

Новоселова Есения Сергеевна

студент магистратуры
Московский университет им. С.Ю. Витте
Москва, Россия

Хвастунова Елена Петровна

канд. социол. наук, заведующий
кафедры педагогического образования
Московский университет им. С.Ю. Витте
Москва, Россия

**ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ
ДЕТЕЙ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ****Аннотация**

Цель исследования — выявить особенности эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью и обосновать рекомендации по психокоррекционной работе средствами арт-технологий. Актуальность обусловлена значимостью эмоционального благополучия для социальной адаптации и учебной деятельности детей с интеллектуальными нарушениями. Методы: анализ психолого-педагогической литературы, диагностическое обследование по методикам Н.Я. Семаго и М. М. Семаго (изучение понимания эмоций по картинкам, карта наблюдений за поведением ребёнка), тест школьной тревожности Филлипса, тест «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова). Результаты исследования показали, что у большинства обследованных детей недостаточно сформированы представления о природе эмоций, наблюдается высокий уровень школьной тревожности и широкий спектр страхов. Кроме того, у них явно выражены трудности с саморегуляцией эмоциональных реакций и контролем поведения.

Ключевые слова: эмоциональная сфера, умственная отсталость, психокоррекция, арт-технологии

Введение

Эмоциональное благополучие ребёнка является ключевым условием его успешного психического развития, социального становления и включения в современное общество. Способность понимать и идентифицировать собственные эмоции, контролировать психоэмоциональное состояние и на этом основании выстраивать продуктивное взаимодействие с ровесниками и взрослыми определяет не только качества взаимоотношений, еще и уровень подготовленности ребёнка к учебному процессу и адаптации к школьным правилам. Для детей с ментальными особенностями стабильность и сохранность эмоциональной сферы играют существенную роль в приспособлении к учебной среде и за её пределами, а также для уменьшения вероятности возникновения поведенческих и личностных трудностей.

Одним из перспективных направлений психокоррекционной помощи детям с интеллектуальными нарушениями являются арт-технологии, включающие различные виды художественно-творческой деятельности. Художественно-творческая деятельность создаёт безопасную среду для выражения чувств, снижает тревожность, способствует саморегуляции и развитию эмоциональной сферы, что подтверждается исследованиями ряда авторов. В то же время научно-методическая литература указывает на недостаточную разработанность специализированных программ арт-терапии для младших школьников с ментальными нарушениями. Недостаточно определены критерии подбора и адаптации техник, способы оценки эффективности и механизмы внедрения в образовательный процесс. Это обуславливает актуальность разработки программ психологической коррекции эмоциональной сферы данной категории детей средствами арт-терапии.

Цель исследования: выявление особенностей эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью и разработка рекомендаций по психокоррекции средствами арт-технологий.

Задачи исследования:

1. Провести диагностику состояния эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста с умственной отсталостью.
2. Выявить характерные особенности и типичные нарушения эмоциональной сферы обследованных детей.
3. Разработать рекомендации по психокоррекции эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью средствами арт-технологий.

Исследование осуществлялось на базе ГБОУ города Москвы «Специальная (коррекционная) школа-интернат № 108». В исследовании приняли участие 20 обучающихся младшего школьного возраста (2–4 классы), имеющих заключение психолого-медико-педагогической комиссии об умственной отсталости (лёгкая степень).

Диагностика эмоциональной сферы проводилась по следующим методикам:

1. Методика изучения понимания эмоций по картинкам (Н.Я. Семаго, М.М. Семаго).
2. Тест школьной тревожности Филлипса (адаптированный вариант, 30 утверждений).

3. Тест на выявление детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

4. «Карта наблюдений за поведением ребёнка» (Н. Я. Семаго, М. М. Семаго).

По результатам методики изучения понимания эмоций по картинкам (Н. Я. Семаго, М. М. Семаго) были получены следующие данные:

Низкий уровень сформированности представлений об эмоциях – 11 чел. (55 %). Детям было трудно правильно распознавать и адекватно называть даже базовые эмоции – радость, печаль или злость. Часто они путали сходные эмоциональные состояния, не могли объяснить причины появления определённых чувств у других людей. Их высказывания отличались фрагментарностью и бессистемностью, при выполнении заданий постоянно требовалась поддержка со стороны педагога.

