

Способы гармонизации эмоционально-волевой сферы у детей с ОВЗ

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 то какие предметы его окружают.

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

Электронная почта филиала ГБУ ЗО «Областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Бердянск: pmpkberd@yandex.ru

Основные эмоциональные реакции у детей с ОВЗ:

- 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;
- повышенная утомляемость, неустойчивая продуктивная деятельность, низкая мотивация;
- капризность, слезливость и раздражительность;
- вспыльчивость, протестные реакции, выражающиеся в крике, плаче, разрушительных действиях;
- неусидчивость, суетливость;
- склонность к девиантному/ делинквентному поведению.

Основные способы гармонизации и преодоления эмоциональных реакций у детей с ОВЗ

✓ **Альтернативные способы коммуникации.** Один из первых способов, который используется 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.

✓ **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 отдают предпочтение определенным мультфильмам, сказкам, стихотворениям, считалочкам. Этот способ можно использовать, когда у ребенка начинается эмоциональный всплеск, плаксивость, раздражительность, что поможет переключить 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.

✓ **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 переключает эмоциональное состояние ребенка и способствует дальнейшей работе с ним. Такие карточки можно сделать самостоятельно.

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, а также формирование и развитие его эмоционально-волевой сферы не должны отличаться социальных норм поведения в обществе (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 предотвращение нестабильных эмоциональных реакций.

Важный момент для родителя (законного представителя) по реагированию на собственную эмоциональную реакцию на происходящую ситуацию с ребенком

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, родителю (законному представителю) 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.

Электронная почта
филиала ГБУ ЗО «Областной центр
психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи» г.
Бердянск:
pmpkberd@yandex.ru

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