

УДК 159.9 (075.8)

**Швед Мария Войтеховна,**  
*старший преподаватель*  
*УО «Витебский государственный университет*  
*имени П.М. Машерова»*  
*г. Витебск, Республика Беларусь*

## **ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХОВ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА В УСЛОВИЯХ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ**

**Аннотация.** В статье рассмотрена специфика появления различных видов страхов и тревожности при аутистических расстройствах и их влияние на поведение и коммуникацию. Автором представлены результаты исследования особенностей проявления тревожности и страхов у детей с расстройствами аутистического спектра, в том числе в сочетании с интеллектуальной недостаточностью, проведенного на базе ГУО «Специальная школа № 26 г. Витебска» и ГУО «Витебский городской центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации». Полученные экспериментальные данные и теоретический анализ проблемы исследования позволили автору представить в статье варианты использования ресурсов сенсорной комнаты для проведения психокоррекционной работы по снижению тревожности и преодолению страхов у детей с искаженным типом дизонтогенеза, в статье приведены конкретные примеры психокоррекционных упражнений.

**Ключевые слова:** расстройства аутистического спектра, тревожность, страхи, сенсорная комната, психокоррекция

**Shved Mariya Voytekhovna**

## **PSYCHOCORRECTION OF ANXIETY AND FEARS IN CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS IN A SENSORY ROOM**

**Abstract.** The article examines the specifics of the appearance of various types of fears and anxiety in autistic disorders and their im-

impact on behavior and communication. The author presents the results of a study of the peculiarities of the manifestation of anxiety and fears in children with autism spectrum disorders, including in combination with intellectual disability, conducted on the basis of the SEI «Special school № 26 of Vitebsk" and the SEI «Vitebsk city center for correctional and developmental education and rehabilitation». The obtained experimental data and theoretical analysis of the research problem allowed the author to present in the article options for using the sensory room resources to conduct psychocorrective work to reduce anxiety and overcome fears in children with a distorted type of dysontogenesis, the article provides specific examples of psychocorrective exercises.

**Keywords:** autism spectrum disorders, anxiety, fears, sensory room, psychocorrection.

Одним из важнейших звеньев психокоррекционной работы с детьми с расстройствами аутистического спектра является развитие их эмоциональной сферы, в том числе преодоление тревожности и страхов. Для детей данной категории характерна различная степень интенсивности проявления тревожности: от еле уловимых симптомов до доминирующего компонента в психическом состоянии.

Следует отметить высокую интенсивность страхов и повышенную фиксацию на них. Страхи у детей с расстройствами аутистического спектра могут быть обусловлены как внутренними (гиперчувствительность к сенсорным воздействиям), так и внешними факторами. Причиной возникновения страхов может выступить как чувство беспокойства, так и форма повторяющегося поведения.

Как показали данные специальных экспериментально-психологических исследований (В.В.Лебединский, О.С. Олихейко), страхи занимают одно из ведущих мест в формировании аутистического поведения [4, с. 109]. По данным Ч. Эдингтона, у детей с расстройствами аутистического спектра тревожность, и как следствие – возникновение страха, может вызывать: неструктурированное время, учебные ситуации, сенсорные проблемы, социальные ситуации и бытовые требования [1, с. 99].

Оказание ребенку с расстройствами аутистического спектра специально организованной профессиональной помощи направ-

лено не столько на преодоление страхов и снижение тревожности. Это целостная система коррекционных занятий, направленная на выстраивание межличностных коммуникаций ребенка, взаимодействие его с окружающим миром, повышение выносливости, заинтересованности, гибкости в отношении с миром.

Выделяют два взаимодополняющих компонента такой работы: обеспечение условий, максимально снижающих уровень тревоги и профилактики возникновения новых страхов; нейтрализация уже нажитых и зафиксированных страхов [3, с. 9].

Цель исследования – обосновать возможности использования мультисенсорной среды сенсорной комнаты для коррекции страхов и тревожности детей с расстройствами аутистического спектра.

Исследование особенностей проявления тревожности и страхов было проведено в марте – мае 2022 года на базе ГУО «ВГЦ-КРОиР» и филиала кафедры коррекционной работы в ГУО «Специальная школа № 26 г. Витебска». В процессе обработки полученных диагностических данных было проведено сопоставление полученных результатов между двумя экспериментальными группами: детьми младшего школьного возраста с интеллектуальной недостаточностью (общее количество – 10 испытуемых, возраст 8–11 лет) (ЭГ1) и воспитанниками с тяжелыми и множественными нарушениями развития (общее количество участников исследования – 8 испытуемых с ранним детским аутизмом и с интеллектуальной недостаточностью, возраст от 5–14 лет) (ЭГ2).

Методами исследования в рамках констатирующего эксперимента послужили «Тест тревожности» (Амен В., Тэмпл Р., Дорки М.) и «Методика диагностики детских страхов» (А.И. Захаров).

Диагностика степени и специфики проявления тревожности у учащихся с интеллектуальной недостаточностью показала, что в 70 % случаев участники данной экспериментальной группы продемонстрировали средний уровень проявления тревожности, в 20 % случаев – низкий уровень проявления тревожности, в 10 % – высокий уровень проявления тревожности. В ЭГ2 у 88 % детей было зафиксировано наличие высокого уровня проявления тревожности, в 12 % случаев был выявлен средний уровень проявления тревожности.