Средний уровень сформированности представлений об эмоциях – 7 чел. (35 %). Дети в целом определяли основные эмоции, однако допускали ошибки при дифференциации схожих эмоциональных состояний (например, грусть и обида, страх и удивление), нуждались в уточняющих вопросах или выборе из предложенных вариантов. Объяснение причин переживаний было кратким и ситуативным.

Высокий уровень сформированности представлений об эмоциях – 2 чел. (10 %). Дети уверенно распознавали и называли базовые эмоции по выражению лица, верно соотносили их с предъявляемыми ситуациями и могли дать краткое пояснение переживаний.

Результаты представлены на рисунке 1.

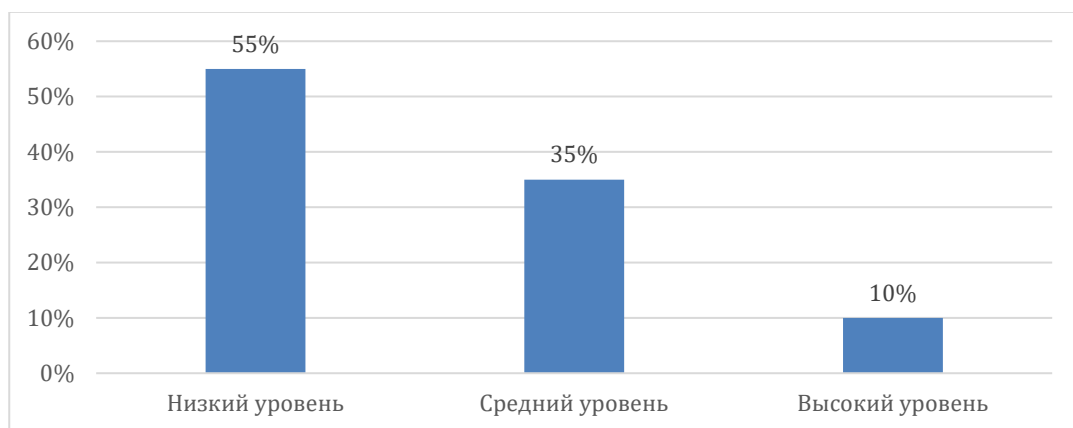


Рисунок 1 – Результаты методики изучения понимания эмоций по картинкам (Н. Я. Семаго, М. М. Семаго)

Таким образом, анализ результатов позволил определить преимущественно низкий уровень развития эмоциональных представлений среди обследуемых детей. К типичным затруднениям можно отнести неспособность различать близкие по характеру чувства, отсутствие умения логически обосновать причины переживаний и высокую зависимость от помощи взрослых при выполнении заданий. Полученные данные совпадают с выводами авторов о недостаточной зрелости эмоциональной сферы и слабой способности к различению эмоций у детей с особенностями умственного развития [10, с. 85; 15, с. 124].

По результатам теста школьной тревожности Филлипса (адаптированный вариант, 30 утверждений) были получены следующие данные:

Низкий уровень тревожности (0-9 тревожных ответов) – 4 чел. (20 %). Эти дети в целом адаптированы к школьной жизни, учебные ситуации и оценивание не вызывали у них устойчивой тревоги или страха.

Средний уровень тревожности (10-15 тревожных ответов) – 9 чел. (45 %). Наблюдалась заметная напряжённость в отдельных школьных ситуациях: ответ перед классом, контрольные работы, замечания педагога, взаимодействие со сверстниками. Тревожность периодически снижала активность и уверенность детей, хотя не являлась всеобъемлющей.

Высокий уровень тревожности (16-30 тревожных ответов) – 7 чел. (35 %). Дети воспринимали школу как психологически напряжённую среду. Ярко проявлялся страх неудачи и негативной оценки, отмечалось уклонение от ответов, отказ от выполнения заданий, плаксивость, что свидетельствовало о значительном эмоциональном дискомфорте.

Результаты представлены на рисунке 2.

