

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В. П. Астафьева»
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

Головачёва Алина Александровна
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАС В УСЛОВИЯХ
ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: Педагогика и
психология начального образования

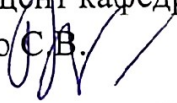
ДОПУСК К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой, к.пс.н., доцент
Мосина Н.А.


(дата, подпись)

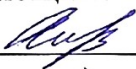
Руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ПиПНО
Шандыбо С.В.


(дата, подпись)

Дата защиты 16.06.25

Обучающийся Головачёва А.А.


(дата, подпись)

Оценка Отлично

(прописью)

Красноярск, 2026

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты изучения эмоционального интеллекта младших школьников.....	8
1.1. Понятие эмоционального интеллекта младших школьников в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе ...	8
1.2. Особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.....	16
1.3. Методы и формы развития эмоционального интеллекта младших школьников	23
Выводы по главе 1.....	30
Глава 2. Практические аспекты изучения эмоционального интеллекта младших школьников в условиях инклюзивного образования	32
2.1. Методы и методики диагностики уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников	32
2.2. Актуальный уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников, в том числе с РАС.....	40
2.3. Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.....	48
Выводы по главе 2.....	62
Заключение.....	64
Список использованных источников.....	66
Приложение.....	72

Введение

В современном обществе эмоциональный интеллект имеет практическую значимость и может быть определен как значимая цель образования и развития современного ребенка. Он позволяет понимать друг друга, проявлять эмоции по отношению к друг другу и налаживать отношения между собой. Эмоциональный интеллект является важным аспектом как социального, так и личностного развития обучающихся, в том числе и младших школьников с ограниченными возможностями здоровья (Д.В. Люсин, Д. Гоулман, Дж. Майер, И.Н. Андреева, П. Сэловей). В частности, исследователями отмечается, что эмоциональный интеллект способствует формированию навыков саморегуляции, эмпатии и сотрудничества, что важно для обучения и социальной включенности младших школьников [31, 32]. А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская подчеркивают, что развитие эмоционального интеллекта определяет успешность в обучении и социальной адаптации не только в начальной школе, но и создает предпосылки для психологической готовности к переходу и обучению на ступень основного общего образования. Данное утверждение актуализирует значимость исследования эмоционального интеллекта у младших школьников [4].

Мониторинг Института возрастной физиологии РАО в 2024 году зафиксировал, что у 58% обучающихся 1-4 классов снижена способность вербально выражать свои чувства [8]. Следует отметить, что значимость развития эмоционального интеллекта младших школьников подтверждается сформулированными во ФГОС НОО и ФГОС НОО ОВЗ требованиями к метапредметным и личностным результатам образования (универсальным учебным действиям, далее УУД) [31, 32]. В соответствии с личностными УУД младшие школьники как результат их образования должны продемонстрировать: активное участие в социальной деятельности, ценностные установки и качества личности, имеющие социальное значение, а это, в свою очередь, указывает на

связь с эмоциональным интеллектом и его развитием. А.Г. Асмоловым, Г.В. Бурменской, И.А. Володарской доказано, что развитие эмоционального интеллекта обеспечивает формирование регулятивных и коммуникативных групп УУД [4].

Отечественные и зарубежные исследователи эмоционального интеллекта отмечают, что развитие эмоционального интеллекта обеспечивает умение понимать собственные эмоции и эмоции других, что, в свою очередь, повышает их способность и готовность к общению и совместной деятельности с другими, к самоорганизации и самоконтролю, адаптации в различных социальных ситуациях [32]. Именно поэтому, в рамках школьного образования развитие эмоционального интеллекта становится одной из ключевых задач, через организацию не только учебной деятельности обучающихся, но и другие направления работы в школе.

В России наблюдается устойчивый рост числа детей с ОВЗ, в том числе и обучающихся в инклюзивных классах. В 2015 году количество инклюзивных классов в России составляло 173 тысячи человек, а по данным 2024 года количество возросло до 583 тысячи человек. Согласно статистике отдела специального образования Министерства образования В Красноярском крае количество обучающихся с ОВЗ в инклюзивных классах к 2024 году увеличилось с 14080 до 16 717 человек [30]. Со ссылкой на статистику Московского государственного психолого-педагогического университета можно отметить, что численность обучающихся с РАС в России на 2022 год составила 45888 человек, что на 29890 человек больше в сравнении с 2017 годом. Данное подтверждает актуальность темы нашего исследования [20].

Понятие «эмоциональный интеллект» было введено Джон Майер и Питер Сэловей. Под эмоциональным интеллектом понимали - способность распознавать, понимать и управлять собственными эмоциями, а также эмоциями других людей [39]. Как отмечает Л.В. Шаргородских у детей с РАС

проявление эмоционального интеллекта обусловлено особенностями их развития. Отечественные и зарубежные исследования показывают, что у этой категории обучающихся наблюдаются сложности в распознавании и интерпретации эмоций, как своих, так и чужих, а также затруднения в сопереживании и коммуникация с окружающими [35]. Это не означает, что дети с РАС не способны к эмоциональному развитию, через создание специальных условий они могут научиться выражать эмоции, регулировать свои эмоции, а также строить отношения с окружающими на основе эмоциональных переживаний. Этому способствует инклюзивное образование.

Среди теоретических предпосылок к изучению эмоционального интеллекта, в том числе и младших школьников, можно выделить исследования как отечественных (А.Г. Асмолов, Д.В. Люсин, Д.В. Ушаков, И.Н. Андреева, Л.В. Шаргородских, С.А. Коротких и др.), так и зарубежных ученых (Д. Гоулман, Дж. Майер, П. Сэловей и др.).

Исходя из выше сказанного, мы сформулировали тему исследования: «Особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС в условиях инклюзивного образования».

Цель: изучить и описать особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Объект - эмоциональный интеллект младших школьников.

Предмет - особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.

Гипотеза состоит в том, что эмоциональный интеллект младших школьников с РАС:

1. характеризуется затруднениями в распознавании собственных эмоций и эмоций других людей, в выражении эмоций в контексте ситуации общения и адекватного реагирования на эмоции, в регулировании эмоций при решении проблемы.

2. может развиваться в процессе реализации программы, ориентированной на развитие когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Проанализировать отечественную и зарубежную литературу по проблеме развития эмоционального интеллекта младших школьников.

2. Описать особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.

3. Изучить и описать методы и формы развития эмоционального интеллекта младших школьников.

4. Подобрать и описать методы и методики диагностики эмоционального интеллекта младших школьников.

5. Выявить уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников, в том числе младших школьников с РАС.

6. Разработать программу по развитию эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.

Методы исследования:

1. Анализ и обобщение теории, изученной в научной литературе.

2. Наблюдение.

3. Анализ документов.

4. Опросные методы (беседа).

5. Тестирование (проективные методики).

6. Количественный и качественный анализ полученных данных.

База исследований:

г. Красноярск МАОУ СОШ №157, 4 «Р» класс 21 обучающийся с нормотипичным развитием. КГБОУ «Красноярская школа № 11», 4 «А» класс 2 обучающихся с расстройством аутистического спектра. В соответствии с

заключениями ПМПК у обучающихся определена адаптированная образовательная программа, вариант 8.2.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, выводов, библиографического списка, приложения.

Работа апробирована на конференции «Современное начальное образование: проблемы и перспективы развития» в рамках XXVII Международного научно-практического форуму студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» в г. Красноярске.

По теме исследования имеется публикация.

Глава 1. Теоретические аспекты изучения эмоционального интеллекта младших школьников

1.1. Понятие эмоционального интеллекта младших школьников в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе

Понятие «эмоциональный интеллект» возникло в XX веке, соединив в одно два понятия «эмоции» и «интеллект». Первоначально они рассматривались отдельно, при этом, ученые видели взаимосвязь между ними достаточно давно, еще с древних времён.

Понятие «эмоциональный интеллект» впервые было введено в 1990 г. Дж. Майером и П. Саловеем. Они описывали эмоциональный интеллект «как разновидность социального интеллекта, затрагивающую способность индивида отслеживать свои и чужие эмоции и чувства» [39, 6, 21]. Авторы данного понятия указывают на навыки и способности человека распознавать, понимать и уметь регулировать эмоции как свои, так и других людей.

Более распространенным понятие «эмоциональный интеллект» стало благодаря исследованиям американского психолога Д. Гоулмана. В своей работе, которую он опубликовал в 1995 г., Д. Гоулман рассматривал эмоциональный интеллект «как способность человека истолковывать собственные эмоции и эмоции окружающих, с тем, чтобы использовать полученную информацию для реализации собственных целей» [10].

Понятие Д. Гоулмана по смыслу пересекается с понятием Дж. Майера и П. Саловея. Первый аспект, который он выделяет в определении - это умение узнавать и называть чувства, а вторым - способность управлять эмоциями и использовать их для достижения целей. Когда человек распознает и управляет своими эмоциями, то он может сконцентрироваться на достижении определенной цели. Автор также указывал, что эмоциональный интеллект

включает в себя способность распознавать эмоции других людей, анализируя невербальные признаки.

В книге «Социальный интеллект: теория, измерение, исследования», вышедшей в 2004 году в издательстве Института психологии РАН под редакцией Д. В. Люсина и Д. В. Ушакова, авторы писали об эмоциональном интеллекте: «может направляться человеком как на других людей, так и на самого себя, на познание собственных эмоций» [26, с.6]. В этом определении главным образом рассматривается мимика, пантомимика, интонация и речевые высказывания - всё, что помогает определить эмоции и чувства человека в конкретный момент.

И. Н. Андреева в своих работах даёт определение эмоционального интеллекта как «способности отслеживать свои эмоции, а также эмоции и чувства других людей, различать их и использовать для руководства своим мышлением и действиями» [1, 2]. «Отслеживать» эмоции - это способность их распознавать, осознавать, понимать, что их вызывает, тем самым влиять на эмоции другого человека. При необходимости уметь вызывать ту или иную эмоцию.

Д. В. Люсина в своей работе «Современные представления об эмоциональном интеллекте», которая опубликована в сборнике «Социальный интеллект: теория, измерение, исследования», даёт эмоциональному интеллекту такое понятие - «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управление ими» [26]. Понимать эмоции означает умение человеком их распознавать, определять и понимать причину возникновения эмоции. Управление - умение контролировать эмоции, как в вербальном проявлении, так и в невербальном.

Психологическая энциклопедия трактует эмоциональный интеллект как «индивидуально-психологический комплекс способностей и умений субъекта воспринимать эмоциональные проявления - как собственные, так и других

людей, - понимать их значение и смысл и эффективно оперировать этой информацией в соответствии с задачами субъекта и наличной ситуацией» [13].

В педагогическом словаре понятие эмоциональный интеллект представлено как «способность человека идентифицировать и выражать эмоции, регулировать их и использовать эту информацию для того, чтобы успешно справляться различными жизненными ситуациями», а также «умственная способность субъекта постигать свои чувства и других людей» [12].

Исследования эмоционального интеллекта в современных условиях являются актуальными в связи с условиями современного общества, где умение выстраивать межличностные связи и эффективно взаимодействовать с людьми играет ключевую роль.

Д. В. Люсина в своей работе выделяет два вида эмоционального интеллекта: межличностный и внутриличностный. Межличностный эмоциональный интеллект, по мнению автора, включает в себя умение понимать и влиять на эмоции других людей и выстраивать взаимоотношения. Внутриличностный эмоциональный интеллект – это самоконтроль, самомотивация и самооценка [26,27].

1. Внутриличностный эмоциональный интеллект включает:

- Понимание своих эмоций и чувств: их адекватная интерпретация и определение, выявление причин возникновения, умение их выразить.
- Управление своими эмоциями и чувствами, умение контролировать выражение своих эмоций и чувств, что помогает поддерживать отношения с окружающими и избегать конфликтов.

2. Межличностный эмоциональный интеллект:

- Способность понимать и распознавать чувства других людей, опираясь на невербальные сигналы.
- Способность влиять на эмоциональное состояние других людей.

Эти виды эмоционального интеллекта играют роль в формировании личности. Внутриличный интеллект позволяет человеку лучше понимать себя, свои потребности и цели. Межличностный интеллект помогает установлению и поддержанию взаимоотношений с окружающими, что позволяет успешно общаться с другими.

Следует отметить, что в этой же работе Д.В. Люсин выделяет три фактора, влияющие на эмоциональный интеллект [26,27]:

- когнитивные способности отвечают за быстроту и точность обработки информации;
- представления об эмоциях - понимание эмоций как значимое явление, с помощью которого можно получить ценную информацию;
- особенности эмоциональности - восприимчивость к эмоциям и способность их контролировать.

Дэниел Гоулман в своей книге выделяет 5 основных компонентов эмоционального интеллекта [11]: самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия, социальные навыки.

Представим более подробно описание каждого компонента.

1. Самосознание.

Самосознание - это способность осознавать и понимать свои эмоции и их влияние на поведение и взаимодействие с другими людьми. Оно включает в себя самонаблюдение и рефлекссию, и может развиваться через различные методы, такие как самоанализ, обратная связь от других и психотерапия.

2. Саморегуляция.

Саморегуляция - это способность контролировать свои эмоции, поведение и побуждения. Она является одним из ключевых аспектов эмоционального интеллекта и играет важную роль в нашем взаимодействии с окружающим миром. Саморегуляция также влияет на наши межличностные отношения.

Умение управлять своими эмоциями помогает в общении, разрешении конфликтов и преодолении стресса.

3. Мотивация.

Мотивация - это внутренний процесс, который побуждает, направляет и поддерживает наше поведение. Она является одним из ключевых элементов эмоционального интеллекта и тесно связана с такими его аспектами, как самосознание и саморегуляция.

4. Эмпатия.

Эмпатия - это умение понимать и разделять чувства других людей, а также представлять себе, что они могут чувствовать в конкретной ситуации. Это один из ключевых аспектов эмоционального интеллекта, который играет важную роль в межличностных отношениях.

5. Навыки межличностных отношений или социальные навыки.

Способности к взаимодействию с социумом неразрывно связаны с эмоциональным интеллектом и в значительной степени являются его продолжением. Эти навыки, включающие в себя коммуникацию, умение работать в команде, разрешение конфликтов и другие аспекты социального взаимодействия, зависят от способности человека понимать, интерпретировать и контролировать свои эмоции, а также эмоции окружающих.

Опираясь на исследования эмоционального интеллекта таких исследователей (Д. Гоулман, Д. В. Люсин, Дж. Майер и др.) И.Н. Мещерякова выделила следующую структуру эмоционального интеллекта [17]:

1. Эмоциональный компонент:

- эмпатия (умение распознавать эмоции других людей, понимать чувства партнеров по общению, способность понять положение другого, представить мир глазами другого человека);

- «полезная» тревожность (эмоциональная устойчивость, невосприимчивость к эмоциогенным факторам);

- мотивация достижения успеха;
- эмоциональная отзывчивость (способность легко, быстро и гибко реагировать на различные воздействия).

