

**Филиал Государственного бюджетного учреждения Запорожской области  
«Областной центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи» г. Бердянск**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА  
для педагогов-психологов образовательных организаций**

**по теме:  
«Способы гармонизации эмоционально-волевой сферы  
у детей с ограниченными возможностями здоровья»**

**для учащихся ДОО, НОО, ООО, СОО  
с ограниченными возможностями здоровья**

**г. Бердянск, 2025**

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Пояснительная записка.....  | 3  |
| 1. Основные эмоциональные реакции характерные для детей с ограниченными возможностями здоровья.....                                   | 4  |
| 2. Основные способы гармонизации и преодоления эмоциональных реакций у детей с ограниченными возможностями здоровья.....              | 4  |
| 3. Использование методических рекомендаций как информационный плакат для стенда и памятки педагогам образовательных организаций ..... | 6  |
| 4. Использование методических рекомендаций как справочник .....   | 10 |
| Глоссарий .....   | 21 |
| Список рекомендованной литературы .....   | 23 |
| Список рекомендованных интернет-ресурсов .....  | 24 |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность данной темы возрастает с каждым днём для каждого человека, а для особого ребенка эта тема не угасает, как и для его окружения. Ежедневное изучение, развитие, получение нового опыта и прочее, является большой нагрузкой на организм ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ). Несмотря на это, большинство особых детей, в силу своих психофизических и интеллектуальных возможностей, стремятся быть замеченными, социализироваться в обществе, общаться с другими детьми, играть с ними и жить обычной жизнью.

Как известно, на любое желание, цель, достижение требуется достаточно ресурсов, которые необходимо восполнять в равном количестве от использованных, поддерживать все сферы общего развития ребенка. В таком случае особое внимание необходимо уделять восстановлению эмоционального состояния ребенка любого возраста.

Эмоциональная сфера особого ребенка максимально уникальна, как её проявление так и развитие, гармонизация, поэтому зачастую, родителям (законным представителям) детей с ОВЗ сложно справиться с их повышенной эмоциональностью (негативными эмоциональными реакциями).

Цель разработки методических рекомендаций: ознакомление педагогов-психологов со способами гармонизации эмоционально-волевой сферы у обучающихся с ОВЗ.

Возрастная категория детей с ОВЗ, для которых предназначены способы преодоления негативных эмоциональных реакций: от младшего дошкольного возраста до старшего школьного возраста. Данный возрастной период связан с тем, что предложенные способы универсальны в использовании и они имеют возможность адаптироваться, модифицироваться в различных вариантах не зависящие от возраста и нозологии ребенка.

Методические рекомендации нацелены на решение первоочередных задач, связанных с пониманием эмоционального состояния ребенка с ОВЗ, которые ему характерны и преодоление их негативных реакций с помощью простых способов; поддержки и консультирования родителей (законных представителей) способствующих их эмоциональному благополучию.

### От автора

Методические рекомендации разработаны для работы педагогов-психологов с детьми с ОВЗ, их родителями (законными представителями), воспитателями, педагогами.

Рекомендовано применять представленные рекомендации: в учебном процессе, коррекционно-развивающей деятельности с детьми с ОВЗ; просветительской, методической, консультативной деятельности со всеми участниками образовательного процесса.

В методической разработке представлены авторские рекомендации и способы по гармонизации эмоционального состояния ребенка с ОВЗ, созданные на основе практической работы и эмпирических исследованиях с целью достижения эффективного положительного результата.

Методические рекомендации представлены в нескольких вариантах: памятка для личного пользования педагогам образовательных организаций, информационный плакат на стенд, карманный справочник.

# **1. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ ХАРАКТЕРНЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Эмоциональное состояние детей с ограниченными возможностями здоровья 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;
- 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.

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

# **2. ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ГАРМОНИЗАЦИИ И ПРЕОДОЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

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.

✓ 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 преодолению 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.

**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 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.

### **3. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ КАК ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПЛАКАТ ДЛЯ СТЕНДА И ПАМЯТКИ ПЕДАГОГАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Эффективное применение способов гармонизации эмоционально-волевой сферы педагогом-психологом основывается на одном из самых важных базисов в работе с обучающимися с ОВЗ. В основе применения рекомендаций закладывается предварительное изучение ребенка, наблюдение за ним в образовательной среде как в группе, коллективе так и индивидуально в социуме, кроме того, необходимость в беседе с родителями (законными представителями), воспитателями, учителями дает возможность более подробно изучить ребенка, понять его индивидуальность и особенность.