Согласно результатам диагностики, большинство участников (80%) демонстрируют средний или высокий уровень школьной тревожности. Наиболее стрессовыми оказались ситуации выступления перед классом, проведения контрольных работ и получения оценки от педагога. Повышенный уровень тревоги у обучающихся с задержкой интеллектуального развития тесно связан с особенностями их мыслительных процессов – замедленной переработкой информации и трудностями в усвоении учебных требований.

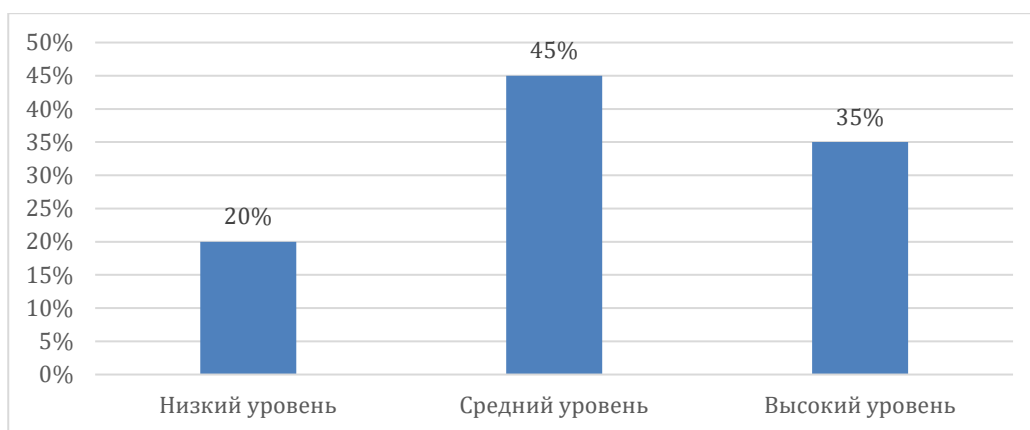


Рисунок 2 – Результаты теста школьной тревожности Филлипса

По результатам теста на выявление детских страхов «Страхи в домиках» (А. И. Захаров, М. А. Панфилова) были получены следующие данные:

Низкий уровень выраженности страхов (0-4 балла) – 3 чел. (15 %). При этом преобладали страхи типичные для данного возраста – страх темноты, громких звуков и т.п. В целом, эмоциональное состояние детей оставалось стабильным.

Средний уровень выраженности страхов (5-9 баллов) – 10 чел. (50 %). В данном случае количество страхов увеличивается за счёт появления школьных и социальных опасений (страх учителя, проверки знаний, насмешек сверстников). Эти страхи время от времени проявляются в поведении учеников – наблюдается избегание определённых ситуаций или скованность и застенчивость.

Высокий уровень выраженности страхов (10-15 баллов) – 7 чел. (35 %). В данной группе зафиксировано разнообразие страхов: среди них встречаются опасения, связанные с одиночеством, возможностью наказания, заболеваниями, а также со школьной средой – страх неудач в учёбе, оценивания, проблем во взаимоотношениях. Эти проявления отражают выраженное эмоциональное неблагополучие и повышенный уровень тревожности у испытуемых.

Результаты представлены на рисунке 3.

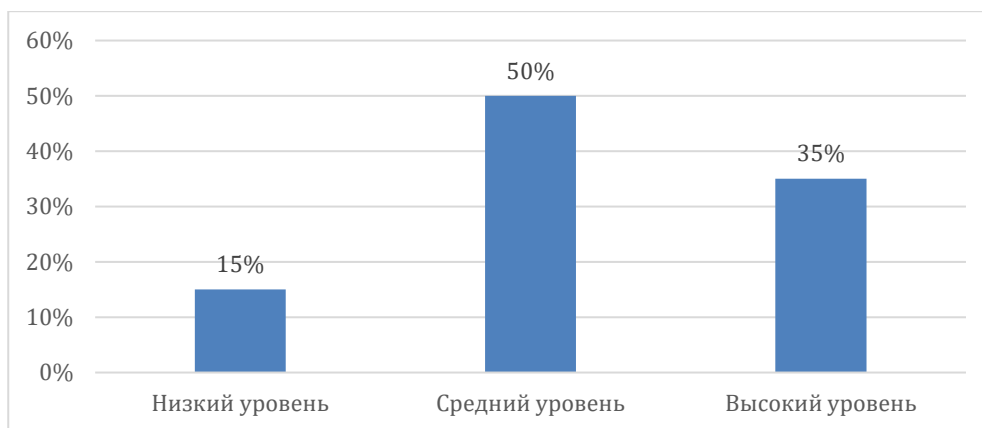


Рисунок 3 – Результаты теста «Страхи в домиках»
(А.И. Захаров, М.А. Панфилова)

