе* устанавливается эмоциональный контакт, выделяются привлекательные для ребенка предметы и способы деятельности. Ребенок включается во взаимодействие посредством актуализации рефлексивных начал на основе имеющегося жизненного опыта, педагог выступает в качестве фасилитатора. *На втором этапе* включение ребенка во взаимодействие достигается посредством приобщения его к игровой деятельности, преодолеваются (по возможности) страхи и навязчивые действия. *На третьем этапе* осуществляется коррекция и развитие эмоциональной сферы: фиксируется внимание ребенка на эмоциональных состояниях других людей; формируются умения распознавать эмоции, эмоциональную мимику и движения; уточняется понимание собственных эмоций; развиваются умения релаксации. Индивидуализация, визуализация, постепенность определяют характер обучения.

Информационный поиск показывает, что эмоции и мышление тесно связаны между собой (Изард К.Э., 2000; Рубинштейн С. Л., 2000 и др.). И в настоящее время исследователи предлагают ввести новое понятие - «эмоциональный интеллект» (Монина Г.Б., Лютова–Робертс Е.К., 2005).

Теорию «эмоционального интеллекта» разрабатывают психологи Питер Саловей и Джек Майер (Salovey P., Mayer J, 1990). По их мнению, эмоциональный интеллект — это способность понимать и распознавать собственные эмоции и эмоции других людей, с тем чтобы управлять ими в различных жизненных ситуациях и во взаимоотношениях с другими людьми. Ученые выделяют 4 основных аспекта данного понятия, каждый из которых, в свою очередь, включает определенные способности.

1. Восприятие эмоций:

- способность распознавать свои эмоции;
- способность распознавать эмоции других людей (в процессе непосредственного общения, в литературных произведениях и фильмах);
- способность точно выражать эмоции и эмоциональные потребности;
- способность находить различия между искренним и неискренним проявлением

эмоции.

2. Использование эмоций для улучшения мышления:

- способность включать эмоции при выполнении мыслительных операций;
- способность использовать эмоции для лучшего запоминания и принятия решений;
- способность использовать изменения настроения, чтобы оценивать различные точки зрения;
- способность применять эмоции в процессе создания чего-либо
- нового.

3. Понимание эмоций:

- способность понимать, как одна эмоция может быть связана с другой;
- способность осознавать, что вызвало данные эмоции и что может за этим последовать;
- способность понимать возможность одновременного проявления различных эмоций;
- способность понимать, как одна эмоция может повлиять на другую.

4. Управление эмоциями:

- способность быть открытым, эмоциональным проявлениям как положительным, так и отрицательным;
- способность исследовать причины появления определенных эмоций;
- способность вызывать определенные эмоциональные состояния, продлевать их и выходить из них;
- способность управлять своими эмоциями; способность помогать другим справляться с их эмоциями.

Любая деятельность, связанная с общением между людьми, потребует от ребенка особых навыков взаимодействия и будет сопряжена с необходимостью контролировать собственные слова и поступки. Так эмоциональный интеллект напрямую влияет на качество социально-эмоционального развития личности. Поэтому выделенные аспекты эмоционального интеллекта находят свое отражение в коррекционно-развивающей работе по эмоциональному развитию ребенка с аутизмом.

Путь педагогического воздействия на эмоциональное развитие ребенка подсказывает системная организация психики человека, отражающая функционирование организма человека как единой, целостной системы. Изучение эмоций обнаруживает связь эмоциональной, сенсорной и моторной сфер в психофизиологической организации человека (Хвойницкая В.Ч., 2005) Педагог может попытаться повлиять на малопроизвольные эмоциональные функции через такие подвластные контролю и управлению извне функции, как сенсорика и моторика. Это объясняет использование в

системе работы по социально-эмоциональному воспитанию заданий, способствующих полисенсорному и кинетическому восприятию. Активизируют эмоциональную сферу и кинетические ощущения, актуальны мимические упражнения, способствующие невербальному общению и облегчающие понимание характера эмоциональных переживаний других людей.