2. Когнитивный компонент:

- адекватная самооценка;
- эмоциональное самосознание (способность жить «в унисон» со своими внутренними эмоциями, хорошее понимание роли чувств в работе и в общении);
- осведомленность об эмоциональных качествах;
- рефлексия (понимание своего внутреннего мира, пониманию другого путем размышления «с его позиции»).

3. Поведенческий компонент:

- способность управлять своими эмоциями (умение принимать и контролировать свои эмоции; возможность использовать свои эмоции для достижения поставленной цели);
- продуктивное взаимодействие (умение поддерживать контакты и устанавливать связь; способность позитивно влиять на результативность процесса общения).
- психологическая гибкость в выстраивании отношений (умение находить общий язык с разными людьми в разных обстоятельствах; терпимость к иным позициям, взглядам, ценностям, образам жизни).

В 1990 году исследователями Д. Карузо, Дж. Майером, П. Саловеем была разработана модель эмоционального интеллекта через описание способностей. Данная модель представлена четырьмя компонентами [39]:

1. Восприятие, оценка и выражение эмоций.
2. Использование эмоций для повышения эффективности мышления и деятельности.
3. Понимание эмоций.

4. Управление эмоциями.

Модель эмоционального интеллекта, представленная данными исследователями, раскрывается как многогранная система, неотделимая от способности человека не только распознавать и переживать эмоции, но и эффективно использовать их в своей жизни. От точного считывания невербальных сигналов до виртуозного управления собственными и чужими чувствами – каждый из четырех компонентов играет ключевую роль в формировании гармоничной личности. Данные четыре аспекта эмоционального интеллекта формируют основу для развития личности, способной к глубокой эмпатии, продуктивному взаимодействию и успешному решению жизненных задач.

Интегративный подход к эмоциональному интеллекту, разработанный И. Н. Андреевой, представляет собой многоуровневую концепцию, которая систематизировала и примирила различные теории. В его основе лежит синтез моделей, рассматривающих эмоциональный интеллект как набор способностей, как личностную черту и как смешанный конструкт. Эта трехуровневая структура призвана разрешить накопившиеся противоречия в научных исследованиях [2].

Первый уровень - эмоциональный интеллект индивида. Он охватывает врожденные когнитивные возможности человека, отвечающие за обработку эмоциональных данных. Второй уровень - эмоциональный интеллект субъекта деятельности. Он динамически формируется на протяжении жизни и включает в себя не только умение распознавать и управлять эмоциями, но и накопленные знания, навыки и практический опыт в этой сфере. Третий уровень - эмоциональный интеллект личности. Этот уровень акцентирует внимание на социальном и прижизненном генезисе данного феномена. Он описывает устойчивые связи эмоционального интеллекта с личностными качествами, способствующими позитивному социальному взаимодействию [2].

Интегративный подход И. Н. Андреевой предлагает рассматривать эмоциональный интеллект, выйдя за рамки узких определений. Трехуровневая модель демонстрирует динамику развития этого сложного феномена, от врожденных предрасположенностей до зрелых личностных проявлений.

Модель Рувена Бар-Она, посвященная социально-эмоциональной компетентности (иногда называемой эмоционально-социальным интеллектом), представляет собой теоретическую и психометрическую структуру, разработанную израильским психологом. Ее цель - измерение эмоционального интеллекта, то есть совокупности эмоциональных и социальных навыков, определяющих, как человек воспринимает себя, проявляет эмоции, строит отношения и справляется с жизненными вызовами [40].

Модель Рувена Бар-Она, предлагая понимание социально-эмоциональной компетентности, не просто описывает набор человеческих качеств, но предлагает практический инструмент для их оценки и развития. В ее основе лежит идея о том, что эмоциональный интеллект - это не врожденный дар, а развиваемый набор навыков, играющих ключевую роль в адаптации, межличностном взаимодействии и общем психологическом благополучии.

Важно уделить внимание развитию эмоционального интеллекта, так как он является важным аспектом нашей жизни, который влияет на личные и профессиональные отношения и обеспечивает благополучные взаимоотношения между людьми, что делает его инструментом для успешной жизни в современном мире.

С.А. Коротких в своей статье «Развитие эмоционального интеллекта младших школьников» говорит о том, что эмоциональный интеллект состоит из «основных составляющих системы» в них входят: «восприятие эмоций, понимание эмоций; идентификация эмоций; поведение, соразмерное переживаемым эмоциям»[15].

Развитие эмоционального интеллекта зависит от этих «составляющих», позволяющих распознавать, осознавать, понимать и управлять эмоциями как своими, так и эмоциями других людей. Данное способствует успешному выстраиванию взаимоотношений с окружающими.

Таким образом, эмоциональный интеллект представляет собой многоаспектный конструкт, изучаемый как отечественными, так и зарубежными исследователями. Его понимание развивалось от определений к комплексным моделям, охватывающие способности, черты личности и динамические процессы.

1.2. Особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС

Младший школьный возраст, согласно периодизации Л.С Выготского и Д.Б Эльконина начинается с 7 до 10-11 лет [37]. Как отмечает Д. Б. Эльконин в своей периодизации, ведущая деятельность детей младшего школьного возраста - это учебная деятельность, направленная на формирование у ребенка понятий, умений, навыков, которые после они учатся применять на практике, закрепляя знания [38]. В. В. Давыдов считал, что младший школьный возраст – это тот этап жизни, когда ребенок начинает заниматься общественно значимой деятельностью [9].

В период младшего школьного возраста происходит формирование новых психологических и физиологических особенностей у детей. Когда ребёнок приходит в первый класс, он сталкивается с несоответствием между своими знаниями и требованиями. Именно это несоответствие становится стимулом для развития. Дети младшего школьного возраста слишком эмоциональны. Они ещё не умеют контролировать свои эмоциями и управлять ими, что является препятствием в обучении и общении с окружающими. С возрастом дети

научаются регулировать свою эмоциональность и направлять ее в нужное русло. Тем не менее, есть дети, у которых возникают трудности в понимании, управлении и выражении эмоций, следовательно и в коммуникации и с другими людьми.

«Расстройство аутистического спектра - одно из наиболее распространенных нарушений развития в детском возрасте и характеризуется нарушением развития коммуникации и социальных навыков» [23, с.7]. Несмотря на разнообразие способностей, уровней развития и проблем среди детей с расстройством аутистического спектра (далее РАС), Л.В. Шаргородская в своем исследовании выделяет основные проблемы, затрудняющие обучение школьников с РАС [35]:

- проблемы социализации;
- выраженные проблемы в социальном взаимодействии и общении;
- наличие стереотипий, аутостимуляций и ограниченных интересов;
- особая обработка сенсорной информации.

В связи с тем, что у детей с РАС процесс социализации имеет свои особенности кроме сложностей, связанных с недостатком социального опыта и несоответствием психологического возраста ребёнка его физическому развитию, дети с аутизмом чаще взаимодействуют с детьми младшего возраста, а не со сверстниками.

Причины трудностей социализации, выделенные автором разнообразны [35]:

- биологические факторы, такие как низкая стрессоустойчивость и сенсорные особенности ребёнка;
- трудности в понимании мотивов поведения других людей;
- недостаточное развитие навыков коммуникации и другие.

Дети с РАС могут испытывать трудности с дистанции в общении: одни стараются держаться на расстоянии, а другие, наоборот, слишком близко,

иногда даже прикасаясь к собеседнику. Младшим школьникам с РАС сложно понимать и принимать точку зрения других людей. Это проявляется в недостаточной взаимности в общении, в непонимании и трудностях распознавания эмоций. Внешне поведение детей с РАС может включать повторяющиеся движения, такие как взмахи руками или покачивания, а также вербальные проявления, такие как напевание или повторение слов и фраз. Кроме того, дети с РАС могут упорядочивать предметы, выстраивая их в ряд или поддерживая определённый порядок на своём рабочем месте. Ребёнок с РАС может быть настолько поглощён своими интересами, что ему трудно думать, говорить или читать о чём-то другом.

Младшие школьник с РАС обрабатывают сенсорную информацию специфично. Повышенная или пониженная чувствительность к сенсорным стимулам и трудности в обработке сенсорной информации характерны для многих детей и взрослых с аутизмом. У ребёнка с РАС могут быть особенности обработки тактильных ощущений. Он может демонстрировать необычные реакции на обычные прикосновения, так как не может правильно определить силу и ощущение воздействия на определенный участок тела. В таких случаях даже несильное воздействие может вызвать паническую реакцию (например, ребёнок может сильно испугаться, если случайно ударится о край парты) [35].

Как отмечают авторы – исследователи младшие школьники с РАС обращают внимание на отдельные детали, но с трудом видят общую картину. Они не могут отделить важное от второстепенного, что проявляется в трудностях концентрации внимания, невнимательности или неспособности уделять внимание важным вещам. Также возникают трудности в распределении и переключении внимания, характерна повышенная истощаемость [35].

При обучении младших школьников с РАС также необходимо учитывать особенности их памяти: дети могут запоминать большие объёмы информации, особенно связанные с их ценными интересами, но обычно запоминают эту

информацию механически [35]. У детей с РАС наблюдаются проблемы с эмоциональной регуляцией - контролем своих эмоций и поведения. Они плохо переносят любые изменения в окружающей среде и распорядке дня.

Эмоциональный интеллект является важным аспектом в жизни ребёнка, так как он способствует осознанию и регулированию собственных эмоциональных состояний, а также пониманию эмоциональных реакций окружающих. Для детей с РАС данные способности обретают особую значимость. У данной категории детей присутствует характерное нарушение эмоционально-волевой сферы. Это нарушение проявляется в снижении порогов аффективного дискомфорта и преобладании негативных эмоций, включая тревогу и страх перед окружающим миром [16,17,36].

Нами были представлены компоненты эмоционального интеллекта И.Н. Мещеряковой у младших школьников с РАС, выделяя уровни их сформированности [18]. Исходя из анализа особенностей младших школьников с РАС, представим описание проявления развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС в соответствии с компонентами и уровнями развития.

Когнитивный компонент у младшего школьника с РАС на высоком уровне может характеризовать их, в целом, следующим образом: способен анализировать (может указать причины того или иного эмоционального состояния/эмоции); способен объяснить причины их возникновения; знает базовые и сложные эмоциональные состояния; обладает большим эмоциональным словарем. На среднем уровне не всегда у младшего школьника с РАС получается проанализировать эмоциональные состояния и их причины возникновения; знает базовые эмоции; знает несколько сложных эмоциональных состояний; эмоциональный словарь позволяет описать состояние простыми словами. На низком уровне в целом, не может проанализировать эмоциональные состояния и причины их возникновения;

знает базовые эмоции; не знает сложные эмоциональные состояния; ограниченный эмоциональный словарь.

Эмоциональный компонент младшего школьник с РАС на высоком уровне: в целом, может дать название той или иной эмоции, управляет своими эмоциями, а также чужими эмоциональными состояниями. Способен конструктивно выражать собственные эмоции и реагировать на эмоции других; на среднем уровне: не всегда осознает собственные эмоции, иногда не понимает эмоции других. Испытывает трудности с определением сложных эмоций; на низком уровне в целом: не может идентифицировать эмоции свои и чужие, управлять собственными эмоциями.

Поведенческий компонент младшего школьника с РАС на высоком уровне: в целом, умеет реагировать в различных ситуациях в соответствии с контекстом ситуации; способен к проявлению сочувствия и сопереживания; на среднем уровне: не всегда, умеет реагировать в различных ситуациях в соответствии с ней; иногда затрудняется выражать собственные эмоции и понимать эмоции других; на низком уровне: в целом, проявляет негативное и агрессивное поведение; не может выражать свои эмоции и понимать эмоции других людей.

Эмоциональный интеллект важен как для детей с нормотипичным развитием, так и для детей с РАС. Это связано с тем, что именно в этот период закладываются основные навыки социального взаимодействия, понимания собственных эмоций и эмоций окружающих. Развитие эмоционального интеллекта помогает детям строить здоровые отношения, успешно адаптироваться в коллективе и справляться с жизненными трудностями.

Для детей с РАС развитие эмоционального интеллекта имеет особое значение. Они часто испытывают трудности в распознавании и интерпретации эмоциональных проявлений. Следовательно, это вызывает затруднение в поведении, которое строится на понимании эмоций окружающих, что может

приводить к социальной изоляции и непониманию со стороны сверстников. Развитие этих навыков помогает им лучше понимать себя и других, что способствует улучшению коммуникации и снижению уровня тревожности [22,23].

Развитию эмоционального интеллекта и социальной адаптации детей с РАС способствует взаимодействие со сверстниками с норматипичным уровнем развития. Это взаимодействие возникает в ходе инклюзивного образования.

Понятие инклюзивное образование в Федеральном государственном образовательном стандарте рассматривается как «обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей» [33]. К обучающимся с особыми образовательными потребностями относятся дети с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) и дети с инвалидностью.

Для обучающихся с особыми образовательными потребностями рекомендуется обучение по программе, которая учитывает его трудности. Данная программа называется «Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с ОВЗ» (далее – АООП НОО ОВЗ) – образовательная программа, адаптирована для обучения данной категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию. Для осуществления АООП НОО ОВЗ для обучающихся организуют обучение как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или в отдельных организациях [33].

В связи с особыми образовательными потребностями прописана предельная наполняемость класса для детей с ограниченными возможностями здоровья как в отдельном классе, так и в классе совместно с другими обучающимися. Согласно Приказу Минпросвещения РФ от 11.02.2022 №69 для

обучающихся с расстройством аутистического спектра предельная наполненность отдельного класса – 8 человек, а в классе совместно с другими обучающимися – не более 3 человек, опираясь на количество детей в классе и образовательный маршрут [19].

Дети с РАС имеют 4 образовательных маршрута: 8.1,8.2,8.3,8.4.

Вариант 8.1 предполагает, что уровень развития данного маршрута детей с РАС близок к возрастной норме, сохранный интеллект, имеют положительный опыт общения со сверстниками. Итоговые достижения соответствуют сверстникам.

Вариант 8.2 предполагает, что уровень развития обучающиеся детей с РАС не близок к возрастной норме, приближенные к норме развития, и не имеют дополнительных ограничений здоровья, препятствующих получению образования. При обучении учитываются их общие и особые образовательные потребности. Обучение идет в пролонгированные сроки. Итоговые достижения соответствуют сверстникам.

Вариант 8.3 предполагает, что обучающиеся с этим образовательным маршрутом имеют легкую умственную отсталость (интеллектуальные нарушения). Этот вариант нуждается в пролонгированном обучении. Данный вариант подразумевает постепенное включение детей в более сложную социальную среду для их увеличения жизненного опыта и контактов с другими людьми, которые будут для них в пределах нормы.