В ходе исследования было установлено, что в 85% случаев у обследованных детей отмечается средняя или высокая выраженность страхов. Наиболее распространёнными оказались страхи, связанные со школьной средой: боязнь наказания учителя (75 %), страх отвечать у доски (70 %), страх контрольных работ (65 %), боязнь насмешек одноклассников (60 %). Значительно представлены также страхи, связанные с семейной ситуацией: боязнь наказания родителей (65 %), страх болезни или утраты близких (55 %). Исследовательские данные совпадают с выводами других авторов о склонности детей с интеллектуальными нарушениями к повышенной чувствительности и изменчивости эмоциональных реакций.

По результатам «Карты наблюдений за поведением ребёнка» (Н. Я. Семаго, М. М. Семаго) были получены следующие данные:

Относительно благополучный уровень эмоциональной регуляции – 4 чел. (20 %). Поведение преимущественно управляемое: дети воспринимали требования педагога, придерживались установленных правил, эмоциональные срывы были незначительными и непродолжительными.

Умеренные затруднения эмоциональной регуляции – 10 чел. (50 %). Наблюдались эпизодические эмоциональные срывы (плач, протест, вспышки раздражения), повышенная ранимость, периодическое несоблюдение правил. При помощи взрослого дети, как правило, восстанавливали равновесие и продолжали деятельность.

Выраженные нарушения эмоциональной регуляции – 6 чел. (30 %). Часто проявлялись интенсивные эмоциональные реакции (агрессия, плач, избегание), устойчивое несоблюдение правил, периодический отказ от деятельности при возникновении трудностей. Такое поведение существенно затрудняло включённость детей в учебный и игровой процесс.

Результаты представлены на рисунке 4.

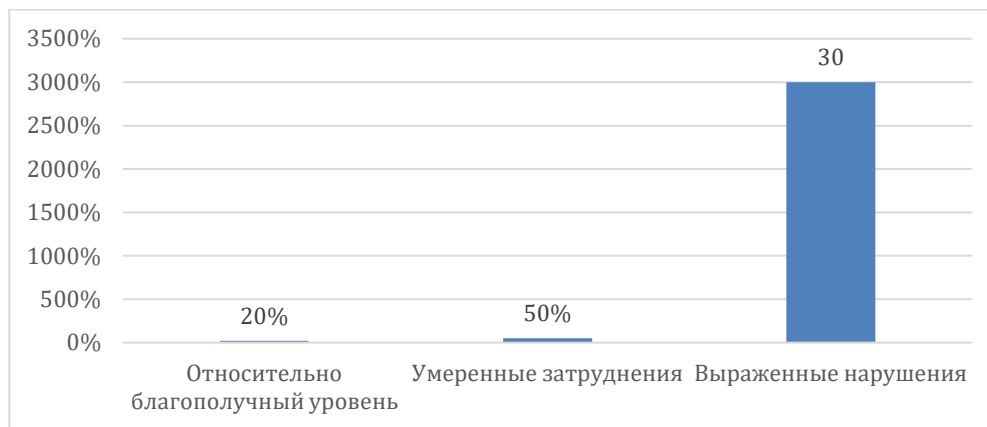


Рисунок 4 – Результаты «Карты наблюдений за поведением ребёнка» (Н. Я. Семаго, М. М. Семаго)

Результаты наблюдения подтвердили выводы, сделанные с использованием различных диагностических методик. У 80% обследованных выявлены умеренные или ярко выраженные нарушения регуляции поведения на эмоциональном уровне. Наиболее часто встречались импульсивные реакции, неспособность эффективно справляться с состоянием фрустрации, трудности в соблюдении правил поведения при стрессовых ситуациях и значительная зависимость от поддержки взрослых для восстановления эмоционального равновесия.