Педагог-психолог в своей деятельности может самостоятельно адаптировать или модифицировать данный материал, изучив предварительно особого ребенка. В процессе применения необходимого способа в момент эмоциональных реакций ребенка с ОВЗ стоит учитывать, что с первого раза способ может не подействовать или по итогу получиться не запланированный результат. В таком случае педагогу-психологу необходимо быть готовым и своевременно реагировать без паники на ситуацию, в запасе подготовив для себя иные варианты, в классическом применении или с его изменениями.

Представленные рекомендации оформлены в виде информационного плаката на стенд педагогу-психологу и памятки педагогам образовательных организаций.

Для распространения памятки педагогам образовательной организации рекомендовано предварительно ознакомить и разъяснить информацию, указанную на данном материале, а также дать индивидуальную консультацию и рекомендации по применению способов гармонизации эмоционально-волевой сферы ребенка с ОВЗ.

# 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: [pmprkberd@yandex.ru](mailto:pmprkberd@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.

## 4. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ КАК СПРАВОЧНИК

Многие родители (законные представители) детей с ОВЗ уже знают значение «эмоциональной реакции» своего особого ребенка. Так или иначе, некоторые родители (законные представители) сталкиваются с такой ситуацией впервые, а опытные иногда встречаются с «новыми и неизвестными» им препятствиями. С целью поддержки, помощи и поиска эффективного решения ситуации таким семьям, педагог-психолог образовательной организации может предложить свою консультацию. В ходе встречи специалист совместно с родителями (законными представителями) разбирают ситуацию, возникшую в данный момент с особым ребенком и дальнейшим её решением.

Зачастую многие родители (законные представители) в новых ситуациях начинают испытывать панику, шок, непонимание происходящего. Поэтому, после завершения консультации, выходя с кабинета специалиста, как правило человек забывает многое, о чем обсуждалось на встрече. Опираясь на данный факт, рекомендовано педагогу-психологу оформлять консультации и рекомендации коротко, по существу, для родителей (законных представителей). В ином случае, специалист, может предложить родителю (законному представителю) самостоятельно записывать рекомендации для дальнейшего их выполнения. Во втором случае, рекомендовано, педагогу-психологу помогать родителю формулировать или диктовать рекомендации для самостоятельного конспектирования.

Кроме того, рекомендован третий вариант для оформления рекомендаций. Готовые рекомендации представлены в виде карманного справочника для родителей (законных представителей). Такой формат поможет всегда иметь под рукой рекомендации, особенно в период острых реакций, когда человек может запаниковать, испугаться или растеряться.

Карманный справочник можно распечатать в любом формате для удобства, например один из вариантов, печать формата А6 – при печати выстраивается «печать 4 страницы на 1 листе». Он может быть прошит, скреплен степлером или свернут. Главной целью разработки данного формата является удобство, «всегда под рукой», идея для других вариантов рекомендаций.



---

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/chub219666180](https://vk.com/chub219666180)

Электронная почта:  
[rmpkberd@yandex.ru](mailto:rmpkberd@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

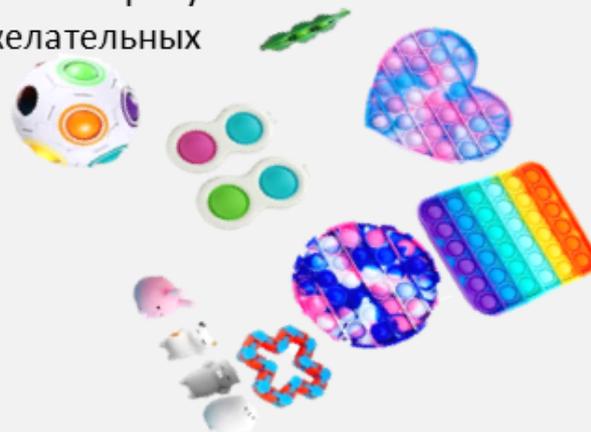
✓ **Альтернативные способы коммуникации.** Одно из первых применений, которые используются педагогами и родителями (законными представителями). В зависимости от психофизических нарушений у ребенка рекомендуется применять альтернативные способы коммуникации, а именно:

- 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.





## Родителям (законным представителям) детей с ограниченными возможностями здоровья

**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.



## ГЛОССАРИЙ

**Агрессивное поведение** – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам сосуществования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический, моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

**Адаптация материалов** – это процесс изменения учебного материала с учётом особенностей развития обучающихся с ОВЗ и их возможностей.