Вариант 8.4. Обучающиеся с РАС данного образовательного маршрута, имеют дополнительные тяжелые множественные нарушения развития (ТМНР): умственную отсталость в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которая может сочетаться с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата, и быть различной степени тяжести, быть осложнена текущими соматическими заболеваниями и психическими расстройствами. Для них разрабатывается специальная индивидуальная программа развития (СИПР), которая учитывает

их особые индивидуальные потребности. Основной акцент в этой программе идет на обучение детей этого маршрута основным жизненным компетенциям в социальных сферах [25].

Маршрута 8.1. и 8.2. обеспечивают возможность интеграции детей с РАС в образовательную среду, что является важным для их социальной адаптации и развития. Работа с этими маршрутами позволяет обеспечить качественное образование с учетом индивидуальных потребностей и особенностей каждого ребенка. Они имеют сохранный интеллект, что способствует их беспрепятственному развитию в эмоциональной сфере.

Таким образом, мы рассмотрели младший школьный возраст, познакомились с понятием «расстройство аутистического спектра» и кто такие «дети с РАС», а также изучили их особенности поведения, затруднения в обучении и социализации. Рассмотрели эмоционально-волевую сферу этих детей. У них возникают трудности в регуляции эмоций.

Для детей с расстройством аутистического спектра крайне важно развивать эмоциональный интеллект, а закрепление развития является практика, коммуникация с окружающими людьми, социальная активность. Эту активность можно получить путем образовательного процесса. Поэтому для детей этой категории важно получать образование в условиях инклюзивного образования.

1.3. Методы и формы развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Развитие эмоционального интеллекта младших школьников, в том числе с РАС, требует комплексного подхода включающие как педагогические, так и психологические методы. При этом, необходимо учитывать специфические особенности обучающихся с РАС.

Педагогические методы выделены из классификации Ю.К. Бабанского [5]:

Методы организации и осуществления – учебно-познавательной деятельности:

- Словесные методы.
- Наглядные и практические методы.
- Индуктивные и дедуктивные методы. Репродуктивные и проблемно-поисковые методы.
- Методы самостоятельной работы и работы под руководством преподавателя.

Методы стимулирования и мотивации учения:

- Методы стимулирования и мотивации долга и ответственности в учении.
- Методы стимулирования и мотивации интереса к учению.

Методы контроля и самоконтроля в обучении:

- Методы устного контроля и самоконтроля Методы письменного контроля и самоконтроля.
- Методы лабораторно-практического контроля и – самоконтроля.

Словесные методы включают в себя рассказ, лекцию и беседу. Рассказ представляет собой устное повествование, не прерываемое вопросами. Лекция – это более объёмное изложение материала, часто занимающее целый урок. Беседа предполагает диалог между учителем и учениками, направляемый вопросами учителя.

Наглядные методы делятся на иллюстрации и демонстрации. Иллюстрации включают показ картин, плакатов и других визуальных материалов. Демонстрации предполагают показ опытов, приборов и других практических примеров.

Практические методы включают в себя выполнение упражнений, лабораторные работы и другие виды практической деятельности. Они помогают

учащимся применять теоретические знания на практике. По логике изложения материала методы обучения можно разделить на индуктивные и дедуктивные. Индуктивный метод предполагает движение от частного к общему, а дедуктивный – от общего к частному. Репродуктивные методы предполагают восприятие и запоминание информации, тогда как проблемно-поисковые методы стимулируют активную мыслительную деятельность учащихся. Методы самостоятельной работы предполагают выполнение заданий без непосредственного руководства учителя. Они развивают самостоятельность и навыки самообучения.

Методы стимулирования учебной деятельности включают в себя создание ситуаций успеха, использование игровых элементов и поощрение учащихся. Они направлены на повышение мотивации к обучению.

Методы контроля и самоконтроля позволяют оценить уровень усвоения материала учащимися. Они включают в себя устный и письменный контроль, а также самоконтроль учащихся.

Важно подчеркнуть, что при применении данных методов необходимо учитывать особенности младших школьников с РАС: поэтапность, структурированность, простота и ясность инструкции. Вариативность заданий и постепенное усложнение материала помогут избежать фрустрации и повысить эффективность обучения.

Среди психологических методов, которые авторы рекомендуют использовать при развитии эмоционального интеллекта, могут быть (М. Е. Пермякова, О. С. Чаликова) [24]:

- арт-терапия;
- анимационная терапия;
- музыкальная терапия;
- оригами;
- библиотерапия;

- песочная терапия;
- видеотерапия;
- работа с глиной;
- драматерапия;
- сказкотерапия;
- игровая терапия;
- фототерапия;
- маско-терапия;
- цветотерапия и другие.

Для развития эмоционального интеллекта у младших школьников в образовательной организации целесообразно использовать по М. Е. Пермяковой и О. С. Чаликовой такие методы как арт-терапия, игровая терапия, сказкотерапия [24].

Арт-терапия представляет собой направление в психотерапии и психологической коррекции, базирующееся на использовании искусства и творческой деятельности для влияния на психоэмоциональное состояние личности. Главная задача данного метода – гармонизация психического состояния посредством развития возможности самовыражения и самопознания.

Термин «арт-терапия» был введен британским художником Адрианом Хиллом в 1938 году. Во время лечения от туберкулёза в санатории он заметил, что рисование способствует его выздоровлению. Позднее Хилл начал обучать других пациентов живописи и отметил, что творческий процесс помогает им справляться с психологическими трудностями, выражать свои внутренние переживания и облегчать физическую боль. В 1942 году он впервые применил этот термин, а в 1945 году изложил свои идеи в книге «Искусство против болезней».

Игровая терапия – метод психотерапевтического воздействия, в основе которого лежит использование игры как инструмента для работы с внутренним

миром человека, решения психологических проблем, развития личности и коррекции поведения. Данный метод эффективен как для детей, так и для взрослых [28].

Зигмунд Фрейд был одним из первых, кто применил игру как вспомогательное средство в детской психотерапии. Его целью было выявление через цепочку ассоциаций «истинного источника символической игры» [28].

Мелани Кляйн разработала техники анализа детской игры и использовала её как основной инструмент психотерапии в детском возрасте. Она нацеливалась на то, чтобы помочь ребёнку осознать свои действия и конфликты, вызывавшие болезненное состояние [28].

Анна Фрейд подчёркивала необходимость активной, направляющей роли психотерапевта при работе с детьми с помощью игровой терапии. Она использовала миниатюрные куклы, символизирующие членов семьи, и настаивала на привлечении родителей к этому методу для коррекции их воспитательных подходов [28].

Сказкотерапия – психологический метод, который применяет сказки для решения различных задач: воспитания, обучения, коррекции поведения, профилактики психологических отклонений, а также для оказания психологической и психотерапевтической поддержки. Основа метода – метафорическая сила сказок, которая помогает человеку осознавать внутренние конфликты, преодолевать страхи, развивать самосознание и находить решения проблем [14].

Одним из ключевых специалистов, способствовавших развитию сказкотерапии в России, является Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева – доктор психологии, психотерапевт. Она считается одним из пионеров данного метода в отечественной практике. Зинкевич-Евстигнеева создала систему комплексной сказкотерапии, включающую множество форм, методов и приёмов работы [14].

Арт-терапия, сказкотерапия и игротерапия применяются не только для младших школьников, но и для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Эти методы помогают решать задачи развития коммуникативных навыков, эмоционального интеллекта, социализации и преодоления различных трудностей. Как отмечали М. Е. Пермякова и О. С. Чаликова данные методы помогают преодолевать коммуникативные барьеры, снижать уровень стресса, работать с тревожностью. Они создают психологически комфортную среду для младших школьников, что способствует их развитию [24].

Для развития навыка и повышение уровня образовательного процесса, чаще всего используются такие формы работы, которые выделили В.А. Сластенин и Л.С. Подымова в своей классификации [7]:

- Индивидуальная – каждый ученик выполняет задание самостоятельно, без контакта с другими учащимися.
- Индивидуально-групповая – сочетание индивидуальной работы с работой в группах.
- Коллективная – включает фронтальную и групповую формы.

Данные формы работы эффективны в развитии эмоционального интеллекта младших школьников для лучшего усвоения и закрепления материала.

По изученной литературе, мы делаем вывод, что используя вышеперечисленные методы и формы работы по развитию эмоционального интеллекта, следует обратить внимание на особенности младших школьников с РАС. Задания и инструкции к ним должны быть поэтапны, структурированы, просты и понятны в построении предложений. Подобранные методы должны учитывать особенности обучающихся с РАС. Они должны быть разнообразны, но при этом не сложны в использовании. Групповые и индивидуальные формы дополняют друг друга и при их комбинации в работе можно добиться более высокого эффекта, чем применять их по отдельности. Данные формы при

совместном использовании помогут лучше социализироваться и развить эмоциональный интеллект.

Вывод по главе 1

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС позволил сделать следующие выводы. Выделяют многообразие определений, моделей и компонентов эмоционального интеллекта младших школьников. В частности, И. Н. Андреева определяет эмоциональный интеллект как способность отслеживать свои эмоции, а также эмоции и чувства других людей, различать их и использовать для руководства своим мышлением и действиями. Данное определение подчеркивает значимость эмоционального интеллекта как механизма самопонимания, саморегуляции и эффективного взаимодействия с окружающими. Также важной для понимания сущности эмоционального интеллекта является структура, предложенная И. Н. Мещеряковой, которая включает когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Такое выделение компонентов позволяет рассматривать эмоциональный интеллект как целостное образование, объединяющее знание об эмоциях, эмоциональное переживание и проявление соответствующего эмоционального поведения.

Сегодня очевидно, что эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни ребенка, влияя на его личные и образовательные достижения, а также на качество межличностных взаимоотношений. Особое внимание сегодня уделяется особенностям развития эмоционального интеллекта у младших школьников, в том числе с РАС. Выявленные в этой группе обучающихся трудности: в частности, в понимании эмоций, выражении и регуляции эмоций подчеркивают необходимость целенаправленной работы по развитию эмоционального интеллекта. Важным выводом теоретического анализа стало, что инклюзивное образование является одной из ведущих форм получения образования, обеспечивающим младшим школьникам с РАС специальные условия, учитывающие особенности данной категории обучающихся.

Среди методов и форм по развитию эмоционального интеллекта младших школьников с РАС, исследователи предлагают использовать:

1. среди педагогических методов (Ю.К. Бабанский): методы организации и осуществления – учебно-познавательной деятельности, методы стимулирования и мотивации учения, методы контроля и самоконтроля в обучении;
2. среди психологических – (М. Е. Пермякова, О. С. Чаликова): сказкотерапия, арт-терапия, игровая терапия.

Мы рассмотрели многообразие методов, форм по развитию эмоционального интеллекта, опираясь на современные педагогические и психологические исследования. Предложенные подходы к пониманию эмоционального интеллекта дают основания для планирования и реализации практической работы по выявлению актуального уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС и разработки программы развития эмоционального интеллекта. Среди важных для нашей практической работы являются выводы и подходы Дж. Майера, П. Саловея и Д. Карузо, интегративный подход И.Н. Андреевой, а также модель Бар-Она. Их практическое применение, с учетом индивидуальных особенностей младших школьников, особенно детей с РАС, через разнообразные формы работы – от индивидуальных до коллективных – открывает широкие возможности для повышения эффективности образовательного процесса.

Глава 2. Практические аспекты изучения эмоционального интеллекта младших школьников в условиях инклюзивного образования.

2.1. Методы и методики диагностики уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников.

В первой главе мы определили структуру понятия «эмоциональный интеллект» и проанализировали методы и формы его развития. В работе И.Н. Мещеряковой была описана классификация, на её основе мы выделили следующие критерии (Таблица 1) [18]:

1. Когнитивный критерий.
2. Эмоциональный критерий.
3. Поведенческий критерий.

По выделенным критериям мы выбрали следующий ряд методик:

По критерию эмоциональному критерию была подобрана методика «Эмоциональные лица» (Семаго Н. Я.)

Цель: оценка возможности адекватного опознания эмоционального состояния, точность и качество этого опознания (тонкие эмоциональные дифференцировки), возможность соотнесения с личными переживаниями ребенка. При работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми.

Инструкция проведения:

1-й этап: предъявление для опознания эмоциональных состояний 1-й серии изображений (схематичные изображения).

2-й этап: предъявление реальных изображений (в соответствии с полом ребенка).

3-й этап: придумывание истории по какому-либо изображению. Этот текст

после

таблицы

1

Таблица 1. Критерии и уровни эмоционального интеллекта младших школьников.

Уровень Критерии	Высокий	Средний	Низкий	Методики
Когнитивный	Знает: - базовые и сложные эмоциональные состояния; - как описать эмоциональное состояние, используя развернутые фразы; - как анализировать эмоциональные состояния, объясняя их причины.	Зачастую не знает: - базовые и сложные эмоциональные состояния; - как описать эмоциональное состояние, используя развернутые фразы; - как анализировать эмоциональные состояния, объясняя их причины.	Не знает: - базовые и сложные эмоциональные состояния; - как описать эмоциональное состояние, используя развернутые фразы. - как анализировать эмоциональные состояния, объяснять их причины.	«Специальная осведомлённость: эмоции и чувства» Е. И. Изотовой.
Эмоциональный	Умеет: - управлять своими эмоциональными состояниями; - конструктивно выражать собственные эмоции; - конструктивно	Зачастую не умеет: - управлять своими эмоциональными состояниями; - конструктивно выражать собственные эмоции;	Не умеет: - управлять своими эмоциональными состояниями; - конструктивно выражать собственные эмоции;	«Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)

	реагировать на эмоции других.	- конструктивно реагировать на эмоции других.	- конструктивно реагировать на эмоции других.	
Поведенческий	Умеет: - проявлять эмоциональные состояния в соответствии с различными ситуациями; - проявлять сочувствие и сопереживание; - демонстрировать базовые и сложные эмоциональные состояния.	Зачастую не умеет: - проявлять эмоциональные состояния в соответствии с различными ситуациями; - проявлять сочувствие и сопереживание; - демонстрировать базовые и сложные эмоциональные состояния.	Не умеет: - проявлять эмоциональные состояния в соответствии с различными ситуациями; - проявлять сочувствие и сопереживание; - демонстрировать базовые и сложные эмоциональные состояния.	Методика «Что – почему – как» (М.А. Нгуен)

Обработка результатов методики:

Критерии оценки:

Высокий уровень: развёрнутый и подробный ответ, способность адекватно обозначать эмоциональные состояния и оценивать лицевую экспрессию; высокая способность к оречевлению собственных переживаний.

Средний уровень: ответы на вопросы с помощью; трудности в опознании и назывании абстрактных изображений, оценивает настроение и называет эмоции с помощью взрослого.

Низкий уровень: Задание не выполняет даже с помощью вопросов, не называет настроение, не может показать его на себе.

