



---

Способы гармонизации  
эмоционально-волевой сферы у  
детей с ОВЗ

---

**КАРМАННЫЙ СПРАВОЧНИК**



Карманный справочник разработан для работы педагогов-психологов, педагогов, воспитателей и родителей (законных представителей) с детьми с ограниченными возможностями здоровья, по гармонизации их эмоционально-волевой сферы в домашних условиях и социуме.

В справочнике представлены основные эмоциональные реакции у детей с ОВЗ, способы преодоления и гармонизации эмоционального состояния таких детей, а также рекомендации родителям (законным представителям).

Разработано педагогом-психологом филиала  
ГБУ ЗО «Областной центр психолого-  
педагогической, медицинской и социальной  
помощи» г. Бердянск Волик А.С.



Мы ВКонтакте:  
[vk.com/tpmpk\\_berd](https://vk.com/tpmpk_berd)  
[vk.com/club219666180](https://vk.com/club219666180)

Электронная почта:  
[pmpkberd@yandex.ru](mailto:pmpkberd@yandex.ru)

Эмоциональное состояние детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) во многом будут детерминированы индивидуальными аспектами социальной ситуации развития.

Медленное становление эмоциональной сферы характерно для детей с ОВЗ.

Для эффективного и своевременного применения способов гармонизации эмоционального состояния детей с ОВЗ, необходимо понимать его текущее состояние с учетом местонахождения в данный момент (дом, улица, магазин и т.д.), а также какие предметы его окружают.

## Основные эмоциональные реакции у детей с ОВЗ могут быть следующими

повышенная возбудимость, импульсивность

чрезмерная импульсивность в виде гнева, упрямства, обиды, ревности, агрессии

заторможенность, ранимость, чувствительность

частая смена настроения (нестабильность эмоционального состояния/настроения)

повышенная тревожность, склонность к страхам

инфантилизм; капризность, слезливость и раздражительность

повышенная утомляемость, неустойчивая продуктивная деятельность, низкая мотивация

склонность к девиантному/ делинквентному поведению

вспыльчивость, протестные реакции, выражающиеся в крике, плаче, разрушительных действиях

неусидчивость, суетливость

Также для детей этой категории характерны трудности, связанные с непониманием своих собственных чувств и эмоций, чувств окружающих, что отражается на коммуникациях и игровом взаимодействии со сверстниками.

Непонимание собственных чувств и эмоций затрудняет возможность правильно понять ребенка, его состояние и причину возникновения реакций. Данная ситуация усложняется и для детей с тяжелыми нарушениями речи, которые в коммуникации используют жесты и мимику.

Способы гармонизации эмоционального состояния ребенка с ОВЗ зависят от первично формируемых у него представлений о реакциях и их устранении, что значительно влияет на период острых реагирований в разных ситуациях. Таким образом, взаимодействие с ребенком дома, формирование и развитие его эмоционально-волевой сферы не должны отличаться в социуме (например, дома тебе можно всё бросать и ломать, в гостях - нельзя).

Правила для ребенка с ОВЗ должны устанавливаться одинаково дома и в социуме. Таким образом, у ребенка закрепится понимание, что можно делать, а что нельзя. Не исключено, что такая ситуация может усложняться от степени психофизических нарушений.

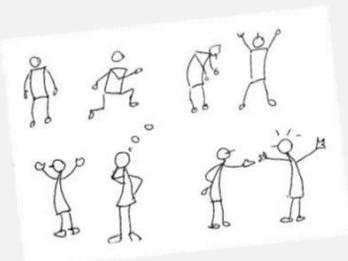
Стоит обратить внимание, если данный момент упущен, а именно не разграничены правила действий в различных социальных ситуациях и местах, способы гармонизации эмоционального состояния будут направлены на преодоление и предотвращения нестабильных эмоциональных реакций.