**Гармонизация эмоциональной сферы** – это целенаправленная работа, способствующая преодолению эмоциональных нарушений в функционировании или отставании в развитии тех или иных составляющих эмоциональной сферы человека, а также компенсации негативных особенностей его личности, складывающихся на основе данных процессов.

**Девиантное поведение** – это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся общественных норм.

**Делинквентное поведение** – антиобщественное противоправное поведение человека, воплощённое в его проступках (действиях или бездействии), наносящих вред как отдельным гражданам, так и обществу в целом. Понятием «делинквентное поведение» оперируют представители криминологии, социологии, педагогики, психологии, социальной педагогики и других отраслей знания. Делинквентное поведение проявляется в виде: преступления; неисполнение учебных, трудовых обязанностей; административное правонарушение.

**Детерминированный** – это значит predetermined, зажатый в жесткие рамки, из которых не вырваться.

**Интеллектуальная недостаточность или умственная отсталость** – это состояние задержки или неполного развития психики, которое в первую очередь характеризуется нарушением способностей, возникающих в период созревания и обеспечивающих общий уровень интеллектуальности, то есть когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей.

**Инфантилизм** – особенность в развитии, сохранение в поведении или физическом облике черт, присущих предшествующим возрастным этапам.

**Лицо с ограниченными возможностями здоровья** — лицо, имеющее физический или психический недостаток, который препятствует освоению образовательных программ без создания специальных условий для получения образования.

**Модификация материалов** – это изменение характера подачи материала посредством изменения его содержания или концептуальной сложности задачи.

**Нарушения в психофизическом развитии детей** — это общее наименование разнообразных трудностей развития детей любого возраста. К нарушениям в психофизическом развитии относятся различные трудности, связанные со слухом, зрением, речью, с опорно-двигательным аппаратом, с задержкой психического развития, с эмоциональными, интеллектуальными проблемами и т.п.

**Негативные (отрицательные) эмоции** — это эмоции, основанные на неприятных субъективных переживаниях, связанные с неудовлетворением тех или иных потребностей человека.

Негативные эмоциональные состояния – это целостная характеристика психической деятельности человека за определенный период времени, отличающаяся ощущением дискомфорта, неблагополучия, неудовольствия, ведущая к временному расстройству деятельности.

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Эмоционально-волевая сфера – это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств, в том числе способов их регуляции.

Эмоциональные реакции – это реакция, возникающая в критические моменты поведения, когда приспособление организма к среде затрудняется или, наоборот, облегчается, когда равновесие между организмом и средой оказывается нарушенным. Это мгновенная реакция организма на произошедшее событие.

Эмпирические исследования — это наблюдение и исследование конкретных явлений, эксперимент, а также обобщение, классификация и описание результатов исследования эксперимента, внедрение их в практическую деятельность человека. Эмпирическое исследование имеет своей целью получение фактического материала, впоследствии либо обобщаемого теоретическими проработками, либо используемого в прикладных целях.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Варданян, Б. Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – Москва, 1983.
2. Вачков, И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку : Учебное пособие / И. В. Вачков. – 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Ось-89, 2007. – 144 с.
3. Волик А. С. Психологическое исследование проблемы «Профориентация детей с ограниченными возможностями здоровья» / А. С. Волик // Комплексное сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья: сборник научных и научно-методических статей [Электронный ресурс] / Чуваш. гос. пед. ун-т ; под ред. Н. В. Ивановой, С. В. Ешмейкиной. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2023. — С. 54-58.
4. Волик А.С. Основные проблемы психологического здоровья в психотерапевтической работе с клиентами и особенности применения психологического инструментария / А. С. Волик // Психологическое здоровье: ожидания и ресурсы [Электронный ресурс]: сборник материалов I Всероссийской (национальной) научно-практической конференции (10 октября 2023 г., г. Армавир) / [науч. ред. О. В. Белоус, отв. ред. Е. С. Варца]. – Киров: Изд-во МЦИТО, 2023. – С. 29-32. ISBN 978-5-907743-48-9
5. Гончарова Г.А., Нурлыгаянов И.Н., Лазуренко С.Б., Голубчикова А.В. Методические рекомендации по разработке и обновлению адаптированных образовательных программ, разработке индивидуальных планов с учетом особенностей здоровья детей при необходимости снижения или перераспределения учебной нагрузки / Г.А. Гончарова, И.Н. Нурлыгаянов, С.Б. Лазуренко, А.В. Голубчикова. – М., 2021. – 59 с.
6. Истрофилова О.И. Организация работы с агрессивными детьми и подростками / О.И. Истрофилова : учебное пособие. – Нижневартовск: НВГУ, 2020. – 250 с.
7. Клащус Н. Г., Кобзева Е. М. Программа по профилактике школьной дезадаптации учащихся младшего подросткового возраста «Я выбираю успех!» : метод. пособие. — М.: Издательство Московского психолого-социального университета, 2017. — 288 с.
8. Комплект диагностических методик для психодиагностики детей, имеющих особенности развития : учебно-метод. пособие / сост. : Н. А. Разнадежина, Н. Н. Семенова. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2017. – 44 с.
9. Малышев, И.В. Особенности стрессоустойчивости и адаптационных характеристик личности учащихся старших классов / И. В. Малышев // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1, № 1. – С. 34-38.
10. Плутчик, Р. Эмоции: психозволюционная теория. Подходы к эмоциям / Р. Плутчик. – Москва: Хилсдейл, 1984. – 163 с.
11. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Т. В. Азарова, О. И. Барчук, Т. В. Беглова [и др.]; под общей редакцией М. Р. Битяновой. – Санкт-Петербург: Питер, 2012. – 304 с. – ISBN 978-5-91180-805-1.
12. Шостром, Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Э. Шостром, Л. Браммер. – Москва: Эксмо, 2002. – 624 с. – ISBN 5-699-01199-4.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