Комплексный анализ данных четырёх диагностических методов позволил получить целостную картину особенностей эмоциональной сферы младших школьников с УО. Для большинства из них характерны недостаточное формирование представлений об эмоциях, высокий уровень тревоги по поводу обучения в школе, наличие многочисленных страхов (преимущественно школьной тематики) и существенные затруднения в регуляции эмоций. Эмоциональные расстройства у данной категории детей тесно связаны со спецификой их познавательных процессов – недостаточно развитой произвольной

регуляцией деятельности, а также сложностями взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Всё это подчёркивает актуальность разработки специализированных коррекционных программ.

Исходя из результатов диагностики, были сформулированы рекомендации по организации коррекционной работы для улучшения состояния эмоциональной сферы младших школьников с УО посредством использования арт-технологий.

1) Создание специализированной коррекционной программы с учётом выявленных психологических особенностей. Разрабатываемая программа должна быть ориентирована на три ключевых направления, вытекающих из результатов диагностики: освоение базовых эмоциональных понятий (определение, вербализация и различение чувств), снижение уровня тревожности и интенсивности страхов, развитие навыков регуляции эмоционального поведения. При проектировании курса важно учитывать возрастные этапы развития и интеллектуальные возможности учеников. Необходимо применять чётко структурированные занятия, систематически повторять упражнения для закрепления умений и предоставлять ясные инструкции в доступной детям форме [1, с. 118; 16].

2) Использование различных арт-технологий в качестве ведущего психокоррекционного метода. Наиболее эффективными признаны формы арт-терапии, такие как изотерапия (рисование, лепка, аппликация, создание коллажей), позволяющая ребёнку выразить внутренние переживания и проработать их через творчество. Включение элементов сказкотерапии способствует осмыслению эмоциональных состояний и развитию эмпатии. Простые театральные постановки и игровые задания помогают моделировать жизненные ситуации социального взаимодействия и осваивать конструктивные варианты эмоциональных реакций.

3) Организация целенаправленной работы по преодолению школьной тревожности и страхов посредством арт-терапевтических методов. Учитывая наличие среднего или высокого уровня тревоги у 80% обследованных детей (показатели выраженности страхов достигают 85%), рекомендуется широко применять в коррекционной программе специальные упражнения арт-терапии для проработки этих проблем: изображение собственных страхов с последующим изменением художественного образа (преобразование рисунка путём перерисовывания или закрашивания), формирование «зоны безопасности» в рисунке или иной творческой работе, создание коллажа на тему

«Моё настроение», использование творческих релаксационных практик, например, раскрашивания мандал, рисования под успокаивающую музыку и т.п. [9, с. 154; 14, с. 87].

4) Выделение этапов в ходе коррекционных занятий на основе результатов диагностики. Рекомендуется последовательно структурировать работу следующим образом: на первом (адаптационном) этапе формируется эмоциональный контакт, создаётся атмосфера доверия, обучающиеся знакомятся с применяемыми материалами и техниками; второй этап (основной) предполагает систематическую коррекционную деятельность с акцентом на ключевые направления психоэмоциональной поддержки; третий этап (итоговый) направлен на закрепление приобретённых навыков и анализ достигнутых результатов. Каждое занятие целесообразно строить по устойчивой схеме: приветственный ритуал, упражнения для эмоционального включения, творческая активность, коллективное обсуждение итогов, финальный ритуал. Такая последовательность способствует ощущению предсказуемости и психологической защищённости у участников процесса – этот аспект особенно важен в работе с детьми, склонными к повышенной тревожности [5; 11, с. 78].

5) Систематический диагностический мониторинг динамики развития. Коррекционная работа должна опираться на данные первичных обследований, с обязательным проведением промежуточных и заключительных диагностических процедур. Применение единого набора методик обеспечивает сопоставимость оценок в различные периоды реализации программы и объективное отслеживание изменений.