Исследователи отмечают, что мышечная деятельность тоже связана с эмоциональной сферой, а мышечное напряжение является внешним проявлением отрицательных эмоций (страха, гнева и др.). Соответственно, расслабление мышц — это внешний показатель положительных эмоций, состояния общего покоя, уравновешенности, удовлетворенности (Беляев Г. С., Лобзин В. С., Копылова И. А., 1997). Расслабление мышц (релаксация) имеет двойное физиологическое значение, так как является как самостоятельным фактором снижения эмоциональной напряженности, так и вспомогательным фактором подготовки условий для переходного состояния от бодрствования ко сну. Релаксационные упражнения помогают тренировать подвижность основных нервных процессов, они особенно полезны нерешительным, тревожно-мнительным, склонным к длительным переживаниям людям. Для того чтобы перейти в состояние физического и душевного покоя, достаточно регулярно выполнять упражнения для кистей рук и мышц лица. Навыками релаксации необходимо владеть всем педагогам, поскольку такие упражнения не отнимают много времени, а пользу в плане социально-эмоционального развития оказывают значительную как детям, так и самим взрослым.

Для повышения эффективности релаксационных упражнений на занятиях по эмоциональному развитию рекомендуется выполнять следующие правила (Монина Г.Б., Лютова–Робертс Е.К., 2005):

1. Перед расслаблением необходимо напрячь мышцы.
2. Напряжение выполняется плавно, постепенно, а расслабление — быстро, чтобы почувствовать контраст.
3. Напряжение осуществляется на вдохе, а расслабление — на выдохе.

Таким образом, алгоритм релаксации мышц предполагается следующий:

- вдох — медленное напряжение мышц;
- небольшая задержка дыхания — максимальный уровень напряжения;
- выдох — расслабление мышцы или группы мышц.

При коррекционной работе по эмоциональному развитию педагог помогает ребенку ощутить эмоциональную стабильность и возможность контроля над эмоциями. Для этого все неосознаваемые или подавляемые эмоции и чувства проживаются и анализируются вместе с ребенком. Это длительный процесс, нуждающийся в

многократном повторении и закреплении на разных занятиях или уроках с участием учителей-дефектологов, воспитателей и других взрослых, непосредственно общающихся с ребенком. При этом взрослый помогает ребенку проанализировать свои чувства, мысли, поступки в их взаимодействии, развивая таким образом у него ответственность за свое поведение; помогает найти адекватные способы проявления тех или иных переживаний. Важно, что эти способы проявления чувств, эмоций, с одной стороны, будут отражать личностные качества ребенка и помогут ему освободиться от тревожности, эмоционального напряжения, а с другой - они не должны травмировать окружающих, а наоборот, способствовать более позитивной коммуникации и социализации ребенка.

На занятиях по эмоциональному развитию педагоги помогают детям с аутизмом учиться строить свои взаимоотношения со сверстниками и взрослыми на взаимной любви и уважении. Мальчики учатся с вниманием относиться к девочкам, проявлять о них заботу, защищать. Девочки учатся прислушиваться к мнению мальчиков, заботиться о них. Во всех возрастных группах дети учатся оценивать свои поступки. Воспитывается умение относиться к окружающим людям с любовью, сопереживанием, с радостью оказывать помощь, проявлять поддержку и терпимость в совместной деятельности со сверстниками. Дети обучаются этикетным формам общения на эмоциональной основе (здороваться, прощаться, благодарить за помощь, культурно разговаривать, прилично вести себя в общественных местах). Обучаются также и навыкам релаксации, которые позволят повысить детскую эмоциональную устойчивость. А в старших классах обязательно проводится работа по формированию адекватной самооценки.

Наличие у детей адекватной самооценки способствует успешной адаптации детей. Однако это достаточно проблематично относительно детей с особенностями развития, особенно детей с аутизмом. Дети с аутизмом 2 и 4 групп по классификации О.С.Никольской, обладают особой чувствительностью к оценке их деятельности со стороны взрослых, матерей, что требует пристального педагогического внимания к этой стороне их развития. По мнению некоторых исследователей, причинами жизненных неудач детей служат недостаток любви и неадекватная самооценка. Для поступательного развития любого ребенка потребность в любви должна удовлетворяться не только в семье, но и в школе. Недостаток любви и признания рано или поздно приводит либо к заниженной, либо к конфликтной самооценке. Убежденность личности в собственной ценности дает возможность для более полной ее реализации. Самооценка не только проявление эмоциональной сферы личности, ее характеристики воздействуют на эмоциональное благополучие человека. Помогая развивать адекватную самооценку, педагоги тем самым осуществляют коррекционное воздействие на эмоциональную сферу