1. IQsha.ru / [Электронный ресурс] // iqsha.ru : [сайт]. — URL: <https://iqsha.ru/>
2. Волик А.С. Онлайн-игры для развития детей и подростков / Волик А.С. [Электронный ресурс] // Learningapps.org : [сайт]. — URL: [https://learningapps.org/user/anastasia\\_volik](https://learningapps.org/user/anastasia_volik)
3. Волик А.С. Социальные психологические ситуации. Отношения родителями (Квест 2) / Волик А.С. [Электронный ресурс] // Joyteka.com : [сайт]. — URL: <https://joyteka.com/100415139>
4. Волик А.С. Социальные психологические ситуации. Отношения с друзьями (Квест 1) / Волик А.С. [Электронный ресурс] // Joyteka.com : [сайт]. — URL: <https://joyteka.com/ru/100361927>
5. Дети как дети / [Электронный ресурс] // deti-kak-deti.org : [сайт]. — URL: <https://deti-kak-deti.org/index.html>
6. Детский портал "Чудо-Юдо" / [Электронный ресурс] // chudo-udo : [сайт]. — URL: <https://chudo-udo.info/>
7. Играемся / [Электронный ресурс] // igraemsa.ru : [сайт]. — URL: <https://www.igraemsa.ru/>
8. НОУ УЦ Рост.ok! / [Электронный ресурс] // rostok-cher.ru : [сайт]. — URL: <http://rostok-cher.ru/obuchalochka>
9. Обучение чтению roSkladam / [Электронный ресурс] // poskladam.ru : [сайт]. — URL: <https://poskladam.ru/>
10. Особый ресурс. Поддержка родителей особых детей / [Электронный ресурс] // особыйресурс.рф : [сайт]. — URL: <https://xn--90ailsaobcfbu5g.xn--plai/>
11. Рекомендации для родителей по обучению и воспитанию детей с нарушениями речи, умственного, двигательного развития, поведения, задержкой развития. Информация о возрастных нормах развития ребенка, об отклонениях в развитии и др. Советы по вопросам воспитания: рекомендации дефектолога, логопеда, психолога. Сборник развивающих игр. / [Электронный ресурс] // defectolog.ru : [сайт]. — URL: <http://www.defectolog.ru/>
12. Российская государственная библиотека для слепых / [Электронный ресурс] // rgbs.ru : [сайт]. — URL: <https://rgbs.ru/>
13. Российская Лекотека / [Электронный ресурс] // lekoteka.ru : [сайт]. — URL: <http://www.lekoteka.ru/> (система психолого-педагогического сопровождения семей, воспитывающих детей с проблемами развития. Сайт предназначен учителям-тифлопедагогам и родителям (законным представителям)).
14. Сайт "Страна глухих" — интернет-общество глухих / [Электронный ресурс] // deafworld.ru : [сайт]. — URL: <https://www.deafworld.ru/>
15. Учи.ру / [Электронный ресурс] // uchi.ru : [сайт]. — URL: <https://uchi.ru/>
16. Центр общественного здоровья и медицинской профилактики / [Электронный ресурс] // profilaktika.tomsk.ru : [сайт]. — URL: <https://profilaktika.tomsk.ru/>
17. Центр развития и абилитации ребенка / [Электронный ресурс] // logopedprofi.ru : [сайт]. — URL: <https://www.logopedprofi.ru/>