

УДК 376+159.922.762

DOI: 10.26140/knz4-2020-0904-0008

КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

© 2020

SPIN: 6393-8022

AuthorID: 343157

ResearcherID: J-6474-2017

ORCID: 0000-0002-5633-3213

Кисова Вероника Вячеславовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры
специальной педагогики и психологии

Калашникова Анастасия Владимировна, магистрант факультета психологии и педагогики
Нижегородский государственный педагогический университета им. К. Минина
(603005, Россия, Н.Новгород, ул. Ульянова, 1, e-mail: asfara@mail.ru)

Аннотация. Статья посвящена изучению особенностей формирования навыков эмоциональной саморегуляции поведения младших школьников с задержкой психического развития. Излагаются результаты экспериментального изучения следующих аспектов эмоциональной саморегуляции поведения младших школьников с задержкой психического развития: эмоциональное благополучие детей, умение ориентироваться в собственных эмоциях и эмоциях окружающих, умение управлять своим поведением, руководствуясь нравственными нормами. Определяются психолого-педагогические условия эффективной коррекции эмоциональной саморегуляции у младших школьников с задержанным развитием – развитие осознания детьми необходимости регуляции своего поведения, расширение у них знаний об эмоциях, формирование умения понимать собственные эмоции и эмоции окружающих, закрепление у детей представлений о нормах поведения и правилах общения в коллективе, развитие навыков эмоционального самоконтроля. Выделяются основные методы психолого-педагогической коррекции эмоциональной саморегуляции – элементы психологического тренинга, арт-терапевтические технологии (изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия), игры-драматизации. Описывается логическая последовательность этапов коррекционной работы, содержание коррекционно-развивающей программы. Анализируются экспериментальные результаты апробации психолого-педагогической коррекции эмоциональной саморегуляции поведения у младших школьников с задержкой психического развития. Рассматриваются некоторые трудности в реализации коррекционно-развивающей программы отнесительно изучаемой категории нарушенного развития.

Ключевые слова: задержка психического развития, социальные эмоции, младшие школьники, нравственная норма поведения, эмоциональное благополучие, эмоциональная саморегуляция поведения, психолого-педагогическая коррекция.

CORRECTION OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF BEHAVIOR IN CHILDREN WITH DELAYED MENTAL DEVELOPMENT

© 2020

Kisova Veronika Vyacheslavovna, candidate of psychological sciences, associate professor
of the department «Special Pedagogy and Psychology»

Kalashnikova Anastasia Vladimirovna, undergraduate

Kozma Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University

(603950, Russia, Nizhny Novgorod, Ulyanova Street, 1, e-mail: asfara@mail.ru)

Abstract. The article is devoted to the study of the peculiarities of the formation of skills of emotional self-regulation of behavior of younger schoolchildren with mental retardation. The article presents the results of an experimental study of the following aspects of emotional self-regulation of the behavior of junior schoolchildren with mental retardation: emotional well-being of children, the ability to navigate their own emotions and the emotions of others, the ability to control their behavior, guided by moral norms. Psychological and pedagogical conditions for effective correction of emotional self-regulation in younger schoolchildren with delayed development are determined – the development of children's awareness of the need to regulate their behavior, expanding their knowledge of emotions, developing the ability to understand their own emotions and the emotions of others, consolidating children's ideas about behavior norms and rules of communication in a team, the development of skills of emotional self-control. The main methods of psychological and pedagogical correction of emotional self-regulation are highlighted – elements of psychological training, art therapy technologies (isotherapy, fairy tale therapy, music therapy), dramatization games. The logical sequence of stages of correctional work, the content of the correctional and developmental program is described. The experimental results of testing the psychological and pedagogical correction of emotional self-regulation of behavior in younger schoolchildren with mental retardation are analyzed. Some difficulties in the implementation of a correctional and developmental program in relation to the studied category of impaired development are considered.

Keywords: mental retardation, social emotions, junior schoolchildren, moral norms of behavior, emotional well-being, emotional self-regulation of behavior, psychological and pedagogical correction.