детей. Работа в этом направлении ведется постоянно, на каждом занятии. Занятия, направленные на развитие позитивного мышления, необходимы для развития у детей умения адекватно воспринимать свои достоинства, гордиться ими, адекватно относиться к другим детям своего окружения. Содержание занятий по самооценке направлено на поддержку в учениках следующего:

- более позитивных мыслей и чувств о самом себе;
- симпатии к себе;
- способности относиться к себе с юмором;
- чувства гордости собой как человеком;
- точных знаний о собственных достоинствах и недостатках. (Маханько

А.М., Иванюк Н.А., 2004)

Исходя из вышесказанного, можно определить основную **цель** работы по эмоциональному развитию детей – развитие эмоционального интеллекта. К **задачам** этой работы относятся формирование умений правильно воспринимать и понимать свои эмоциональные реакции и эмоциональные реакции других людей, проявлять адекватные эмоции в различных ситуациях, формирование умений управлять эмоциями и регулировать свое поведение с тем, чтобы в дальнейшем ребенок мог правильно строить свои взаимоотношения с окружающими, развитие адекватной самооценки.

В процессе коррекционной работы по эмоциональному развитию детей с аутистическими нарушениями используются как реальные, так и специально созданные ситуации общения, стимулирующие детскую активность. Вся работа проводится поступательно, вначале предлагаются готовые образцы поведенческих и эмоциональных реакций, усваивая которые ребенок постепенно научается правильно реагировать в определенных ситуациях. Воспитывается социально приемлемый стиль переживания эмоций. Основными формами обучения могут быть наблюдения, прогулки, задания как подражательно-исполнительского, так и творческого характера, игры - драматизации, сюжетно-ролевые игры, рассказы, беседы, чтение и анализ художественных произведений, личный пример педагога, мини-конкурсы и др. Предлагаются разнообразные упражнения, игры, этюды на выражение основных эмоций и на выразительность мимики, пантомимики, речи, инсценировки с показом и изучением различных эмоциональных состояний, занятия – диалоги.

Основные направления коррекционной работы по эмоциональному развитию детей с аутистическими нарушениями

- Развитие зрительного, слухового, тактильного, вестибулярного, обонятельного, осязательного ощущений.
- Развитие мышечных реакций, которое включает:
 - обучение мимической гимнастике;
 - обучение пантомимическим упражнениям на понимание эмоций;
 - обучение навыкам релаксации.
- Развитие эмоциональной сферы детей, которое содержит:
 - обучение умению фиксировать свое внимание на эмоциональном состоянии других — людей и животных;
 - обучение правильному восприятию и распознаванию эмоционального состояния другого человека по внешним признакам того или иного чувства;
 - обучение умению понимать и анализировать собственные эмоции.
- Развитие коммуникативных умений и навыков, которое включает:
 - обучение поведенческой этике на эмоциональной основе.
- Формирование адекватной самооценки.

Примерная схема проведения занятия по эмоциональному развитию

1. Мимическая гимнастика.
2. Воспроизведение детьми эмоций, предлагаемых педагогом, (обращается внимание на положение бровей, глаз, линии рта).
3. Работа над пониманием эмоциональных жестов, движений, поз – вначале педагог сам показывает, затем предлагает ребенку повторить эмоциональные движения. В дальнейшем переходят к показу эмоций, зафиксированных на фото, картинках с изображением человека (или животного) в определенной позе.
4. Проигрывание ситуаций, эмоциональных этюдов, упражнений.
 Например, «Волшебное зеркало» - педагог (ребенок) демонстрирует жест или позу, дети повторяют движение.
 «Мое настроение» - ребенок изображает различные эмоциональные состояния – я устал, я весел...
5. Рассматривание и «расшифровка» эмоций на картинках, пиктограммах, работа над эмоциональным словарным запасом.
6. Работа над литературным произведением (сказки, стихи и др.).
7. Передача ребенком своего настроения, эмоционального состояния путем выбора соответствующей картинки, движениями или способами изобразительности.
8. Обучение навыкам релаксации.
9. Подведение итогов занятия с обязательным стимулированием (похвалой)

детей за участие в работе.