6) Междисциплинарный подход к организации коррекционных мероприятий. Важным условием эффективности является согласованная совместная деятельность педагога-психолога, учителя-дефектолога и классного руководителя для комплексного анализа негативных проявлений у детей и выбора единых мер поддержки.

7) Активное участие родителей в процессе коррекции. Родителям необходимо предоставлять информацию о целях арт-терапии и используемых методах работы, рекомендовать простые творческие задания и техники саморегуляции для выполнения в домашних условиях. Всё это позволит укрепить позитивные эмоциональные контакты внутри семьи.

Заключение

Проведённая диагностика выявила существенные пробелы в представлениях о базовых эмоциях у большинства детей – более половины участников (55%) испытывали затруднения при распознавании различных эмоциональных состояний. У 80% обследованных зафиксирован высокий уровень школьной тревожности, причём особенно остро дети реагировали на ситуации публичного выступления перед классом, проведения контрольных работ или получения оценок. Средние и высокие показатели интенсивности страхов обнаружены у 85% детей. Доминирующими оказались страх наказания, боязнь выступить перед коллективом или стать объектом насмешек сверстников. Кроме того, признаки недостаточной сформированности навыков эмоционального самоконтроля были отмечены у 80% испытуемых.

Полученные результаты подтверждают актуальность целенаправленной психокоррекционной работы по развитию эмоциональной компетентности у младших школьников с УО. На основании диагностических данных сформирован комплекс мер по построению системы коррекции средствами арт-технологий: создание специализированной программы, использование разнообразных видов арт-терапии, адресная работа со страхами и тревожностью, поэтапная организация занятий, системный контроль динамики изменений, кооперация специалистов разных профилей, вовлечение семей воспитанников в процесс психологической поддержки ребёнка.

Применение арт-технологий рассматривается как перспективный ресурс благодаря влиянию художественно-творческой деятельности на формирование безопасной среды для выражения чувств. Дети с интеллектуальными особенностями могут открыто проявлять эмоции через различные формы творчества, что способствует их внутренней адаптации к социальному окружению.

Список использованных источников

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. — М.: Издательский центр «Академия», 2021. — 248 с.

2. Бакунова И.В., Родионова Е.С., Стахеева Е.А. Организация психологической помощи детям с умственной отсталостью средствами арт-терапии // Austrian Journal of Humanities and Social Sciences. 2023. №3-4. — С. 96-99
3. Выготский Л.С. Основы дефектологии. — СПб.: Лань, 2019. — 656 с.
4. Годовникова Л.В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ: учебник для вузов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 218 с.
5. Дюдина О.Л. Использование арт-терапии в коррекционно-развивающих занятиях для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в условиях реализации ФГОС [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2020/02/10/doklad-ispolzovanie-art-terapii-v-korreksionno> (дата обращения: 12.12.2025)
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по арт-терапии. — СПб.: Речь, 2021. — 192 с.
7. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — СПб.: Питер, 2021. — 752 с.
8. Калинцева М.А. Характеристика понятия «эмоциональная сфера» // Скиф. 2022. №7 (71). — С. 127-131. — EDN: VWNCBL
9. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. — Речь, 2023. — 336 с.
10. Колосова Т.А., Исаев Д.Н. Психология детей с нарушением интеллекта: учебник для вузов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 151 с.
11. Копытин А.И. Системная арт-терапия. — СПб.: Питер, 2021. — 216 с.
12. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков: практическое пособие. — 2-е стереотип. изд. — М.: Когито-Центр, 2024. — 208 с.
13. Кузнецова Т.В. Арт-терапия в помощь при работе с детьми с нарушением интеллекта [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://urok.1sept.ru/articles/659947> (дата обращения: 12.12.2025)
14. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. — СПб.: Речь, 2023. — 256 с.
15. Осадчая И.В., Дежкина С.А. Нарушение интеллектуального развития у детей дошкольного и младшего школьного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2020. №67-2. — С. 121-126. — EDN: WMYZTZ

16. Пупкова А.С. Программа по психолого-педагогической коррекции эмоциональных нарушений у детей с интеллектуальной недостаточностью средствами арт-терапии [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://multiurok.ru/files/programma-po-psikhologo-pedagogicheskoi-korreksii.html> (дата обращения: 12.12.2025)