# Основные способы гармонизации и преодоления эмоциональных реакций детей с ОВЗ

## ✓ Альтернативные способы коммуникации.

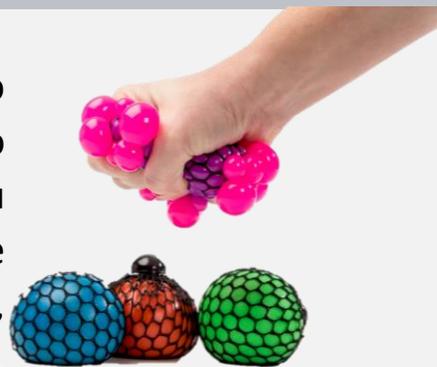
Одно из первых применений, которые используются педагогами и родителями (законными представителями). В зависимости от психофизических нарушений у ребенка рекомендуется применять альтернативные способы коммуникации, а именно:

- коммуникация с непосредственным использованием тела: жесты, мимика, движения тела;
- коммуникация через визуальные образы: письмо, символы, пиктограммы, изображения;
- коммуникация через тактильные ощущения: ощупывание, постукивание, поглаживание;



## Основные способы гармонизации и преодоления эмоциональных реакций детей с ОВЗ

- ✓ **Тактильные предметы.** Ребенку необходимо самостоятельно выбрать предмет, который по его ощущениям будет приятным и успокаивающим (чаще всего это мягкие игрушки, игрушки антистрессы – Поп-ит, Сквиши, Симпл Димпл, Спиннер Стик, Каомару, Фингерборд, Магнитный куб, Шары Баодин и др.). Тактильные предметы способствуют концентрации, выбросу адреналина и нестабильности нежелательных эмоциональных реакций.



- ✓ **Считалочка.** Многие дети с ОВЗ находят для себя любимые сказки, мультфильмы, стишки, считалочки, этот способ можно использовать, когда у ребенка начинается эмоциональный всплеск, плаксивость, раздражительность. Такой способ поможет переключить ребенка на его любимое занятие, сконцентрировать внимание только на данном действии. После чего ребенку коротко нужно объяснить его последующие действия или узнать, что его расстроило и обсудить с ним это, прийти к общему решению.



# Основные способы гармонизации и преодоления эмоциональных реакций детей с ОВЗ

✓ **Объятия.** Некоторые дети чувствительны, их успокаивает поглаживание, объятие, как с приятными словами, так и без слов. Иногда нужно просто помолчать, обнять ребенка и дать ему успокоиться, предварительно забрав его от внешних раздражителей. После этого необходимо постараться выяснить, что спровоцировало данную реакцию и коротко обсудить. Кроме того, если ребенок, наоборот, энергичен, криклив, плаксив, применяет разрушительные действия, в таком случае необходимо ребенка крепко обнять, обхватив ноги и руки, некоторое время побыть в таком положении.

✓ **Поощрительно-штрафные ассоциативные карточки.** Предварительно с ребенком можно поиграть в карточки ассоциации, в которых будет как поощрение, так и наказание. Такая игра в дальнейшем поможет ребенку среагировать на карточку, которую показывает родитель при острых реакциях на ситуацию. Иногда использование визуальных ассоциативных предметов быстрее переключают эмоциональное состояние ребенка и способствует дальнейшей работы с ним. Такие карточки можно сделать самостоятельно.



Важный момент для родителя (законного представителя) о собственной эмоциональной реакции на происходящее.

Некоторые дети своими эмоциональными реакциями и поведением манипулируют, чтобы получить желаемое (предмет, игрушку, конкретную еду, отказ от выполнения каких-либо заданий, учебы и др.). В таком случае родителю важно не реагировать на манипуляции, а постепенно помочь ребенку научиться говорить о желаемом, научиться выдерживать время, паузу или получить желаемое после определенной договоренности.

Эмоциональное состояние родителя (законного представителя) в первую очередь важно учитывать. Ребенок реагирует на реакцию родительского поведения и таким образом использует данный момент. Кроме того, негативная эмоциональная реакция родителя (законного представителя) способствует усугублению эмоционально-волевой сферы ребенка, он может испугаться, не понимать, что происходит и почему, что приведет к осложнению ситуации. Исходя из этого, родителям рекомендуется в первую очередь самому успокоиться и сконцентрироваться (не паниковать, минимизировать крики, ругательства, угрозы, разрушительные действия и т.д.), а накопленный гнев, раздражительность, истощенность, панику обязательно выплеснуть наедине с собой.