Все результаты, включая эмоциональные проявления ребенка при разглядывании изображений обеих серий, рассказы, придуманные ребенком, должны быть зафиксированы в протоколе.

В историях, продуцируемых ребенком и анализируемых с позиций классической проективной трактовки, помимо вышеприведенных показателей необходимо отметить:

- основную фабулу истории;
- ее основную эмоциональную окраску;
- возможные идентификации (как положительные, так и отрицательные); принятие на себя вины или обвинения (желательно идентифицировать
 - ситуацию, в которой происходит такое принятие);
 - финальную часть истории — ее развязку.

На основе этого (с непосредственным включением психолога в виде уточняющих вопросов) должно быть проведено обобщение придуманной истории.

В обязательном порядке должна быть учтена эмоциональная адекватность или, соответственно, неадекватность как собственного эмоционального

состояния ребенка в процессе осознания эмоциональной экспрессии изображений, так и описания предъявляемых изображений. Важным аспектом анализа является согласование или, наоборот, рассогласование эмоциональной адекватности/неадекватности в условиях предъявления фотографических (реальных) или абстрактных (контурных) изображений.

3. По поведенческому критерию – методика «Что – почему – как» (М.А. Нгуен)

Цель. Выявить степень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём.

Инструкция. Прочитать рассказ детям. Их задача слушать внимательно, а потом ответить на мои вопросы. Дается два текста. Один для девочек, второй для мальчиков.

Обработка результатов методики:

Ребёнок, отвечая на вопросы психолога, должен решить определённую проблему, связанную с отношениями между детьми, их оценкой ситуаций и пониманием эмоциональных состояний других людей.

Ответы оцениваются по трёхбалльной шкале (в соответствии с критериями, используемыми в тесте Д. Векслера).

Что Таня (Юра) сказала (сказал) ребятам?

0 баллов – ребёнок не отвечает или даёт такие варианты ответа: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

1 балл – «Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам;

2 балла – конструктивное решение проблемы.

Варианты конструктивного решения:

- старшая сестра (старший брат) просит ребят оставить младшую сестру (младшего брата) в покое, иначе она (он) пожалуется учителям и родителям;

- старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам что так делать нельзя, что это плохо;

- старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам проблему своей младшей сестры (своего младшего брата) и настаивает на том, чтобы ребята прекратили над ней (над ним) смеяться.

«Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?»

0 баллов – ребёнок не понимает вопроса.

1 балл – «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали».

2 балла – «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются»

Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?

0 баллов – ответ отсутствует.

1 балл – «Надо попросить взрослых поговорить с обидчиками».

2 балла – ребёнок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека.

Уровни развития эмоционального интеллекта:

Низкий: 0 – 2 балла;

Средний: 3 – 4 балла;

Высокий: 5 – 6 баллов.

4. По когнитивному критерию была подобрана методика «Социальная осведомлённость: эмоции и чувства» Е. И. Изотовой.

Цель методики – изучение когнитивной составляющей эмоционального развития детей младшего школьного возраста, то есть отдельных составляющих эмоционального интеллекта.

Инструкция: «Я буду задавать тебе разные вопросы, а ты отвечай, как ты считаешь нужным. Не старайся отвечать правильно. Говори то, что ты действительно думаешь».

Школьнику задаются вопросы в соответствии со следующими блоками:

1) содержание эмоций и чувств;

2) выражение эмоций;

3) причины эмоциональных переживаний;

4) эмпатия.

Вопросы представлены по мере усложнения, два последних вопроса в каждом блоке задаются только при адекватных ответах на предыдущие вопросы.

Обработка результатов методики:

Анализ результатов осуществляется путем количественного подсчета набранных баллов. Распределение баллов по блокам показывает уровень (степень) структурированности представлений, сбалансированности эмоциональных знаний и умений.

- Максимальное количество – 32-26 баллов – свидетельствует о высоком уровне специальной осведомленности (объем представлений об эмоциях и чувствах человека) и эмоционально-коммуникативной компетентности (высокий уровень кодирования и декодирования эмоций).
- Среднее количество – 25-18 баллов – свидетельствует о среднем уровне специальной осведомленности (объем представлений об эмоциях и чувствах человека) и эмоционально-коммуникативной компетентности (высокий уровень кодирования и декодирования эмоций).
- Низкое количество – 17 баллов и менее – свидетельствует о низком уровне специальной осведомленности (объем представлений об эмоциях и чувствах человека) и эмоционально-коммуникативной компетентности (высокий уровень кодирования и декодирования эмоций).

Беседа и тестирование непосредственно были проведены в ходе проведения методик. Также был проведен анализ документов ПМПК, который играет ключевую роль в формировании целостного представления об особенностях развития ребенка. Комплексный анализ этих документов включает в себя не только выявление нарушения и способности, но и изучение их взаимосвязи, динамики развития и влияния на образовательный процесс. Особое внимание уделяется составлению подробных протоколов, в которых

фиксируются и поведенческие реакции ребенка, его эмоциональное состояние в моменты проведения диагностики, а также вербальные и невербальные проявления.

Качественный анализ результатов, полученных с помощью предложенных методик, позволяет перейти от констатации фактов к пониманию причинно-следственных связей. Например, при анализе ответов ребенка на вопросы методики «Социальная осведомленность: эмоции и чувства» важно оценить не только количество правильно названных эмоций, но и понимание их причин, а также способность к эмпатии. Разбор историй, в рамках методики «Что – почему – как» включает анализ эмоциональной окраски, идентификаций и возможных способов разрешения конфликтных ситуаций, что дает более полное представление о его внутреннем мире и механизмах адаптации. При анализе методики «Эмоциональные лица» оценивается способность ребенка называть, распознавать, управлять и адекватно реагировать на эмоции.

Количественный анализ данных, полученных в ходе тестирования, предоставляет статистическую основу для оценки уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников. Диапазоны баллов, разработанные для каждой методики, позволяют классифицировать детей по уровням низкий, средний, высокий, что наглядно представить общую картину развития эмоционального интеллекта в исследуемых классах. Сопоставление количественных показателей с качественными наблюдениями позволяет подтвердить полученные результаты и избежать поверхностных выводов, делая интерпретацию более обоснованной.

Таким образом, используя данные методы и методики, мы определили уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников в условиях инклюзивного образования. Такой комплексный подход дает возможность выявить не только сильные и слабые стороны каждого ребенка, но и определить наиболее эффективные пути коррекционно-развивающей работы, учитывая

индивидуальные особенности и потребности каждого учащегося в условиях инклюзивного образования. В дальнейшем эти данные будут служить основой для разработки программы.

2.2. Актуальный уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников, в том числе с РАС.

На основе изученной научной литературы был проведен эксперимент, направленный на изучение особенностей эмоционального интеллекта младших школьников с норматипичным развитием и младших школьников с РАС. В эксперименте приняли участие обучающиеся с норматипичным уровнем развития и обучающиеся с расстройством аутистического спектра образовательных маршрутов 8.2.

Исследование проводилось на базе МАОУ Средняя школа №157, класс 4 «Р». В составе класса 21 обучающийся с типичной нормой развития, возраст 9-10 лет, из них – 12 мальчиков и 9 девочек.

На базе КГБОУ «Красноярская школа № 11», класс 4 «А». Для изучения уровня развития эмоционального интеллекта были привлечены 2 обучающихся с расстройством аутистического спектра в возрасте 12 лет, 2 мальчика. В соответствии с заключениями ПМПК у обучающихся определена адаптированная образовательная программа для обучающихся с расстройством аутистического спектра, вариант 8.2.

Для проведения диагностической работы с классом обучающихся с норматипичным развитием нами был подготовлен раздаточный материал и инструкция, которая зачитывалась всему классу. Фотографии с изображением эмоциональных состояний и вопросы по тексту были специально отобраны с учетом половой принадлежности.

Раздаточный материал для диагностики уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС был адаптирован с учетом их особенностей: переключаемость внимания и трудности в его распределении;

ограниченный и специфический словарный запас; особенности сенсорной обработки; трудности в понимании и интерпретации эмоциональных состояний других людей (Приложение 5). С учетом особенностей обучающихся с РАС нами была адаптирована инструкция: использовались простые распространенные предложения, без оборотов и с использованием слов из словаря обучающегося, мы исключили слова, обозначающие абстрактные понятия, которые могли вызвать затруднения в понимании. Инструкция давалась пошагово с четким и последовательным пояснениям.

Используя методики, приведенные в параграфе 2.1., мы смогли выявить уровень и особенности развития эмоционального интеллекта обучающихся младшего школьного возраста.

Результаты изучения уровня развития эмоционального интеллекта обучающихся 4 «Р» класса (обучающиеся с «нормой» развития)

Анализ методики «Специальная осведомленность: эмоции и чувства» показал, что у 14% обучающихся 4 «Р» класса выявлен «высокий» уровень развития эмоционального интеллекта, у 81% обучающихся выявлен «средний» уровень развития эмоционального интеллекта, у 5% - «низкий» уровень развития эмоционального интеллекта.

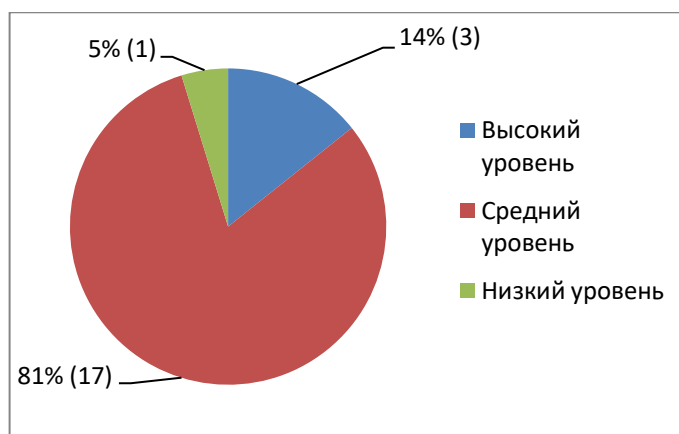


Рис.1. Результаты диагностики обучающихся 4 Р класса (методика «Специальная осведомлённость: эмоции и чувства» Е. И. Изотовой).

«Высокий» уровень характеризует большой объём представлений о чувствах и эмоциях. Умение анализировать эмоциональные состояние. Наличие богатого эмоционального словаря. В совершенстве умение кодировать и декодировать эмоции. Понимание причины всех эмоциональных переживаний. Глубокое понимание эмоционального состояния других людей и сопереживание, сочувствие к другим, разделяя их радость и грусть. Контроль эмоций и чувств.

«Средний» уровень характеризует средний объём представление о чувствах и эмоциях, а также умеет на среднем уровне выражать их в таких формах поведения как вербальные и невербальные и воспринимать, то есть распознавать и понимать эмоции, закодированные в поведении и речи других. Способность описать простыми словами свои чувства. Понимание основных причин эмоциональных переживаний. Понимание основных эмоциональных состояний других людей. Сочувствие к людям, имеющим трудности. Затруднения в контроле эмоций и чувств.

«Низкий» уровень характеризует маленький объём представлений о чувствах и эмоциях, что также влияет на его умение выражать свои и воспринимать эмоции других. Ограниченный эмоциональный словарь. Не умение выражать эмоции. Неспособность определить причины эмоциональных переживаний. Неспособность разделять и понимать эмоции других. Отсутствие сочувствия. Импульсивное и неконтролируемое выражение эмоций и чувств.

По результатам анализа методики «Эмоциональные лица» Н.Я. Семаго нами были выявлены следующие показатели: «высокий» уровень развития эмоционального интеллекта демонстрируют 14% обучающихся, «средний» уровень развития эмоционального интеллекта выявлен у 76% обучающихся, «низкий» уровень развития эмоционального интеллекта продемонстрировали 10% обучающихся.

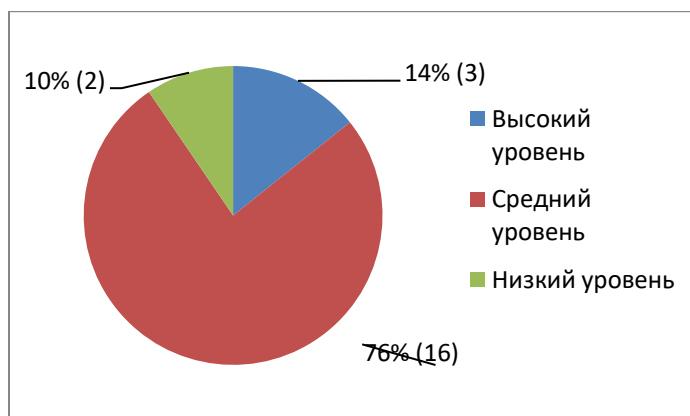


Рис.2. Результаты диагностики по методике «Эмоциональные лица» Н.Я. Семаго у обучающихся 4 «Р» класса.

«Высокий» уровень характеризует умение распознавать все эмоций как простых, так и сложных, а также отлично описывать словами изображения с нарисованными на них эмоциональными состояниями.

«Средний» уровень характеризует способность распознавать основные эмоции и кратко описать эмоции, изображенных на картинках.

«Низкий» уровень характеризует способность распознавать простые эмоции на схематических изображениях, а вот определить более сложные эмоции на реальных изображениях вызывают трудности. У обучающихся с данным уровнем возникают затруднения в описании своими словами эмоций, изображенных на картинках.

По данным, полученных в ходе анализа методики «Что-почему-как» в классе было выявлено 43% обучающихся с «высокий» уровнем развития эмоционального интеллекта, 38% обучающихся демонстрируют «средний» уровень развития эмоционального интеллекта, у 19% обучающихся выявлен «низкий» уровень развития эмоционального интеллекта.

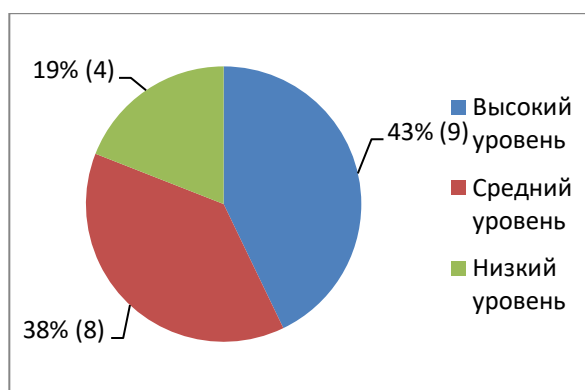


Рис.3. Результаты диагностики по методике «Что-почему-как» М.А. Нгуен у обучающихся 4 «Р» класса.

«Высокий» уровень характеризует способность распознавать эмоции, быстро и живо реагировать на ситуацию, точно выражать свое эмоциональное состояние с помощью письменной речи.

«Средний» уровень характеризует умение в общем ориентироваться в смысловом содержании эмоций, но для их описания им требуется помощь.