Методические рекомендации по развитию и коррекции эмоциональной сферы детей с аутистическими нарушениями

В работе над развитием эмоциональной сферы детей с аутизмом учитывается возрастная динамика формирования модального ряда эмоций при нормальном развитии ребенка. Выявлено, что базовые эмоции - радость, страх, печаль, злость — дети в норме хорошо понимают в 3-4 года. К старшему дошкольному возрасту (5-6 годам) происходит расширение модального ряда за счет социализации эмоциональных переживаний (обида, стыд, вина). В младшем школьном возрасте (7-8 лет) становится доступным понимание сложных эмоциональных состояний (отвращение, презрение, удивление и др.). С учетом данной онтогенетической последовательности понимания эмоций и строится работа по формированию эмоциональной сферы детей с тяжелыми множественными нарушениями в соответствии с этапами программы «Развитие эмоций».

На начальном этапе развития эмоциональной сферы, внимание педагогов концентрируется на следующих направлениях работы:

- обогащение эмоционального опыта детей посредством воздействия на их сенсорную сферу через стимуляцию разнообразных ощущений;

- развитие моторики и мышечных реакций (мимических, пантомимических), сопутствующих проявлениям разнообразных эмоциональных состояний человека, обучение навыкам релаксации;

- формирование умений у детей понимать простейшие (базовые) эмоции;

- создание положительной эмоциогенной среды.

Педагогами (воспитателями, учителями-дефектологами) значительное внимание уделяется развитию таких ощущений детей, как зрительные, слуховые, тактильные, вестибулярные, обонятельные и осязательные. Упражнения на активизацию разнообразных ощущений призваны способствовать развитию восприятия, совершенствованию деятельности каждого органа чувств, обогащению сенсорного опыта ребенка. Обогащение сенсорного опыта детей регулируется педагогом, постепенно пробуждая, обостряя ощущения ребенка. А новые ощущения в свою очередь вызывают новые разнообразные эмоциональные реакции, становятся своеобразными пусковыми механизмами, которые включают и приводят в действие механизмы эмоциональной сферы, стимулируют ее развитие.

Разнообразные ощущения в процессе развития эмоциональной сферы играют весьма существенную роль. Как отмечает М.Э. Вайнер (2006), ощущения, во-первых,

естественны, органичны природе человека и сохраняют свое качество стимуляторов эмоций на протяжении всей его жизни. Во-вторых, интенсивные, яркие, быстро нарастающие сенсорные импульсы мгновенно стимулируют определенные эмоции. Многообразные ощущения, доступные восприятию человека, вызывают множество эмоций и эмоциональных реакций, которые в процессе работы из бледных и маловыразительных становятся более яркими, индивидуализированными, а главное - адекватными, соответствующими знаку, качеству и содержанию самой эмоции.

Рекомендуется использовать следующую последовательность стимуляции ощущений через сенсорные стимулы: зрительные, слуховые, тактильные, вестибулярные, обонятельные, осязательные ощущения. Такая последовательность в процессе коррекционно-педагогической работы обусловлена объективно различной степенью интенсивности воздействия сенсорных стимулов на эмоциональную сферу детей.

Насыщение сенсорной информации лучше начинать постепенно, вначале активно стимулируя зрительный, слуховой и вестибулярный анализаторы. Благодаря зрению и слуху ребенок улавливает поступающую информацию на расстоянии, что создает необходимый детям эмоциональный комфорт. По собственному желанию дети регулируют взаимодействие с сенсорными стимулами: отворачиваются, закрывают глаза, затыкают уши и т.д. Актуализация эмоций посредством стимуляции зрительного, слухового и вестибулярного анализаторов возможна в играх с использованием ярких игрушек, звучащих предметов, с применением разнообразных покачиваний, поворотов, перекачиваний детей с одного бока на другой и т.д..

Вестибулярные ощущения и сопровождающие их эмоции - наиболее естественные и доступные для человека. При выполнении заданий на кружение, раскачивание, подпрыгивание или бег у детей проявляются позитивные эмоции, сопровождающие вестибулярные ощущения. Постепенно диапазон зрительных, слуховых и вестибулярных ощущений детей расширяется. Следующим направлением работы педагогов является воздействие на новые ощущения, соответствующие трем анализаторам: обонятельному, вкусовому и осязательному.