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предполагает развитие личности обучающихся с ОВЗ в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации. Несомненно, что целенаправленное развитие эмоциональной саморегуляции как личностной способности в определенной мере будет обеспечивать решение этой задачи. Особое значение данное направление коррекционно-развивающей работы приобретает для детей с задержкой психического развития (ЗПР),

так как в структуре данного вида нарушения эмоционально-волевые нарушения имеют основополагающий характер [1]. Управление собой, своими эмоциями, своим поведением необходимый навык для детей, находящихся и взаимодействующих в коллективе. Развитие навыков эмоциональной саморегуляции поведения, на наш взгляд, является приоритетным именно в младшем школьном возрасте, так как данный возрастной период является наиболее сензитивным для становления произвольности. Однако, в практике работы, к сожалению, основное внимание педагогов сосредоточено на развитии познавательных процессов, обучении чтению, счету, письму и другим универсальным учебным действиям. Таким образом, разработка и апробирование психолого-

педагогической программы коррекции эмоциональной саморегуляции поведения у младших школьников с ЗПР является актуальной задачей как в научном, так и практическом плане.

Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы. Проблемой эмоциональной саморегуляции занимались такие ученые, как Л.С. Выготский, Н.Ю. Верхотурова, Г.А. Виленская, А.В. Запорожец, Н.В. Капитоненко, А.Д. Кошелева, А.Н. Леонтьев, Я.З. Неверович, О.С. Никольская, Е.А. Сергиенко, Т.Н. Павлий, М.А. Падун, У.В. Ульенкова, Н.В. Шутова [2] и др.

В работах Н.В. Капитоненко [3] эмоциональная регуляция поведения определяется как целостный комплекс психических процессов, обеспечивающих изменение или преодоление актуального эмоционального состояния. Также автор выделяет структуру эмоциональной регуляции, состоящую из когнитивного, экспрессивного и организационно-контролирующего компонентов. По мнению Н.В. Капитоненко, эффективность эмоциональной регуляции зависит от степени соответствия поведения социальным нормам и широты диапазона копинг-стратегий индивида. Н.Ю. Верхотурова [4] приходит к выводу о том, что эмоциональная регуляция – многоуровневый процесс, который изначально проявляется как элементарные формы эмоционального реагирования и постепенно переходит к сознательно управляемым формам регуляции и контроля за своим поведением. Именно эмоциональная регуляция является основой эффективной социализации человека в обществе. Интересными в плане нашего исследования являются работы Г.А. Виленской [5], которая в качестве основных факторов становления эмоциональной регуляции в онтогенезе называет темперамент ребенка, стиль его воспитания в семье, а также привычные способы эмоциональной регуляции, характерные для родителей.

В научной литературе присутствует ряд исследований, позволяющих понять особенности становления эмоциональной саморегуляции в детском возрасте. Это работы Л.С. Выготского [6], который указывает на регулятивную роль эмоций в поведении и деятельности детей. В работе «Мышление и речь» ученый пишет, что всякая идея содержит в себе в переработанном виде отношение человека к действительности. Л.С. Выготский подчеркивает, что организация эмоциональной жизни ребенка должна идти по пути сдвига эмоционального переживания с конца поведенческого акта к его началу. Организация эмоциональной жизни ребенка заключается в том, что «ребенок выражает эмоциональное переживание в начале ... деятельности; самое удовольствие приводит здесь в движение деятельность ребенка» [Выготский Л.С. 1982, с.431].

Дальнейшее развитие эта идея получила в работах А.В. Запорожца [7], который разработал теорию эмоциональной коррекции деятельности в раннем онтогенезе. Они считают, что в начале формирования социально-мотивированной деятельности соответствующие эмоциональные переживания возникают у ребенка уже после того, как неадекватные действия привели к возникновению отрицательных в социальном отношении последствий и получили негативную оценку со стороны взрослого и сверстников. Постепенно, под влиянием взаимодействия с педагогом и другими детьми, у ребенка происходит сдвиг аффекта в начало деятельности и формируется так называемое эмоциональное предвосхищение. Механизм эмоциональной коррекции поведения, по их мнению, состоит в переходе ребенка от «запаздывающей» к «опережающей» эмоциональной коррекции. Таким образом, у детей формируется, так называемое «эмоциональное воображение».