«Низкий» уровень характеризует плохое осознание ситуации, которая вызывает сильные эмоциональные переживания, и для них вызывает трудности связывание этой ситуации с типичными эмоциями.

По уровням критерий развития эмоционального интеллекта, выделенные нами (Таблица 1), можно сделать вывод.

- Когнитивный критерий, в который обучающиеся демонстрируют 81% «среднего» уровня развития эмоционального интеллекта, 14% «высокого» и 5% «низкого» уровней эмоционального интеллекта.

- Эмоциональный критерий, в котором 76% обучающихся продемонстрировали «средний» уровень развития эмоционального интеллекта, «высокий» уровень – 14% обучающихся, «низкий» уровень выявлен у 5% обучающихся.

- Поведенческий критерий, в котором выявлено практически одинаковое количество обучающихся, имеющих «высокий» и «средний» уровни

развития эмоционального интеллекта. «Высокий» уровень составляет 43%, «средний» уровень – 38%. «Низкий» уровень выявлен у 19% обучающихся.

Из данных по критериям нами был сделан вывод о том, что обучающиеся 4 «Р» класса обладают «средним» уровнем развития эмоционального интеллекта.

Анализ методик 4 класса с младшими школьниками с РАС.

Весь диагностический материал был адаптирован с учетом особых образовательных и индивидуальных потребностей обучающихся с расстройством аутистического спектра. Каждая методика проводилась с ребёнком индивидуально, в знакомом для них помещении, на своих привычных местах. В классе присутствовала их учительница, знакомый для них человек, которая оказывала помощь в проведении методик. Для обучающихся с РАС организовывался чаще отдых от заданий.

Инструкции давались четкие, понятные. Выполнение заданий происходило поэтапно.

В раздаточном материале методики «Эмоциональные лица» задание было дополнено списком эмоций. Ученики соотносили название эмоции с картинкой, на которой изображено то или иное эмоциональное состояние.

Другие методики, «Что-почему-как» и «Специальная осведомленность: эмоции и чувства», были проведены в формате беседы. Мною задавались вопросы и приводились ситуации, на которые учащиеся давали ответ или высказывали свое отношение. Вопросы и ситуации были также сформулированы, опираясь на индивидуальные особенности детей. Ответы фиксировались на бланке.

Результаты методики «Эмоциональные лица» показали, что 100% обучающихся с РАС точно определили эмоции на схематических изображениях. С более сложными эмоциями, изображенных на реальных картинках у 50%

обучающихся с РАС возникли трудности. Они без колебаний соединил понятия и картинки, но сами эмоции не соответствовали выбранным изображениям. А других 50% наоборот как таковых трудностей определения сложных эмоций не возникло. Практически все эмоциональные состояния соответствовали картинкам.

По результатам методики «Что-почему-как» в классе выявлено, что 50% смогли проанализировать ситуацию и даже дали характеристику, отношение к произошедшему в тексте. Другие 50% не смогли понять поставленную перед ним задачу и ответили на все вопросы «не знаю».

По результатам методики «Специальная осведомленность: эмоции и чувства» 100% обучающихся с РАС показали довольно хороший результат в блоках «содержание выражение и чувств» и «выражение эмоций». 50% обучающихся с РАС давали простые и понятные определения понятиям и характеристик, давали односложные ответы. Другие 50% в своей работе также рассказывали простые понятия и характеристики, которые описывали в небольших ситуациях. Некоторые определения показали с помощью невербальной речи. Например, на вопрос «Как без слов показать, что тебе страшно?» обняли себя руками, потрели ими и погладили себя.

50% обучающихся с РАС в блоке «Причины эмоциональных переживаний» продемонстрировали ответы, опираясь на свои увлечения. Причины описывались на основе его эмоциональных переживаний, связанных с любимым делом.

Блок «Эмпатия» у 100% вызвал трудности. Мальчики либо избегали ответы на вопрос, либо прямо говорили, что не знают как ответить на него.

В целом, можно отметить, что все методики показали «низкий» уровень, однако важно обратить внимание на само выполнение этих заданий детьми с РАС (Приложение 4).

Проведенная диагностика демонстрирует, что для младших школьников с норматипичным развитием характерен более высокий уровень когнитивной обработки эмоциональной информации. Они демонстрируют лучшую способность к осознанию причин эмоций, более глубокий анализ ситуаций, вызывающих эмоциональные реакции, и, как следствие, более успешное вербальное описание собственных переживаний. В противоположность этому, у школьников с РАС наблюдаются более выраженные трудности в данном направлении. Они зачастую испытывают сложности с установлением причинно-следственных связей между событиями и эмоциональными состояниями, что ограничивает их способность к рефлексии и вербализации своих чувств.

Особенности невербальной коммуникации. В то время как вербальная составляющая выражения эмоций может быть затруднена у детей с РАС, они эффективно используют невербальные средства коммуникации. К ним относятся мимика, жесты, интонация, которые могут быть достаточно информативными и служить сильной стороной их эмоциональной экспрессии. Это существенно отличает их от норматипичных сверстников, у которых вербальное выражение преобладает, хотя и может быть сопряжено с меньшей дифференциацией в невербальных проявлениях.

Наиболее существенные расхождения между исследуемыми классами фиксируются в развитии эмпатии. Как у младших школьников с норматипичным развитием, так и у школьников с РАС, наблюдаются определенные трудности в данном аспекте. Однако, для детей с РАС значительно большая степень выраженности проблем в понимании и разделении чувств других является определяющим фактором. Эта трудность проявляется на низком уровне и становится одной из наиболее значимых областей, требующих коррекционного вмешательства.

В совокупности, вышеописанные различия указывают на то, что дети с РАС сталкиваются с более комплексными и выраженными трудностями в

формировании целостного понимания и адекватного реагирования в эмоциональных ситуациях. Это проявляется в затрудненной связи между конкретными ситуациями и вызываемыми эмоциями, а также в неполном понимании глубинных причин эмоциональных переживаний, в сравнении с норматипичными сверстниками, которые достигают этих этапов развития в большей степени.

Исходя из анализа полученных данных мы сделали вывод о том, что эмоциональный интеллект у обучающихся с РАС характеризуется затруднениями в распознавании и понимании более сложных эмоциональных состояниях. Они демонстрируют трудности в понимании причин эмоций других людей, затрудняются анализировать ситуации, которые вызывают эмоциональные переживания, также у них вызывают сложности в проявлении и выражении эмпатии. Характеризуя особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС в соответствии с представленными компонентами мы отметили: распознавание, выражение, понимание, регулирование эмоций.

Из результатов диагностической работы в программе развития эмоционального интеллекта считаем необходимым спланировать работу по информированию, консультированию и диагностике на развитие навыков распознавания и выражение как своих эмоциями, так и эмоций других людей, навыков выражение эмоций. Определение причины, возникновения эмоциональных состояний. Контролирование собственных эмоций. Эмпатия к окружающим.

Если развивать эти навыки, то у детей с расстройством аутистического спектра следовательно повысится уровень эмоционального интеллекта, произойдет улучшения в социальной сфере.

2.3. Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС

Опираясь на теорию, изложенную в первой главе, где мы познакомились с понятием «эмоциональный интеллект», его моделями, видами и структурой. Нами была взята и расписана структура И.Н. Мещеряковой, в которую входят компоненты эмоционального интеллекта. По результатам проведенного исследования во второй главе, можно увидеть, что младшие школьники с РАС демонстрируют низкий уровень развития эмоционального интеллекта, в отличие от своих сверстников с норматипичным уровнем развития, у которых средний уровень развития эмоционального интеллекта, что указывает на значительный разрыв между группами. Таким образом, зафиксированные в ходе исследования данные служат нам прямым обоснованием для разработки программы для развития эмоционального интеллекта младших школьников с РАС.

Пояснительная записка

Современные федеральные образовательные стандарты уделяют повышенное внимание не только учебным знаниям, но и формированию социальных и эмоциональных навыков у обучающихся. Эмоциональный интеллект – способность понимать свои и чужие эмоции, управлять ими и использовать их для достижения целей – является ключевым фактором успешной адаптации в обществе, построения здоровых межличностных отношений.

Особое значение развитие эмоционального интеллекта приобретает для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Трудности в понимании и выражении эмоций, сложности в социальном взаимодействии и адаптации к новым ситуациям часто являются основными барьерами для интеграции таких детей в коллектив нормально развивающихся сверстников. Программа, разработанная с учетом специфики РАС (маршрут 8.2), направлена на создание

инклюзивной среды, где оба контингента учащихся смогут развивать эмоциональный интеллект, учитывая индивидуальные особенности каждого.

Данная программа ориентирована на 4 класс, учитывая возрастные особенности младших школьников, их готовность к освоению более сложных социальных и эмоциональных навыков. Курс состоит из 12 занятий, предусматривает поэтапное погружение. Программа делится на 3 блока. Первый блок включает в себя вводные занятия, подготовке детей в дальнейшей работе в группе, изучение базовых аспектов. Второй блок представляет собой основную работу обучающихся с РАС и нормотипичных обучающихся, где они занимаются как индивидуально, так и в группе, совместно. Последний третий блок является завершающим, что позволяет подвести итоги и получить результаты об освоении знаний и навыков.

Наша программа разрабатывалась опираясь как на отечественных, так и зарубежных исследователей. основополагающей концепцией эмоционального интеллекта является модель Дж. Маера и П. Саловея, которая включает в себя восприятие, использование, понимание и управление эмоций. Все блоки программы направлены на выражение и регулирование эмоциональных состояний, что напрямую соотносится с компонентами модели Дж. Маера и П. Саловея [38].

Д. Гоулмана подчеркивает в своей работе важность успешной адаптации. Он акцентирует внимание на самосознании, саморегуляции, социальной осведомленности, что используется в данной программе для развития навыков конструктивного взаимодействия, развитием эмпатии и самопознания [11].

Опираясь на исследования Е. Э. Артемова и М. А. Ряженова в нашей программе используются арт-терапия для развития социальных и эмоциональных навыков у детей с РАС. В своей работе авторы отмечали, что рисование это самое простое, что может сделать младший школьник [3].

Из работы В. Б. Тюлиной и Л. И. Кац в программе применена игротерапия. Авторы обосновывают, что игротерапия – это психологически комфортный метод развития эмоционального интеллекта детей. Она наиболее доступна и проста в использовании [29] .

Согласно подходу О. Е. Хухлаевой и О. В. Хухлаева сказка является символическим языком, который позволяет ребенку исследовать сложные эмоциональные ситуации, проживать их через персонажей, находить свои варианты преодоления трудностей [34].

Цель программы:

Развитие эмоционального интеллекта младших школьников 4 класса с РАС (маршрут 8.2), через формирования/развитие навыков распознавания, понимания, выражения и регуляции эмоций, а также развития эмпатии и навыков социального взаимодействия.

Задачи программы:

- Формирование у детей понимания собственных эмоций и эмоций других людей.
- Развитие умения распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, интонации.
- Обучение адекватным способам выражения своих чувств.
- Развитие навыков эмпатии и сопереживания.
- Формирование умения конструктивно разрешать конфликтные ситуации.
- Укрепление навыков сотрудничества и командной работы.
- Создание позитивной и поддерживающей атмосферы в классе.

Целевая группа: Учащиеся 4 класса

Сроки реализации: 12 занятий, 1 занятие в неделю.

Форма проведения: групповые и индивидуальные занятия.

Продолжительность занятия: 40 минут

Методы развития:

- Сказкотерапия
- Игровая терапия
- Арт-терапия
- Словесные методы
- Наглядные методы
- Практические методы
- Методы стимуляции учебной деятельности (ситуация успеха)

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня эмоциональной грамотности у всех участников программы.
- Улучшение способности распознавать и называть эмоции (у себя и других).
- Развитие навыков адекватного выражения эмоций.
- Улучшение навыков саморегуляции и управления своим поведением.
- Развитие эмпатических способностей.
- Повышение уровня социальной компетентности и навыков взаимодействия.
- Улучшение адаптации детей с РАС в коллективе.
- Снижение количества конфликтных ситуаций.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам с различными особенностями развития.

Диагностика:

В начале и в конце программы рекомендуется провести первичную и итоговую диагностику уровня развития эмоционального интеллекта, используя, например, методики:

- «Специальная осведомлённость: эмоции и чувства» Е. И. Изотовой.
- «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)
- Методика «Что – почему – как» (М.А. Нгуен)
- Наблюдение за поведением детей во время занятий.

Предлагаемая занятий опирается на работы исследователей, изучающих эмоциональный интеллект и его развитие. Эти фундаментальные исследования позволяют выстроить эффективную коррекционно-развивающую программу, учитывая особенности развития младших школьников, в том числе с РАС.

Структура программы: Программа состоит из 12 занятий, каждое продолжительностью 40 минут. Занятия делятся на три блока:

Блок 1: Вводные занятия (занятия 1-3). Направлены на установление контакта с каждым ребенком, знакомство с базовой информацией, снятие тревожности, адаптацию к формату занятий. В ходе занятий используются различные игры и упражнения, которые помогают детям лучше понять друг друга и наладить взаимодействие. Для детей с РАС на этом этапе большое внимание уделяется установлению доверительных отношений, предсказуемости, использованию визуальных расписаний. Занятия 1-2 ориентированы на развитие когнитивного компонента, занятие 3 – на развитие поведенческого компонента. Акцент во всех занятиях сделан на развитие эмоционального компонента. Занятия проводятся в отдельном формате от детей с норматипичным развитием.

Блок 2: Основные занятия (занятия 4-10). Этот блок построен по принципу чередования совместных и отдельных занятий, что позволяет постепенно приучать детей с РАС к взаимодействию в группе, а нормально развивающихся детей – к принятию и пониманию особенностей сверстников.

Раздельные занятия дают возможность более целенаправленно работать с особенностями каждой группы. В этом блоке акцент делается на поведенческий компонент, на развитие социальных навыков, таких как умение делиться, работать в команде, вести диалог. Занятия включают ролевые игры, творческие задания и диалоги, что создает возможность для детей практиковать полученные навыки на практике. Занятия 5, 6 и 8 ориентированы на развитие эмоционального компонентов, занятие 8, 9 – на развитие когнитивного компонента. Акцент всех занятий сделан на развитие поведенческого компонента. Занятия проводятся в совместном формате с детьми с норматипичным развитием.

Блок 3: Заключительные занятия (занятия 11-12). Направлены на закрепление полученных навыков, обобщение опыта, создание ситуации успеха и позитивного завершения программы. В процессе завершающих занятий проводится аналитика, где дети могут поделиться своими впечатлениями и мнениями о пройденном материале. Завершение программы включает в себя теплое прощание и, возможно, небольшие награды, что подчеркивает важность достигнутых успехов и вдохновляет на дальнейшее развитие. В данном блоке идет закрепление всех компонентов эмоционального интеллекта, акцент на сделан поведенческий компонент.