Параллельно со стимуляцией разнообразных ощущений детей и обогащением их сенсорного опыта проводится коррекционная работа с экспрессивной стороной эмоций – моторикой, направленная на развитие мышечных реакций. Данная работа включает: обучение мимической гимнастике; обучение пантомимическим упражнениям на понимание эмоций; обучение навыкам релаксации.

Каждой эмоции присущи свои моторные проявления, в которых проявляется специфика эмоции или чувства. Зная это и применяя на практике, педагог может

фиксировать разные эмоциональные состояния и обучать детей умениям их адекватно выражать. Например, проявление эмоции радости характеризуется веселым настроением и узнается по таким внешним моторным признакам, как улыбка, смеющиеся прищуренные глаза, веселый взгляд. Под влиянием радости дети, как правило, проявляют большую, чем обычно, двигательную активность - хлопают в ладоши, прыгают, громко разговаривают, напевают, смеются. Подобные мимические и пантомимические изменения можно фиксировать и обучать детей их проявлениям.

Отрицательные эмоции, такие как печаль, злость, страх, обида и другие также имеют свои моторные проявления как в мимике, так и в пантомимике. Их показатели - нахмуренные брови, надутые губы, потупленный взгляд, низкий голос, расслабленные конечности, слезы и т.д.

Уравновешенность моторных проявлений – признак спокойствия. Это промежуточное нейтральное эмоциональное состояние. Оно тяготеет к радостному, но не так явно выражено. Умение детей владеть этим состоянием приравнивается к навыкам релаксации и является весьма важным показателем развития эмоциональной сферы.

Учитывая рассмотренные особенности эмоций проявляться в разнообразных мышечных реакциях, педагоги организуют упражнения на снятие мышечного напряжения и мышечных зажимов у детей, на совершенствование деятельности каждого компонента эмоциональной экспрессии (мимики, жестикуляции, пантомимики) и на расширение диапазона эмоциональной экспрессии в целом.

Коррекционную работу по развитию у детей моторных проявлений эмоциональных состояний рекомендуется начинать с работы над мимикой и над выразительностью жестов. С помощью педагогов дети учатся выполнять простейшую мимическую гимнастику (движения бровями, глазами, ртом). При этом педагог помогает им, используя поглаживания по массажным линиям лица, легкие скользящие похлопывания, пощипывания по краю нижней челюсти, легкие надавливания пальцами рук, постукивания губ пальцами.

Затем дети обучаются простым пантомимическим действиям (с учетом индивидуальных возможностей каждого ребенка), а также приемам релаксации мышц лица и тела. Двигательные подкрепления эмоциональных реакций у детей можно формировать совместными действиями с помощью педагога, подчеркивая при этом положительные ответные реакции ребенка, например, «Ира радуется!», «Петя, улыбнись!», «Тебе нравится!» и т.д.

Для тренировки мимики лица с целью усиления мышечного чувства предлагается мимическая гимнастика, которую педагог на этом этапе обучения помогает выполнить ребенку, если тот самостоятельно не справляется. Примерные упражнения:

- Сморщить лоб и поднять брови (удивиться), выше, еще выше и расслабиться.
- Нахмуриться (рассердиться) – еще сильнее - расслабиться.
- Расширить глаза (испугаться), затем расслабить веки, представив, что наступила ночь и хочется спать.
- Расширить ноздри (вдохнуть, почувствовав какой – то запах; выдохнуть) – расслабиться.
- Зажмуриться (ужас) – расслабить веки (ложная тревога).
- Поднять верхнюю губу, сморщить нос (презрение) – расслабиться.
- Оттянуть вниз нижнюю губу (отвращение) – расслабиться.
- Улыбнуться как можно сильнее – расслабиться.

Для отработки выразительных движений и развития умений распознавать эмоционально – выразительные движения, педагог показывает сам, а затем предлагает детям поиграть – научиться отрабатывать следующие действия:

- изображать жестами слова: «низкий», «высокий», «толстый», «тонкий», «я», «там», «здесь», «он» и т.п.;
- уметь принимать определенную позу: «мне холодно», «мне жарко», «у меня болит живот», «я несу тяжелую сумку» и т.п.;
- изображать выразительными жестами действия, например:

«Отдай!»