Важной для нашего исследования является и теоретическая модель многоуровневой эмоциональной регу-

ляции поведения А.Д. Кошелевой [8], которая основана на принципе предметности эмоциональных явлений. Первый уровень обозначается автором как уровень соматически обусловленного переживания, которое выражается в субъективных состояниях ребенка, связанных с особенностями его телесных ощущений. Второй уровень аффилиативного, эмпатийного переживания складывается в системе «взрослый-ребенок» и обеспечивает присоединение ребенка к миру взрослых. На третьем уровне инструментальных эмоций происходит формирование психологического механизма поддержания интереса в освоении предметного содержания деятельности. Четвертый уровень рассматривается автором как уровень, на котором у ребенка появляются собственно социальные эмоции. В последнее время наблюдается усиление интереса современных исследователей к проблеме эмоциональной саморегуляции младших школьников (Л.С. Аюбян [9]; Ю.В. Братчикова, Е.О. Васильченко [10]; Т.В. Гармаева [11]; А.В. Добрин [12]; И.Г. Цыганкова [13] и др.).

В отношении детей с ЗПР исследований, посвященных проблеме эмоциональной саморегуляции поведения младших школьников, нами было обнаружено очень мало. В частности, это исследования по коррекции отдельных негативных эмоциональных проявлений, например, агрессивности (В.В. Ракитина, М.В. Бут-Гусаим [14] и др.), научные работы по изучению и коррекции эмоциональных особенностей младших школьников с ЗПР (Т.П. Артемьева [15]; Е.А. Князева, Л.Е. Шипова [16]; М.В. Романова [17]; Д.М. Степанова [18] и др. [19, 21]).

Формирование целей статьи (постановка задания). Целью публикации является представление психолого-педагогической программы коррекции эмоциональной саморегуляции поведения у младших школьников с ЗПР. В статье также описаны некоторые результаты диагностического исследования эмоциональной саморегуляции младших школьников с ЗПР, явившиеся основанием для разработки коррекционной программы.

Изложение основного материала статьи с полным обоснованием полученных результатов. Для выявления особенностей эмоциональной саморегуляции поведения у младших школьников с ЗПР нами было проведено экспериментальное исследование по следующим направлениям: изучение осознания детьми правил школьной жизни и уровня сформированности у них нравственных норм, позволяющих осуществлять регуляцию поведения (методика Л.С. Фатиховой «Я и школа»), выявление уровня эмоционального благополучия детей (методика экспертной оценки «Опросный лист для родителей» А.М. Щетинина, Н. Артюхина), определение уровня понимания эмоциональных состояний других людей (методика Л.С. Фатиховой «Изучение способности определять эмоциональное состояние людей в школьной ситуации»).

Полученные экспериментальные данные свидетельствуют, что уровень сформированности эмоциональной саморегуляции поведения у детей с ЗПР характеризуется следующими особенностями: низкая способность адекватно определять и описывать свои и чужие эмоции, наличие скудного эмоционального словаря, несформированность большинства социальных эмоций, затруднение в осуществлении эмоциональной децентрации, трудности в осознании и принятии к руководству в поведении нравственных норм, недостаточный для эмоционального комфорта уровень эмоционального благополучия (высокая тревожность, страхи, капризность, агрессивность и т. п.).

Исходя из концептуальных положений Л.С. Выготского, А.В. Запорожца и А.Д. Кошелевой о специфике эмоциональной регуляции поведения в детском возрасте, а также на основе выше перечисленных современных научных работ и собственных исследований эмоциональной регуляции младших школьников с ЗПР, нами

были определены основные задачи коррекционно-развивающей программы.

1. Развитие у детей с ЗПР способности понимать собственные эмоции и эмоции других людей;

2. Формирование у младших школьников с ЗПР представлений об основных нравственных нормах, регулирующих взаимоотношения в обществе;

3. Создание специальных обучающих ситуаций для переживания детьми с ЗПР социальных эмоций;

4. Формирование навыков эмоционального самоконтроля;

5. Расширение поведенческого репертуара детей с ЗПР и вариативности их социально приемлемых поведенческих реакций;

6. Создание психолого-педагогических условий для отреагирования негативных эмоциональных состояний и повышения уровня эмоционального благополучия.