Особенности работы с детьми с РАС (маршрут 8.2):

- **Визуальная поддержка:** Широкое использование карточек, пиктограмм, визуальных расписаний, схем.
- **Четкая структура и предсказуемость:** Сохранение неизменной структуры занятия, наличие ритуалов.
- **Краткость и ясность инструкций:** Использование простых, однозначных предложений.
- **Поведенческие подсказки:** Использование вербальных, жестовых или физических подсказок по мере необходимости.

- **Интересные для ребенка темы:** Включение в упражнения материалов, которые вызывают интерес у ребенка с РАС (например, транспорт, животные, определенные персонажи).
- **Сенсорная чувствительность:** Учитывать возможную чувствительность к звукам, свету, тактильным ощущениям. Предоставлять возможность уединения при необходимости.
- **Обучение социальным сценариям:** Проигрывание типичных социальных ситуаций.
- **Постепенное введение новых участников/ситуаций:** Адаптация к совместным занятиям происходит постепенно.

Материалы:

- Набор карточек с изображением эмоций (радость, грусть, гнев, страх, удивление, уныние, страх, отвращение и др.).
- Зеркала.
- Игрушки, куклы, фигурки.
- Мягкий мяч.
- Аудиозаписи с музыкой разного настроения.
- Цветные карандаши, фломастеры, бумага.
- Листы ватмана.
- Картинки, фотографии, иллюстрирующие различные жизненные ситуации.
- Кубик эмоций.
- Визуальные расписания для детей с РАС.
- Таймер.
- Фонарик (для упражнений на внимание).
- Материалы для арт-терапии (пластилин, краски).
- Небольшие призы или наклейки для поощрения.

Тематическое планирование занятий

№ занятия	Название занятия	Цель занятия	Задачи занятия	Упражнения/Структура занятия	Необходимые материалы	Время проведения занятий
Блок 1: Вводные занятия						
1	Мой маленький мир эмоций	Создание доверительной атмосферы, знакомство с основными эмоциями, адаптация к формату занятий.	Познакомить детей с понятием «эмоция». Научить называть 2-3 базовые эмоции (радость, грусть, удивление). Установить контакт с каждым ребенком.	1. Приветствие и «круг настроения» (5 мин) 2. Упражнение «Что чувствует герой?» (15 мин) 3. Игра «Зеркало эмоций» 4. Рефлексия и прощание (10 мин)	Карточки с эмоциями (радость, грусть, удивление), зеркала.	40
2	Цвета моего настроения	Расширение словаря эмоций, связь эмоций с внешними проявлениями, развитие самонаблюдения.	Познакомить с эмоциями страх, гнев. Научить распознавать эти эмоции у себя и других. Связать определенные эмоции с цветами.	1. Приветствие и «Круг настроения» (5 мин) 2. Упражнение «Цвет моего настроения» (15 мин) 3. Игра «Найди эмоцию» (10 мин) 4. Рефлексия (10 мин)	Карточки с эмоциями (радость, грусть, удивление, страх, гнев), цветные карандаши, бумага, цветные карточки.	40
3	Я – волшебник своих чувств	Управление эмоциями, простейшие приемы саморегуляции.	Показать, что эмоции могут меняться. Научить простым приемам успокоения (дыхание,	1. Приветствие и «Круг настроения» (5 мин): 2. Игра «Как это бывает?» (15 мин) 3. Упражнение «Дышим как...»	Карточки с ситуациями, игрушки/куклы, визуальные схемы дыхания.	40

			движение). Снять возможную тревожность перед предстоящи ми групповыми занятиями.	(10 мин) 4. «Мой личный уголок спокойствия» (5 мин) 5. Подготовка к следующему занятию (5 мин)		
Блок 2: Основные занятия						
4	Встреча в одном кругу	Первая встреча детей, формирова ние позитивног о отношения друг к другу, освоение правил взаимодейс твия.	Познакомит ь детей с правилами совместной работы. Развивать умение слушать друг друга. Создать условия для позитивного знакомства нормально развивающи хся детей и детей с РАС.	1. Приветствие и «Круг знакомств» (10 мин) 2. Игра «Добрый сосед» (15 мин). 3. Совместное творчество «Наш общий мир» (15 мин) 4. Рефлексия (5 мин)	Мягкий мяч, карточки с именами, большой лист ватмана, цветные карандаши/фло мастеры.	40
5	Для детей с РАС: Понима ем друг друга без слов	Развитие навыков невербальн ой коммуника ции, понимание мимики и жестов.	Учить распознават ь эмоции по мимике и жестам. Развивать умение использоват ь простые жесты для выражения эмоций.	1. Приветствие (3 мин) 2. Игра «Эмоции в лицах» (15 мин) 3. Игра «Жестовая азбука» (10 мин) 4. Игра «Что чувствует кукла?» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)	Карточки с эмоциями, куклы/игрушки, карточки с простыми жестами.	40
	Для НР: Общени е с помощь	Развитие навыков вербальной коммуника	Учить задавать вопросы и отвечать на	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Вопросы-	Карточки с вопросами/тема ми, предметы для игры в	40

	ю слов	ции, умения слушать и слышать других.	них. Развивать умение слушать собеседника. Практиковать вежливое общение.	ответы» (15 мин) 3. Игра «Расскажи историю» (10 мин) 4. Ролевая игра «В магазине» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)	магазин (игрушечные деньги, продукты).	
6	для детей с РАС: Я могу успокоиться	Формирование навыков саморегуляции, обучение приемам снятия напряжения.	Научить распознавать признаки усталости или перевозбуждения. Отработать 2-3 приема саморегуляции.	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Чувствую себя...» (10 мин) 3. Упражнение «Спокойное дыхание» (15 мин) 4. Игра «Мой уголок спокойствия» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)	Карточки с эмоциями, визуальные схемы дыхательных упражнений, сенсорные игрушки, удобные подушки.	40
	Для НР: Понимать чувства другого	Развитие эмпатии, умения ставить себя на место другого человека.	Научить определять эмоции по косвенным признакам (голос, ситуация). Развивать способность к сопереживанию.	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Эмоциональные истории» (15 мин) 3. Обсуждение «Если бы я был на месте...» (10 мин) 4. Игра «Помоги другу» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)	Карточки с изображениями ситуаций, мягкие игрушки (для демонстрации).	40
7	Дружба – это важно!	Формирование навыков конструктивного решения	Учить договариваться и искать компромиссы. Развивать умение	1. Приветствие и «Круг настроения» (5 мин): 2. Разбор конфликтных	Карточки с конфликтными ситуациями, куклы/игрушки, большой пазл или	40

		конфликтов, развитие эмпатии в совместной деятельности.	слушать разные точки зрения. Создать условия для совместного решения проблем.	ситуаций (15 мин) 3. Совместная игра-головоломка (15 мин) 4. Рефлексия (5 мин)	конструктор.	
8	Для детей с РАС: Мои особенные таланты	Развитие самопринятия, осознание своих сильных сторон.	Помочь детям с РАС увидеть свои уникальные качества и навыки. Повысить самооценку.	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Я умею...» (15 мин) 3. Создание «Книги моих достижений» (15 мин) 4. Рефлексия (7 мин)	Бумага, карандаши, картинки, клей, основа для «книги».	40
	Для НР: Как мы понимаем эмоции других	Обучение интерпретации сложных эмоций, развитие эмпатии и поддержки.	Развивать умение понимать не только базовые, но и более сложные эмоциональные состояния (разочарование, обида, зависть). Учить выражать поддержку.	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Настройся на волну» (15 мин) 3. Обсуждение «Что делать, если...» (10 мин) 4. Рисование «Мои сильные стороны» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)	Аудиозаписи с музыкой, карточки с ситуациями, бумага, карандаши.	40
9	Для детей с РАС: Мое тело – мои эмоции	Связь телесных ощущений с эмоциями, развитие осознанности телесных	Научить распознавать физические признаки эмоций («учащенное сердцебиение	1. Приветствие (3 мин): 2. Упражнение «Чувствую мое тело» (15 мин) 3. Игра «Эмоции через движение» (10 мин) 4. «Телесные	Карточки с эмоциями, изображения тела человека, возможно, элементы танцевальной терапии.	40

		проявлений .	ие», «сжатые кулаки»). Связать телесные ощущения с эмоциями.	якоря» (10 мин) 5. Рефлексия (2 мин)		
9	Для НР: Я – часть группы	Формирование навыков командной работы, ответственности за общий результат.	Развивать умение работать сообща над общей целью. Учитывать роли и ресурсы. Формировать чувство принадлежности к группе.	1. Приветствие (3 мин): 2. Игра «Строим башню» (15 мин) 3. Игра «Общее дело» (10 мин)	4. «Секрет успеха команды» (10 мин): Обсуждение, что помогло команде добиться успеха (договорились, помогали друг другу, слушали). 5. Рефлексия (2 мин): Что значит быть частью команды?	Кубики, конструкторы, материалы для общего творчества (бумага, краски, пластилин).
10	Вместе – мы сила!	Закрепление навыков эмпатии, сотрудничества и позитивного взаимодействия в смешанных группах.	Практиковать совместное решение задач. Учитывать детей с РАС поддерживать взаимодействие с нормально развивающимися сверстниками. Способствовать взаимопониманию и принятию.	1. Приветствие и «Круг настроения» (5 мин): 2. Совместная творческая мастерская «Дружба народов» (20 мин) 3. Игра «Обмен ролями» (10 мин) 4. Рефлексия (5 мин)	Материалы для коллажа (цветная бумага, журналы, ножницы, клей), картинки, изображающие разные культуры/интересы.	40

Блок 3: Заключительные занятия						
11	Моя карта эмоций и успехов	Обобщение и систематизация полученных знаний, формирование представления о собственном прогрессе.	Повторить основные понятия программы. Оценить свой прогресс в понимании и выражении эмоций. Осознать свои сильные стороны в области ЭИ.	1. Приветствие и «Круг достижений» (5 мин) 2. Создание «Карты моих эмоций» (20 мин) 3. Упражнение «Я – молодец!» (10 мин) (5 мин)	Бумага, карандаши, фломастеры, карточки с эмоциями, карточки с приемами саморегуляции.	40
12	Прощаемся, но не забываем!	Закрепление позитивного опыта, празднование достижений, формирование позитивного отношения к будущему.	Подвести итоги программы. Отметить успехи каждого. Создать атмосферу праздника и признания. Развить позитивное отношение к дальнейшему общению.	1. Праздничное приветствие (5 мин): 2. Игра «Эмоциональные подарки» (15 мин) 3. «Мой рецепт хорошего настроения» (15 мин) 4. Церемония вручения сертификатов/наград «Мастер эмоций» (5 мин) 5. Прощальный круг (5 мин)	Наградные карточки/сертификаты, наклейки, материалы для «рецептов» (карточки, карандаши).	40

Вывод по главе 2

В контексте проведенного исследования, направленного на развитие эмоционального интеллекта у младших школьников, в том числе с РАС, заключительный этап исследования демонстрирует критическую важность систематической и целенаправленной работы в данной области. Результаты диагностики, позволяют констатировать существенные различия в уровне развития эмоционального интеллекта между выборками детей с норматипичным уровнем развитием и обучающихся с РАС. Так, у детей с норматипичным уровнем развитием преобладают средний уровень развития эмоционального интеллекта по всем исследуемым критериям, что подтверждает необходимость дальнейшего совершенствования уже имеющихся навыков.

В то же время, анализ данных по обучающимся с РАС выявил стойкие затруднения на всех уровнях эмоционального интеллекта, что демонстрирует трудности в социальной коммуникации и понимании эмоциональных аспектов межличностного взаимодействия у данной категории детей. Особенности выполнения заданий, такие как трудности в распознавании сложных эмоций, интерпретации причин эмоциональных состояний и проявлении эмпатии, у детей с РАС, зафиксированные в ходе исследовательской работы, наглядно демонстрируют низкий уровень развития эмоционального интеллекта, включающих распознавание, выражение, понимание и регуляцию эмоций. Это подтверждает актуальность разработанной программы, ориентированной на создание условий для развития данных навыков.

Разработанная программа выступает как систематизированный комплекс мер, направленный на развития эмоционального интеллекта младших школьников. Реализация программы, предусматривает поэтапное формирование ключевых компонентов эмоционального интеллекта: распознавания, понимания, выражения и регуляции эмоций, а также развитие эмпатии и навыков социального взаимодействия. Особое внимание в программе уделяется

адаптации заданий и методов работы к специфическим образовательным потребностям детей с РАС, включая всестороннюю визуальную поддержку, четкую структуру занятия и применение поведенческих подсказок. Данный подход предполагает формирование у детей с РАС как базовых, так и более сложных умений, способствующих их успешной социальной адаптации и интеграции в образовательную среду, а также развитие и приобретение навыков эмоционального интеллекта для детей с норматипичным развитием, что повышает образовательный процесс и способствует развитию личности.

Таким образом, результаты проведенного исследования и разработанная программа демонстрируют комплексный подход к решению задачи развития эмоционального интеллекта у младших школьников, в особенности у детей с РАС.

Заключение

1. Анализ психолого-педагогической литературы и теоретических аспектов показал фундаментальную роль эмоционального интеллекта. Определили понятийный аппарат эмоционального интеллекта, а также рассмотрели модели, виды и компоненты эмоционального интеллекта.

2. Особое внимание было уделено выявленным трудностям в эмоциональной сфере детей с РАС. Затруднения в социальной коммуникации и понимании эмоциональных аспектов межличностного взаимодействия, трудности в распознавание, выражение, понимание и регуляцию эмоций.

3. Мы рассмотрели многообразие методов, форм по развитию эмоционального интеллекта, опираясь на современные педагогические и психологические исследования. Мы сделали упор на педагогические методы (Ю.К. Бабанский): методы организации и осуществления – учебно-познавательной деятельности, методы стимулирования и мотивации учения, методы контроля и самоконтроля в обучении; и на психологические методы (М. Е. Пермякова, О. С. Чаликова): сказкотерапия, арт-терапия, игровая терапия.

4. Опираясь на компоненты И.Н. Мещеряковой, нами были разработаны три критерия: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Каждому критерию была подобрана методика в соответствии с его функцией.

5. Результаты диагностического исследования демонстрируют выраженные различия в уровнях развития эмоционального интеллекта между группами норматипичных обучающихся и обучающихся с РАС. У последних выявлены трудности в распознавании, понимании, выражении и регуляции эмоций, что согласуется с данными исследования. Это делает актуальной разработанную программу, способствующую преодолению данных затруднений.

6. Разработанная авторская программа представляет собой систематизированный комплекс мер, направленный на поэтапное формирование компонентов эмоционального интеллекта с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, а также специфических образовательных потребностей детей с РАС. Программа обеспечивает комплексное развитие эмоциональной сферы, эмпатии и навыков социального взаимодействия.