Ребенок требует отдать ему игрушку.

Выразительные движение: руки протянуты вперед ладонями кверху.

«Уходи!»

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движение: кисти рук расположены вертикально ладонями наружу.

Подобные упражнения выполняются многократно, до тех пор, пока не станут привычны и понятны детям и, возможно, будут использоваться ими в жизни.

Параллельно с развитием экспрессивной стороны эмоций (мимики, пантомимики, жестикуляции) у детей формируются реакции, соответствующие простым (базовым) эмоциям *радость, печаль, спокойствие, страх, гнев*. Педагоги обучают детей умению понимать эти эмоции на лицах других детей и взрослых по их мимическим проявлениям. При этом обязательно учитывается, что обучение пониманию отрицательных эмоций всегда необходимо заканчивать положительно, эмоцией *радость*, акцентируя внимание ребенка на положительном выходе из рассматриваемой ситуации. Важно учить детей быть оптимистами и уверенными в том, что все будет хорошо.

Педагог внимательно следит за тем, чтобы на занятиях у детей присутствовал общий *положительный эмоциональный фон*, который поддерживается ласковым тоном голоса, личным обращением к ребенку, телесно-ориентированными контактами, прикосновениями, поглаживаниями ребенка. Педагог создает доброжелательную атмосферу взаимодействия посредством общения с детьми и создает условия для накопления ими разнообразных эмоциональных впечатлений, применяя в работе сюрпризные моменты, яркие игрушки, угощения и др.

В последующем, обучая детей, уже имеющих опыт коррекционной помощи по развитию эмоциональной сферы, педагоги продолжают использовать разнообразные сенсорные стимулы для активизации детских ощущений (зрительных, слуховых, тактильных, вестибулярных, обонятельных, осязательных). Продолжают активно применять разнообразные упражнения на развитие моторных навыков, соответствующих проявлениям разных эмоций. Дети продолжают учиться выполнять мимическую гимнастику и приемы релаксации мышц лица. Однако помощь на данном этапе обучения уже несколько ослабляется, и дети пытаются выполнять задания не только с помощью педагога, но и по его показу.

Проводится работа и по закреплению умений понимать эмоции *радость, печаль, спокойствие, страх, гнев*. Дети учатся воспроизводить эти эмоции самостоятельно, глядя на себя в зеркало и без него. Добавляется к работе новая эмоция - эмоция *интереса*. Дети обучаются умениям правильно выражать конкретное эмоциональное состояние в этюдах, играх, упражнениях. В процессе коррекционной работы дети учатся понимать эмоциональное состояние других людей, адекватно выражать собственные эмоции. Большие возможности для решения этих задач, а также для развития и активизации у детей эмоциональной сферы и эмоциональной лексики предоставляет игровая деятельность. Игра способствует развитию воображения и усвоению норм социального поведения, опыта социальных взаимоотношений.

Педагогам рекомендуется более широко использовать в работе художественные элементы, такие как чтение детям адаптированных литературных произведений, рисование разными доступными или нетрадиционными способами. Можно предлагать детям после прочтения сказки или стихотворения рисовать любимых героев, несложных по технике исполнения, например Колобка или Снеговика (с учетом индивидуальных возможностей каждого ребенка). В дальнейшей коррекционной работе рекомендуется использовать эти рисунки, подчеркивая значимость их для детей - авторов.

Применение материала, лично интересующего каждого ребенка, вызывает у детей положительные эмоции. К такими важными, значимыми для детей, событиями жизни,

представляющими яркий положительный эмоциональный стимул, можно отнести День рождения, Новый год, 8 Марта и другие праздники, отмечаемые детьми как дома, так и вместе с педагогами ЦКРОиР. Когда дети беседуют или слушают рассказы о праздниках, о подарках, об интересной экскурсии, посещении парка, цирка, зоопарка и т.д., у них невольно возникает положительный эмоциональный настрой, поскольку все это связано с их непосредственным жизненным опытом. Такие события важно запоминать и затем включать в канву образовательного процесса в качестве этюдов, сценок, сюжетов для рисования. Для выражения эмоциональных состояний можно предложить использовать аналогичные этюды, которые дети изображают с помощью педагога или самостоятельно, предварительно поняв смысл изображаемого. Например:

- **«Угощение»** (этюд на выражение радости)

Ситуация: У мальчика – день рождения. Ему подарили коробку с конфетами. Он предлагает детям угоститься. Они берут по одной конфете и благодарят, кладут конфеты в рот. По их лицам видно, что угощение вкусное. Дети жуют и улыбаются.