При разработке программы были использованы некоторые подходы А.В. Ковалевской [21], С.В. Крюковой [22], А.В. Семенович [23], А.Л. Сиротюк [24], К. Фопеля [25], О.В. Хухлаевой [26]. Содержание программы состоит из трех основных разделов («Восприятие и понимание эмоций», «Формирование навыков эмоционального самоконтроля», «Общение с окружающими»), которые последовательно реализуют обозначенные нами выше коррекционно-развивающие задачи. Основными методами психолого-педагогической работы по коррекции эмоциональной саморегуляции явились элементы психологического тренинга, арт-терапевтические технологии (изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия), игры-драматизации. Так же использовались современные психолого-педагогические технологии, направленные на здоровьесбережение участников коррекционной программы. К ним можно отнести особую организацию окружающей предметно-пространственной среды, где в оформлении используются карточки и плакаты в которых содержатся напоминания об эмоциональных состояниях, правилах поведения и способах отреагирования эмоций, доступных для участников программы. Особую роль в этом отношении играют арт-терапевтические технологии (изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия), которые позволяют максимально комфортно для детей работать с их эмоциональной и поведенческой сферой.

Обратимся к анализу некоторых особенностей реализации коррекционно-развивающей программы. Младшие школьники с ЗПР проявляли интерес к содержанию занятий, у них наблюдалась довольно стойкая мотивация при выполнении заданий и упражнений. Особый интерес был замечен при выполнении подвижных игр, игр на коммуникацию, так же с выраженным желанием выполнялись школьниками арт-терапевтические упражнения. Во время прочтения сказок внимание детей было удержано сложнее, но комментарии и вопросы для привлечения внимания помогали им концентрироваться и быть включенными в процесс восприятия художественного произведения. Для поддержания интереса к коррекционным занятиям использовались электронные презентации и видеофрагменты с музыкальным сопровождением.

Обсуждение и рефлексия содержания занятий вызвали у младших школьников с ЗПР определенные сложности. Так, большинству детей требовалось задавать много наводящих вопросов, чтобы добиться осознания тех или иных нравственных норм, обсуждаемых во время тренинга. Среди проблемных моментов следует также отметить отдельные случаи нарушения поведения, например, несоблюдение правил работы во время тренинговых занятий, некоторые проявления негативных эмоциональных состояний (агрессивность, тревожность, замкнутость и т.п.). Как правило, с такими детьми проводилась индивидуальная работа, направленная на стабилизацию их эмоционального состояния, формирование осознанного отношения к групповым занятиям.

В целом, следует отметить, что уже при реализации

второго раздела коррекционной программы младшие школьники с ЗПР демонстрировали уже значительно большую заинтересованность в занятиях, они начали с удовольствием выполнять упражнения на релаксацию, стали более раскованными при выполнении психогимнастических практик. Можно отметить, что участники программы стали более развернуто отвечать на вопросы, эмоциональные ситуации для них стали более узнаваемыми, они перестали вызывать стойкие затруднения в определении эмоций. При общении с родителями выяснилось, что дети стали больше интересоваться эмоциональными проявлениями и их причинами в повседневной жизни, чаще стали использовать слова, обозначающие эмоции в речи.

Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий в данном направлении. Проведенное исследование позволяет констатировать, что младшие школьники с ЗПР стали значительно лучше понимать свои собственные эмоции и эмоции окружающих людей, в том числе и своих сверстников. Они приобрели определенные навыки речевого опосредствования своих эмоциональных состояний, что несомненно повысило степень осознанности у них собственных эмоциональных переживаний и реакций. Дети освоили некоторые приемы эмоционального самоконтроля, которые, при соответствующем закреплении, могут со временем стать привычными способами регуляции собственных эмоциональных проявлений. У младших школьников с ЗПР существенно расширился поведенческий репертуар социально приемлемых вариантов поведения в различных ситуациях взаимодействия с окружающими. На наш взгляд, данная программа может быть рекомендована к использованию для работы с младшими школьниками с ЗПР как в условиях коррекционного образовательного учреждения, так и в работе образовательных учреждений, поддерживающих интегрированную и инклюзивную практику. Перспективами дальнейшей научной работы в данном направлении нам представляется разработка проблемы эмоциональной саморегуляции относительно других категорий нарушенного развития в разные возрастные периоды развития. На наш взгляд, очень актуальным направлением в этом отношении является исследование эмоциональной саморегуляции у детей и подростков с расстройствами аутистического спектра.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Кисова В.В. Клинико-психологические особенности детей с задержкой психического развития как основа коррекционно-развивающей работы в специализированных образовательных учреждениях // Известия самарского научного центра российской академии наук. 2014. Т.16. № 2-2. С. 348-352.
2. Шутьова Н.В., Кисова В.В. Становление и пути развития психологического образования в Горьковском государственном педагогическом университете в 20-80 годы XX века // Вестник Мининского университета. 2016. № 2 (15). URL: <http://vestnik.mininiver.ru/jour/article/view/201/202> (дата обращения: 20.09.2020).
3. Капитаненко Н.В. Сравнительное исследование эмоциональной сферы старших дошкольников с нарушениями развития: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2009. 27 с.
4. Верхотурова Н.Ю. К проблеме генезиса эмоциональной регуляции поведения в детском возрасте. // Сибирский педагогический журнал. 2011. № 8. С. 264-273.
5. Виленская Г.А. Эмоциональная регуляция: факторы ее развития и связанные с ней виды поведения // Психологический журнал. 2020. Т.41. № 5. С. 63-76.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.4. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
7. Запорожец А.В. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. М.: Педагогика, 1986. 176 с.
8. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников: Учеб. пособие для студентов фак. дошк. образования высш. пед. учеб. заведения / Под ред. О.А. Шаграевой, С.А. Козловой. М.: Academia, 2003. 166 с.
9. Аюбян Л.С. Психология эмоциональных состояний и их регуляция у детей младшего школьного возраста (на материале детских страхов): Автореф. дис. ... докт. психол. наук. Самара, 2011. 51 с.
10. Братчикова Ю.В., Васильченко Е.О. Формирование навыков эмоциональной саморегуляции у младших школьников // Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции «Всероссийская весенняя психологическая сессия». Екатеринбург: ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет», 2017. С. 35-40.

11. Гармаева Т.В. Психология развития эмоциональной культуры младших школьников // Мир науки. 2014. Т.4. № 2. С. 1-9.
12. Добрин А.В. Особенности эмоционального тонуса у первоклассников с различным уровнем эмоционального интеллекта как фактор психолого-социальной адаптации к начальной школе // Science for education today. – 2020. – Т.10. – № 3. – С. 65-85.
13. Цыганкова И.Г. Изучение уровня сформированности эмоциональной саморегуляции у детей 6-7 лет // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2014. № 1(16). С. 212-215.
14. Ракипина В.В., Бут-Гусаим М.В. Особенности коррекции агрессивных проявлений у младших школьников с задержкой психического развития // Научный альманах. 2017. № 3-2(29). С. 373-376.
15. Артёмьева Т.П. Изучение и коррекция эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью и задержкой психического развития // Специальное образование. 2016. № 1(41). С. 5-15.
16. Князева Е.А., Шипова Л.Е. Особенности эмоционального развития младших школьников с задержкой психического развития // Евразийское научное объединение. 2019. № 11-5(57). С. 403-405.
17. Роматова М.В. Психолого-педагогическая коррекция эмоциональной сферы младших школьников с задержкой психического развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2006. 19 с.
18. Степанова Д.М. Эмоциональные нарушения младших школьников с задержкой психического развития // Аллея науки. 2018. Т.6. № 10(26). С. 582-588.
19. Конева И.А., Карпушкина Н.В. Особенности психологической готовности к обучению в школе старших дошкольников с задержкой психического развития // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 4 (25). С. 314-317.
20. Ефимова Д.В. Сравнительный анализ общей коммуникативной толерантности у подростков с нормальным и задержанным психическим развитием // XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс. 2015. Т. 2. № 6 (28). С. 84-91.
21. Ковалевская, А.В. Чувствуй! Говори! Доверяй!: арт-альбом. Минск: В.И.З.А. ГРУПП, 2011. 142 с.
22. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. М.: Генезис. 2002. 208 с.
23. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. М.: Генезис, 2017. 474 с.
24. Сиротюк А.Л., Сиротюк А.С. «Росток». Условия и методика развития ребенка. М.: ТЦ Сфера, 2016. 272 с.
25. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. М.: Генезис, 1998. 160 с.
26. Хухлаева О.В. Тропинки к своему Я: уроки психологии в начальной школе. М.: Генезис, 2011. 344 с.

Статья поступила в редакцию 21.09.2020

Статья принята к публикации 27.11.2020