Таким образом, проведенное исследование и разработанная программа подтверждают комплексный подход к решению задачи развития эмоционального интеллекта у младших школьников. Дальнейшая апробация и оценка эффективности программы позволят не только повысить эмоциональную грамотность всех учащихся, но и значительно улучшить их социальную адаптацию и успешность в образовательном процессе.

Список использованных источников

1. Андреева И. Н. Албука эмоционального интеллекта - Санкт-Петербург: БХВ-Петербург, 2012 - 288 с.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие: монография.- Новополоцк: ПГУ им. Евфросинии Полоцкой, 2020. - 356 с.
3. Артемова Е. Э., Рязанова М. А. Арт-терапевтические методы на внеурочных занятиях для детей с РАС как средство формирования отзывчивости по отношению к сверстникам / Артемова Е. Э., Рязанова М. А. [Электронный ресурс] // PsyJournals.ru портал психологических изданий : [сайт]. —URL:
https://psyjournals.ru/journals/autdd/archive/2020_n4/Artemova_Ryazhenova (дата обращения: 11.02.2026).
4. Асмолов, А. Г., Бурменская, Г. В., Володарская, И. А. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли/ А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская - под ред. Асмолова А.Г. - Москва: Просвещение, 2008 - 151 с.
5. Бабанский, Ю. К. Концепция содержания, методов и форм организации обучения в современной общеобразовательной школе/ Ю. К. Бабанский // Бабанский Ю. К. Избранные педагогические труды. – М. : Педагогика, 1989. – С. 416–434.
6. Базарсадаева Э. Ж. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта // Вестник Бурятского государственного университета 2013, № 5. - С 8.
7. В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Сластенина. Педагогика - М. : Школа-Пресс, 1997. — 512 с.
8. Волкова А. С. Цифровая трансформация и эмоциональный интеллект: развитие soft skills младших школьников на уроках «Окружающего

мира» в условиях новых вызовов / А. С. Волкова. — Текст : электронный // Учительский журнал : [сайт]. — URL: <https://www.teacherjournal.ru/categories/11/articles/15296> (дата обращения: 01.03.2026).

9. Давыдов В.В.. Младший школьный возраст как особый период в жизни ребенка. Содержание и структура учебной деятельности [Электронный ресурс] - URL: https://koi.tspu.ru/koi_books/nikolskaya2/mhvkopvhr.htm (дата обращения: 17.05.2025)

10. Дэниел Гоулман Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009 - 478 с

11. Дэниел Гоулман Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А. П. Исаевой ; [науч. ред. Е. Ефимова]. - 11-е изд. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2021 - 544 с.

12. Жмуров Д. Педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс]- URL: <https://didacts.ru/termin/emocionalnyi-intellekt.html> (дата обращения: 2.05.2025)

13. Жмуров Д. Психологическая энциклопедия [Электронный ресурс]- URL: <https://vocabulary.ru/termin/emocionalnyi-intellekt.html> (дата обращения: 2.05.2025).

14. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Метод комплексной сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева // Психологическая газета. 2024. №10. С. 10–11

15. Коротких, С. А. Развитие эмоционального интеллекта младших школьников [Электронный ресурс] - URL: <https://moluch.ru/archive/579/127592> (дата обращения: 10.11.2025).

16. Лебединская К.С., Никольская О.С., Баенская Е.Р. Дети с нарушениями общения: Ранний детский аутизм. - М.: Просвещение, 1989. - 95 с.

17. Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. - Москва: Изд-во Моск. Ун-та, 1990.-197 с.
18. Мещерякова И. Н., Эмоциональный интеллект и его развитие. - Воронеж: Изд-во Воронежского гос. пед. ун-та, 2013 - 207 с
19. Министерство просвещения российской федерации приказ от 11 февраля 2022 г. № 69 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 22 марта 2021 г. № 115» [Электронный ресурс] - URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=417537> (дата обращения: 19.11.2025).
20. Московский государственный психолого-педагогический университет Аналитическая справка о состоянии образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра в субъектах Российской Федерации в 2022 году [Электронный ресурс] - URL: <https://autism-frc.ru/education/monitoring/1509> (дата обращения: 4.05.2025)
21. Наймушина Л.М. История становления понятия "эмоциональный интеллект" в психологической науке // Педагогика: история, перспективы 2020, № 4. - С. 64-68
22. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок: Пути помощи. Изд.4-е, стер. - М.: Теревинф, 2007. - 288 с.
23. Никольская О.С., Розенблюм С.А. Дети с расстройствами аутистического спектра- Москва: Изд-во Просвещение, 2023.- 41 с.

24. Пермякова М.Е., Чаликова О.С.. Экспрессивная терапия в работе психолога ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2016 – 120 с.
25. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (с изменениями и дополнениями) [Электронный университет]- URL: <https://base.garant.ru/70862366/47c0c676c4eea47d6f8dd080df4a487f/> (дата обращения: 19.11.2025).
26. Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к измерениям./ под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова - Москва: Изд-во «Институт психологии РАН». 2009,- 351 с.
27. Социальный интеллект: теория, измерение, исследования» / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. - М. : Ин-т психологии, 2004. - 174, с
28. Спиваковская А.С.. Психотерапия: игра, детство, семья : в 2 т. Т. 1 - Москва : Апрель-Пресс : ЭКСМО-Пресс, 1999. — 304 с.
29. Тюлина В. Б., Кац Л. И. Игротерапия для детей с РАС / Тюлина В. Б., Кац Л. И. [Электронный ресурс] // PsyJournals.ru портал психологических изданий : [сайт]. — URL: https://psyjournals.ru/journals/autdd/archive/2015_n3/tyulina_katz (дата обращения: 11.02.2026).
30. ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики» Съезд коррекционных школ [Электронный ресурс] - URL: <https://ikp-rao.ru/sezd-korrekcionnyh-shkol/> (дата обращения: 28.03.2025)
31. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья от 19 декабря 2014 г. N 1598 (ред. от 8 ноября 2022 г.)

[Электронный ресурс] - URL : <https://base.garant.ru/70862366/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/> (дата обращения: 7.03.2025)

32. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (1-4 класс) от 6 октября 2009 (ред. 11.12.2020) [Электронный ресурс] - URL : <https://fgos.ru/fgos/fgos-noo/> (дата обращения: 12.03.2025)

33. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. От 15.10.2025)» [Электронный ресурс] - URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a/ (дата обращения: 19.11.2025).

34. Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е. Лабиринт души. Терапевтические сказки / Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е. [Электронный ресурс] // docs.yandex.ru : [сайт]. — URL: <https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1778466184&tld=ru&lang=ru&name> (дата обращения: 11.02.2026).

35. Шаргородская Л.В. Основные условия, методы и формы организации образования младших школьников с расстройствами аутистического спектра [Электронный ресурс] - URL: https://ikp-rao.ru/wp-content/uploads/2024/02/Osnovnye_usloviya_metody_i_formy_organizacii_obrazovaniya_mladshih.pdf (дата обращения: 1.05.2025)

36. Шипицина Л.М. Детский аутизм хрестоматия. - Санкт-Петербург: Международный университет семьи и ребенка им Р. Валленберга, 1997 . - 254 с

37. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. 1971, №4. - С. 6-20.

38. Эльконин Д.Б. Психологические вопросы формирования учебной деятельности в младшем школьном возрасте [Электронный ресурс] - URL: <https://ebooks.grsu.by/psihologia/elkonin-d-b-psikhologicheskie-voprosy->

formirovaniya-uchebnoj-deyatelnosti-v-mladshem-shkolnom-vozhraste.htm

(дата

обращения: 16.05.2025).

39. Mayer John. D., Salovey P. what is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: educational implications, ed. by p. Salovey, D. Slater. New York Perseus Books, 1997. PP. 3-31

40. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)1. — Текст : электронный // docs.yandex.ru : [сайт]. — URL: <https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1778358652&tld=ru&lang=en&name=3271.pdf&text=Модель%20Рувена%20Бар-Она%2C%20посвященная%20социально-эмоциональной%20компетентности%20> (дата обращения: 07.02.2026).

Приложение 1.

Результаты методики «Специальная осведомленность: эмоции и чувства» Е.И. Изотова 4 «Р» класса.

Блок ФИО	Содержание эмоций и чувств	Выражение эмоций	Причины эмоциональных переживание	Эмпатия	Итог	Уровень
А. Д.	3	6	3	4	16	Средний
А. А.	3	6	4	3	16	Средний
А. М.	2	6	3	3	14	Средний
Б. И.	2	6	3	5	16	Средний
В. В.	6	11	3	5	25	Высокий
Ж. З.	3	10	4	6	23	Высокий
Ж. А.	4	5	3	4	16	Средний
И. Д.	4	8	3	3	18	Средний
К. В.	4	6	1	6	17	Средний
К. Е.	4	5	4	5	18	Средний
Л. М.	5	8	4	6	23	Высокий
М. В.	3	6	3	4	16	Средний
П. М.	3	6	3	2	14	Средний
П. В.	4	6	3	6	19	Средний

П. М.	5	8	3	5	21	Средний
П. В.	5	7	2	2	16	Средний
П. К.	4	6	4	6	20	Средний
Р. Р.	4	6	2	4	16	Средний
Т. Я.	2	6	4	2	14	Средний
Ф. У.	4	11	3	3	21	Средний
Ф. М.	1	4	0	2	7	Низкий

Приложение 2.

Результаты методики «Эмоциональные лица» Семаго Н.Я. 4 «Р»

класса.

ФИО	Уровень определения эмоционального состояния
А. Д.	Средний уровень
А. А.	Средний уровень
А. М.	Высокий уровень
Б. И.	Средний уровень
В. В.	Средний уровень
Ж. З.	Средний уровень
Ж. А.	Низкий уровень
И. Д.	Средний уровень
К. В.	Средний уровень
К. Е.	Средний уровень
Л. М.	Средний уровень
М. В.	Средний уровень
П. М.	Средний уровень
П. В.	Высокий уровень
П. М.	Средний уровень
П. В.	Средний уровень
П. К.	Низкий уровень
Р. Р.	Средний уровень
Т. Я.	Высокий уровень
Ф. У.	Средний уровень
Ф. М.	Средний уровень

Приложение 3.

Результаты методики «Что-почему-как» М.А. Нгуен 4 «Р» класса.

ФИО	Уровень развития эмоционального интеллекта
А. Д.	Низкий уровень
А. А.	Средний уровень
А. М.	Высокий уровень
Б. И.	Средний уровень
В. В.	Средний уровень
Ж. З.	Высокий уровень
Ж. А.	Средний уровень
И. Д.	Высокий уровень
К. В.	Низкий уровень
К. Е.	Средний уровень
Л. М.	Высокий уровень
М. В.	Высокий уровень
П. М.	Средний уровень
П. В.	Высокий уровень
П. М.	Средний уровень
П. В.	Высокий уровень
П. К.	Низкий уровень
Р. Р.	Средний уровень
Т. Я.	Низкий уровень
Ф. У.	Высокий уровень
Ф. М.	Высокий уровень

Приложение 4

Результаты методик «Эмоциональные лица» Семаго Н.Я., «Что-почему-как» М.А. Нгуен, «Специальная осведомленность: эмоции и чувства» Е.И. Изотова 4 класса, обучающихся с РАС.

ФИО	Методика «Эмоциональн ые лица»	Методика «Что- почему- как»	«Специальная осведомленность: эмоции и чувства»					
			Содержание эмоций и чувств	Выражение эмоций	Причины эмоциональных переживаний	Эмпатия	Итог	Уровни
Б.	Низкий уровень	Низкий уровень	4	5	2	0	11	Низкий
М.	Низкий уровень	Низкий уровень	3	6	3	1	12	Низкий

Приложение 5

Адаптированный диагностический материал

Фамилия, Имя _____ Возраст _____ Класс _____



- Радость
- Печаль
- Злость





- Приветливость
- Удивление
- Обида
- Страх
- Радость
- Задумчивость
- Сердитость

Фамилия, Имя _____ Возраст _____ Класс _____

Вопросы:

1. Что Юра сказал ребятам?

2. Почему Юра так поступил?

3. Как бы ты поступил в этой ситуации?

Фамилия, Имя _____ Возраст _____ Класс _____

Блок «Содержание эмоций и чувств»

- Что такое любовь?

- Что такое дружба?

- Что ты чувствуешь, когда тебя ругают за плохой поступок? Как называется это чувство?

- Как называется чувство, когда тебе что-то неприятно (противно)?

Блок «Выражение эмоций»

- Как можно узнать, какое настроение у человека, грустный он или весёлый?

- Как без слов показать, что тебе страшно?

- Как ты думаешь, можно плакать от радости? Почему?

- Можно ли смеяться, когда страшно? Почему?

-
- Может ли злой человек притвориться добрым? Как?
-
-

-
- Может ли человек, когда ему страшно, не показывать этого? Почему?
-
-

Блок «Причины эмоциональных переживаний»

- Когда люди радуются?
-
-

- Почему люди плачут?
-
-

- Когда бывает страшно?
-
-

- Когда мама (папа) гордится тобой?
-
-

Блок «Эмпатия»

- Когда твои друзья радуются, что ты делаешь?
-
-

- Представь, что твои родители чем-то расстроены? Что ты сделаешь?
Что ты скажешь?
-
-

- Если кто-то из ребят упал и плачет, что ты ему скажешь, что сделаешь?

- Если кого-то из ребят похвалили, что ты ему скажешь?



Занятие 1: Мой маленький мир эмоций

Цель занятия: Создание доверительной атмосферы, знакомство с основными эмоциями (радость, грусть, удивление), адаптация к формату занятий, установление контакта с каждым ребенком.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «круг настроения» (5 мин):

Дети собираются в круг. Ведущий приветствует каждого ребенка по имени, предлагает выбрать карточку с изображением эмоции, которая соответствует его текущему настроению, и объяснить свой выбор (или просто показать карточку, если вербализация затруднена).

Упражнение «Что чувствует герой?» (15 мин):

Ведущий показывает карточки с изображениями сказочных героев или детей, выражающих базовые эмоции (радость, грусть, удивление).

Дети обсуждают, что чувствует герой, какие у него эмоции, почему он так себя чувствует. Можно использовать вопросы: «Как ты думаешь, почему он рад?», «Что могло его расстроить?».

Игра «Зеркало эмоций»:

Ведущий показывает карточку с эмоцией или изображает ее сам. Дети повторяют выражение лица и позу. Затем дети по очереди показывают эмоции, а другие угадывают.

Пример: Ведущий: «Покажите, как вы радуетесь!», дети показывают. Ведущий: «А теперь покажите, как вы удивлены!», дети повторяют.

Рефлексия и прощание (10 мин):

Детям предлагается вернуться в круг. Каждый может поделиться, что ему понравилось на занятии, что нового узнал.

Ведущий подводит итог, хвалит детей за активность и участие. Процесс прощания также может сопровождаться демонстрацией эмоций (например, «помашем друг другу с радостью»).