- **«До встречи!»** (этюд на выражение печали)

Ситуация: От вокзала отходит поезд, на котором бабушка уезжает в деревню. Девочка с мамой и папой провожают ее. Они машут ей поднятыми руками «До свидания! До встречи!».

В качестве одной из задач данного этапа обучения выделяется формирование у детей умений понимать и воспроизводить (вербально, жестами, движениями, мимикой) эмоциональное состояние животного, а также обучение умениям соответственно реагировать при встрече с животным. Для этого можно предложить использовать следующие игры:

- **Игра «Поймай хвостик»** (на выражение радости)

Детям предлагается рассмотреть на игрушечной собачке, какой у нее хвостик, как она им виляет. Затем дети сами «виляют» хвостиками – выбранными разноцветными шарфиками. Далее дети бегают друг за другом, пытаются догнать другого и поймать его за «хвостик».

- **Игра «Собачки отдыхают»** (обучение релаксации)

Дети ложатся на ковер, пытаются расслабиться и лежать спокойно. Педагог гладит детей по спинам, они (по возможности) тоже гладят друг друга по спинам. Затем им предлагается потянуться как собачки, высунуть язычок, как собачки и объяснить (самим или с подсказками педагога), что чувствовали собачки.

Для обучения детей самооценке рекомендуется использовать похвалу, подчеркивание малейших достижений и успехов ребенка, обращая на них большее внимание, чем на

неудачи, замечая даже попытки сделать что-либо полезное. Стимулирующее действие оказывает в этом и организация выставок из детских рисунков, поделок, с обязательной похвалой всех участников, награждаем сладкими призами.

Развитие и коррекцию эмоциональной сферы детей можно рассматривать как предпосылку и основу дальнейшей их успешной социальной адаптации, которая осуществляется путем установления социальных контактов, затрагивающих различные стороны жизни ребенка. Для этого в процессе обучения детей более старшего возраста присутствует наличие большего количества занятий, направленных на формирование у них социально значимых эмоций, таких как сочувствие, сопереживание, проявляемых в простых формах - в желании помочь другу, поделиться с ним игрушкой, предметом, успокоить плачущего, поддержать заболевшего и т.д. Педагог поддерживает и эмоционально настраивает детей, учит доброжелательному отношению к товарищам, вызывает желание участвовать в групповых занятиях. Спокойная атмосфера, положительная эмоциогенная среда, создаваемая и поддерживаемая педагогом, способствуют терпимому отношению друг к другу, проявлению эмоциональной привязанности, что представляется важным для дальнейшего появления стремления к общению. Общаясь с другими людьми, видя иные образцы социального поведения на эмоциональной основе, ребенок постепенно усваивает их, расширяя таким образом свои возможности взаимодействия с миром и людьми. Усвоенные ребенком умения используются в реальной жизни, что дает ему возможность социально адаптироваться.

Социальная жизнь строится с учетом определенных требований и правил. Общение между людьми подчиняется правилам этикетного поведения на эмоциональной основе. Для детей с аутистическими нарушениями важно *обучение* начальному этапу взаимодействия с другим человеком, что проявляется через умение выразить желание общаться улыбкой, приветствием, рукопожатием. Умения выразить благодарность, поздороваться, попрощаться, поздравить формируются в повседневной жизни и специально созданной ситуаций. Дети наблюдают, как ведут себя взрослые, другие ребята, когда заходят в комнату (класс), встречаются на улице, какие слова при этом говорят (здравствуйте, привет, до свидания, пока, до встречи), какие выполняют действия (рукопожатие, машут рукой, кивок головой), какие эмоции при этом они проявляют. Педагог, демонстрируя положительное отношение, использует при общении с детьми и взрослыми вежливые слова (спасибо, пожалуйста, извините). Первоначально ребенка учат соблюдать этикетные формы общения по напоминанию взрослого, используя для этого доступные средства (слова, жесты, телодвижения), затем он пробует осуществлять это самостоятельно.