Диагностика содержания страхов у детей младшего школьного возраста с интеллектуальной недостаточностью показала, что в

70% случаев у испытуемых данной группы превалирует страх медицинских манипуляций, в 15% случаев – физические страхи, страхи снов и темноты преобладают у 10 % учащихся специальной школы, в 5 % случаев были выявлены социальные страхи. Диагностика содержания страхов у воспитанников с расстройствами аутистического спектра показала, что в 80 % случаев у испытуемые ЭГ2 демонстрируют пространственные и социальные страхи, в 15 % случаев превалирует страх различных сказочных персонажей и животных, у 5 % детей данной группы обнаружен страх медицинских манипуляций.

Интерпретация результатов изучения содержания страхов показала, что у детей ЭГ2 часть страхов непонятна для окружающих, и данная тенденция у них более выражена, чем у испытуемых ЭГ1.

Таким образом, у большинства детей с ранним детским аутизмом, осложненным интеллектуальной недостаточностью, наблюдается высокий уровень проявления тревожности, преобладающими страхами являются пространственные и социальные.

Использованием ресурсов сенсорных комнат в работе с детьми с расстройствами аутистического спектра занимались Кальмова С.Е., И.И. Мамайчук, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, Л.М. Шипицина и др. По данным С.Е. Кальмовой, активное использование сенсорной комнаты позволяет проводить корригирующие мероприятия в щадящих и комфортных для ребенка условиях. При этом ребенок постоянно испытывает ощущение успеха [2, с. 21].

В результате теоретического анализа современных психолого-педагогических исследований и подходов к коррекции проявлений тревожности и страхов, а также результатов констатирующего эксперимента, нами был составлен цикл психокоррекционных занятий для детей с расстройствами аутистического спектра в условиях сенсорной комнаты.

Задачи данной работы: способствовать снижению уровня тревожности; актуализировать чувство страха для его последующей коррекции; снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, создание необходимых условий для релаксации.

Этапы психокоррекционной работы:

1. *Ознакомительный этап.* Предварительная подготовка детей через рассказ о сказочной, волшебной комнате.

2. *Адаптационный этап.* Характерной особенностью данного этапа является организация самостоятельной деятельности каждого ребенка. Дети, придя в сенсорную комнату, выбирают каждый для себя сенсорную зону и взаимодействуют с ней. Такая свобода дает возможность ребенку с нарушениями аффективной сферы изучать пространство в своем индивидуальном темпе, испытывать чувство независимости, формировать устойчивую мотивацию к познавательной деятельности.

3. *Основной, психокоррекционный.*

4. *Итогово-диагностический.*

Приведем примеры некоторых психокоррекционных упражнений, направленных на преодоление страхов и снижение тревожности у детей с расстройствами аутистического спектра:

1. Психокоррекционное упражнение «Сказочка о страхе». Психолог рассказывает сказку: «Давным-давно жил-был Страх. С ним никто не хотел играть, потому что его все боялись. Надоело Страху быть одному, пошел он искать себе друзей, но ничего не получилось, потому что все прятались от него и не хотели с ним дружить». Подумайте и нарисуйте Страх. Как он выглядит?

2. Упражнение «Дом монстров». Участникам необходимо изобразить жителей дома монстров – ужасы. Все нарисованные страхи навсегда остаются в сенсорной комнате (или у психолога).

3. Упражнение «Прогони Бабу-Ягу». Ребёнка должен вообразить, что в его подушке спряталась Баба-Яга, которую нужно выгнать громким криком. Разрешается бить по подушке руками или предметами.

Сенсорная комната может рассматриваться как дополнительный ресурс, повышающий результативность коррекционных мероприятий, связанных с укреплением психофизического здоровья ребенка с аутистическими нарушениями. Для проведения психокоррекционных занятий в указанной комнате могут быть использованы разнообразные методики и технологии, воздействующие на психическое состояние участника через органы чувств. Необходимо отметить, что качественно организованное пребывание в сенсорной комнате улучшает эмоциональное состояние, способствует снижению проявлений агрессивности, уменьшению тревожности различного типа и нервного возбуждения.

### Список литературы

1. Детский аутизм. Хрестоматия / сост. Л.М. Шипицина. – СПб. – 1997. – 254 с.
2. Кальмова, С.Е. Сенсорная комната - волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / С.Е. Кальмова, Л.Ф. Орлова, Т.В. Яворовская. – СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006. – 59 с.
3. Ковалец, И.В. Дети с аутистическими нарушениями в раннем возрасте: диагностика, коррекция, развитие / И.В. Ковалец // Специальная адукация. – 2013. – № 2. – С. 8–13.
4. Лебединский, В.В. Нарушение психического развития у детей / В.В. Лебединский. – М.: МГУ. – 1985. – С. 167.

УДК 159.9 (075.8)

**Шереметова Марина Александровна,**

*заведущая,*

**Долгова Елена Юрьевна,**

*и.о. заведующего,*

**Анучкина Ольга Ивановна,**

*учитель-логопед,*

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 109»,*

*г. Воронеж, Россия*

### **ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОКОРРЕКЦИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы личностного развития детей дошкольного возраста. Авторами ставится вопрос о необходимости и важности исследования возможностей психокоррекции личностного развития дошкольников с общим недоразвитием речи. В статье приводятся основные направления психокоррекционной работы с педагогами и родителями. В заключении доказывается важность и своевременность проводимой работы специалистов.

**Ключевые слова:** психокоррекция, дошкольники, общее недоразвитие речи, личностное развитие.