Занятие 2: Цвета моего настроения

Цель занятия: Расширение словаря эмоций (добавление страха, гнева), связь эмоций с внешними проявлениями, развитие самонаблюдения.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг настроения» (5 мин):

Аналогично первому занятию, дети приветствуют друг друга и называют свое настроение, возможно, используя карточки с уже знакомыми эмоциями (радость, грусть, удивление).

Упражнение «Цвет моего настроения» (15 мин):

Ведущий знакомит детей с новыми эмоциями: страх и гнев. Обсуждаются их проявления (что происходит, когда страшно/зло).

Каждой эмоции присваивается цвет (например, радость - желтый, грусть - синий, удивление - зеленый, страх - серый, гнев - красный).

Детям раздаются бумага и цветные карандаши. Они рисуют свой «цветовой мир настроения», выбирая цвета, соответствующие их ощущениям в данный момент или в ответ на вопрос о конкретной эмоции.

Игра «Найди эмоцию» (10 мин):

Ведущий показывает карточки с новыми эмоциями (страх, гнев) или описывает ситуации, вызывающие эти эмоции. Дети должны назвать эмоцию и показать соответствующее выражение лица.

Можно усложнить, показывая картинки или сценки, где персонажи испытывают эти эмоции, и просить детей назвать, что они чувствуют.

Рефлексия (10 мин):

Дети показывают свои рисунки и комментируют, почему выбрали те или иные цвета.

Обсуждение: «Что нового вы сегодня узнали об эмоциях?, Какие цвета соответствуют вашим чувствам?». Ведущий подводит итоги, акцентируя внимание на возможности распознавать разные эмоции.

Занятие 3: Я – волшебник своих чувств

Цель занятия: Знакомство с концепцией управления эмоциями, простейшие приемы саморегуляции, снятие возможной тревожности перед предстоящими групповыми занятиями.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг настроения» (5 мин):

Создание атмосферы спокойствия и принятия. Дети делятся своим настроением.

Игра «Как это бывает?» (15 мин):

Ведущий рассказывает короткие истории или показывает картинки, где герои испытывают разные эмоции (например, персонаж расстроился, потому что потерял игрушку; рассердился, потому что кто-то забрал его вещь).

Цель – обсудить, как персонаж может справиться с этой эмоцией. Вместо того, чтобы оставаться в расстройстве или гневе, что можно сделать?

Упражнение «Дышим как...» (10 мин):

Ведущий знакомит с простейшими техниками саморегуляции, связанными с дыханием.

Например: «Дышим как воздушный шарик» (медленный вдох, надувая живот, и выдох). «Дышим как насос» (короткие, частые вдохи и выдохи). «Дышим как цветочек и свечка» (вдох через нос, как будто вдыхаем аромат цветка, выдох через рот, как будто задуваем свечку).

Использование визуальных схем дыхания может быть полезно.

«Мой личный уголок спокойствия» (5 мин):

Дети могут представить или даже нарисовать свое «место», где им спокойно и хорошо. Это может быть реальное место или вымышленное.

Обсуждение, что помогает им чувствовать себя спокойнее (например, любимая игрушка, объятия, нарисовать что-то).

Подготовка к следующему занятию (5 мин):

Ведущий кратко рассказывает, что их ждет на следующем занятии, чтобы снять возможную тревогу перед неизвестностью.

Занятие 4: Встреча в одном кругу

Цель занятия: Первая совместная встреча детей, формирование позитивного отношения друг к другу, освоение правил взаимодействия. Создание условий для позитивного знакомства детей с РАС и нормально развивающихся детей.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг знакомств» (10 мин):

Ведущий приветствует всех. Затем дети по очереди передают друг другу мягкий мяч и называют свое имя. Можно добавить элемент: «Я люблю...» (например, «Меня зовут Маша, я люблю играть в куклы»).

Цель – дать каждому ребенку возможность представиться и услышать имена других.

Игра «Добрый сосед» (15 мин):

Дети стоят в кругу. Ведущий называет условие, и те, кто ему соответствует, меняются местами, ища нового «доброго соседа».

Примеры: «Добрый сосед, который любит мороженое, поменяйтесь местами!», «Добрый сосед, у которого есть брат/сестра, поменяйтесь местами!», «Добрый сосед, который рад видеть всех сегодня, поменяйтесь местами!».

Это упражнение помогает найти общие черты и установить контакт.

Совместное творчество «Наш общий мир» (15 мин):

На большом листе ватмана дети вместе рисуют или создают коллаж, который символизирует их общую группу, их «общий мир».

Ведущий направляет, помогает договориться, как что расположить. Важно, чтобы каждый внес свой вклад.

Рефлексия (5 мин):

Дети рассматривают получившуюся картину. Обсуждение: «Что вам понравилось в нашем общем деле?, Как мы работали вместе?».

Ведущий подводит итог, подчеркивая важность совместной работы и уважения друг к другу.

Занятие 5: Понимание друг друга

Разделение на группы:

Для детей с РАС: Понимаем друг друга без слов.

Для НР: Общение с помощью слов.

Занятие 5 (для детей с РАС): Понимаем друг друга без слов

Цель занятия: Развитие навыков невербальной коммуникации, понимание мимики и жестов.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Создание спокойной, поддерживающей атмосферы.

Игра «Эмоции в лицах» (15 мин):

Ведущий показывает карточки с различными эмоциями. Дети должны показать мимикой и выражением лица эту эмоцию.

Затем ведущий показывает жесты, которые могут сопровождать эмоции (например, скрещенные руки – обида/защита, улыбка – радость, опущенные плечи – грусть). Дети повторяют.

Игра «Жестовая азбука» (10 мин):

Ведущий показывает простые базовые жесты, означающие «да», «нет», «привет», «пока», «хочу», «не хочу».

Дети стараются повторить и понять значение жестов.

Ведущий может дать задание: «Покажи жестом, что ты хочешь пить».

Игра «Что чувствует кукла?» (10 мин):

С помощью кукол или игрушек ведущий разыгрывает короткие сценки, где персонажи выражают эмоции через мимику и тело.

Дети должны угадать, какую эмоцию испытывает персонаж, ориентируясь только на его «безмолвное» поведение.

Рефлексия (2 мин):

Короткое обсуждение: «Что мы сегодня делали?, Было ли вам понятно, что чувствуют герои?».

Занятие 5 (для НР): Общение с помощью слов

Цель занятия: Развитие навыков вербальной коммуникации, умения слушать и слышать других.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Акцент на вербальном приветствии, обращении друг к другу.

Игра «Вопросы-ответы» (15 мин):

Дети сидят в кругу. Ведущий использует карточки с разными вопросами (например, Какая твоя любимая еда?, Что тебе нравится делать?, Кем ты хочешь стать, когда вырастешь?, Опиши свой лучший день.)

Карточки зачитываются, дети по очереди отвечают. Акцент на том, чтобы отвечать полно и понятно.

Можно использовать мяч: кто ловит мяч, тот отвечает на вопрос.

Игра «Расскажи историю» (10 мин):

Ведущий начинает рассказывать историю (например, «Однажды девочка пошла в лес...»). Следующий ребенок продолжает историю, добавляя одно-два предложения.

Цель – научиться слушать предыдущего говорящего и строить связный рассказ.

Ролевая игра «В магазине» (10 мин):

Дети играют в магазин. Один – продавец, другой – покупатель.

Они учатся вести диалог: здороваться, спрашивать, что хотят купить, называть цену, благодарить.

Рефлексия (2 мин):

Короткое обсуждение: «Что вам понравилось?, Что было легко/трудно?, Что вы чувствовали, когда разговаривали?».

Занятие 6: Управление собой и чувствами

Разделение на группы:

Для детей с РАС: Я могу успокоиться.

Для НР: Понимаем чувства другого.

Занятие 6 (для детей с РАС): Я могу успокоиться

Цель занятия: Формирование навыков саморегуляции, обучение приемам снятия напряжения.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Спокойное начало, настрой на занятие.

Игра «Чувствую себя...» (10 мин):

Ведущий спрашивает: «Когда ты чувствуешь себя очень возбужденным/уставшим/злым, что происходит с твоим телом?».

Дети пытаются описать телесные ощущения (например, сердце бьется быстро, руки сжимаются, я не могу усидеть на месте).

Ведущий помогает подобрать слова и соотнести ощущения с эмоциями.

Упражнение «Спокойное дыхание» (15 мин):

Дети практикуют различные техники дыхания, которые помогают успокоиться.

Примеры: «Дыхание по квадрату» (вдох на 4 счета, задержка на 4, выдох на 4, задержка на 4). «Дыхание в трубочку» (медленный вдох носом, длинный выдох ртом, как будто дуем в трубочку). «Дыхание лягушки» (надуть щеки, медленный выдох).

Важно использовать визуальные схемы и мягкий, спокойный голос ведущего.

Игра «Мой уголок спокойствия» (10 мин):

Создание или оформление «уголка спокойствия» в группе (или каждого ребенка индивидуально).

Дети могут выбрать сенсорные игрушки, мягкие подушки, книжки, с помощью которых они могут успокоиться, когда им это нужно.

Обсуждение: «Что здесь есть, что может помочь тебе успокоиться?».

Рефлексия (2 мин):

Краткое подведение итогов: «Что мы делали?, Какие способы успокоения вы запомнили?».

Занятие 6 (для НР): Понимаем чувства другого

Цель занятия: Развитие эмпатии, умения ставить себя на место другого человека.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Создание атмосферы открытости и доверия.

Игра «Эмоциональные истории» (15 мин):

Ведущий рассказывает короткие истории о ситуациях, где герои испытывают разные эмоции (например, Девочка готовилась к празднику, но накануне заболела и не смогла пойти. Как она себя чувствовала?).

Важно, чтобы истории затрагивали более сложные эмоции, чем базовые (например, разочарование, обида, зависть).

Дети обсуждают, что чувствует герой, почему он так себя чувствует.

Обсуждение «Если бы я был на месте...» (10 мин):

После рассказа истории ведущий задает вопросы: «Как ты думаешь, что бы почувствовал ты, если бы оказался в такой ситуации?, Что бы ты сделал, чтобы помочь этому человеку».

Цель – стимулировать эмпатию и сопереживание.

Игра «Помоги другу» (10 мин):

Детям предлагаются картинки с изображением человека, испытывающего определенную эмоцию.

Они должны придумать, как можно поддержать этого человека, что ему сказать или сделать.

Рефлексия (2 мин):

Краткое обсуждение: «Что вы узнали о чувствах других?, Что самое важное, когда кто-то расстроен?».

Занятие 7: Дружба – это важно!

Цель занятия: Формирование навыков конструктивного решения конфликтов, развитие эмпатии в совместной деятельности.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг настроения» (5 мин):

Начало занятия с позитивного настроения.

Разбор конфликтных ситуаций (15 мин):

Ведущий предлагает детям карточки с типичными конфликтными ситуациями, возникающими в детской среде (например, «два ребенка хотят одну и ту же игрушку», «один ребенок случайно толкнул другого», «кто-то не хочет делиться»).

С помощью кукол или рисунков разыгрывается ситуация. Дети обсуждают:

- Почему возник конфликт?
- Почему чувствуют себя герои?
- Как можно решить эту проблему, чтобы никто не был обижен?

Акцент на поиске компромиссов, умении договариваться.

Совместная игра-головоломка (15 мин):

Детям предлагается собрать большой пазл или выполнить какое-то совместное творческое задание (например, построить башню из конструктора).

Во время выполнения задания ведущий наблюдает за взаимодействием детей, помогает им договариваться, распределять задачи, проявлять терпение.

Рефлексия (5 мин):

Обсуждение: «Что помогло нам собрать пазл (или выполнить задание)?, Были ли трудности?, Как мы их решали?, Что самое важное в дружбе?».

Занятие 8: Осознание своих качеств

Разделение на группы:

Для детей с РАС: Мои особенные таланты.

Для НР: Как мы понимаем эмоции других.

Занятие 8 (для детей с РАС): Мои особенные таланты

Цель занятия: Развитие самопринятия, осознание своих сильных сторон.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Создание позитивной атмосферы.

Игра «Я умею...» (15 мин):

Ведущий предлагает детям подумать и сказать, что они умеют делать хорошо. Это могут быть самые разные вещи: «рисовать», «собирать кубики», «быстро бегать», «хорошо слушать музыку», «строить из конструктора», «застегивать пуговицы».

Особое внимание уделяется похвале и признанию даже самых простых навыков.

Создание «Книги моих достижений» (15 мин):

Каждый ребенок получает лист бумаги или небольшую основу для "книги".

Они могут нарисовать, что они умеют, или вклеить картинки, которые символизируют их таланты и достижения.

Ведущий помогает каждому оформить свой "титульный лист" или страницу.

Рефлексия (7 мин):

Дети представляют свои "Книги достижений". Ведущий задает вопросы: "Что тебе больше всего нравится в твоей книге?", "Что ты еще научишься делать?".

Цель – закрепить позитивное представление о себе.

Занятие 8 (для НР): Как мы понимаем эмоции других

Цель занятия: Обучение интерпретации сложных эмоций, развитие эмпатии и поддержки.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Подготовка к работе с тонкими эмоциональными нюансами.

Игра «Настройся на волну» (15 мин):

Ведущий включает короткие музыкальные фрагменты разного настроения (грустная мелодия, веселая, тревожная, спокойная).

Дети слушают и описывают, какие чувства вызывает у них музыка.

Затем ведущий предлагает карточки с изображениями ситуаций, где герои могут испытывать не только базовые, но и более сложные эмоции (разочарование, обида, зависть, стеснение, гордость).

Обсуждение: «Что чувствует герой?, Почему он так себя чувствует?, На что это похоже?».

Обсуждение «Что делать, если...» (10 мин):

Ведущий предлагает детям ситуации, где кому-то нужна поддержка: «Твой друг расстроен, потому что у него что-то не получилось. Что ты можешь сказать ему, чтобы поддержать?». «Ты видишь, что кто-то стесняется подойти к общей игре. Что бы ты сделал?».

Цель – научиться предлагать конструктивную поддержку.

Рисование «Мои сильные стороны» (10 мин):

Каждый ребенок рисует себя, как он проявляет свои сильные стороны или как он помогает другим.

Это может быть не только самооценка, но и проявление понимания чужих потребностей.

Рефлексия (2 мин):

Краткое обсуждение: «Чему мы научились сегодня?, Легко ли понимать, что чувствует другой человек?».

Занятие 9: Осознание тела и принадлежности к группе

Разделение на группы:

Для детей с РАС: Мое тело – мои эмоции.

Для НР: Я – часть группы.

Занятие 9 (для детей с РАС): Мое тело – мои эмоции

Цель занятия: Связь телесных ощущений с эмоциями, развитие осознанности телесных проявлений.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Создание спокойной, телесно-ориентированной атмосферы.

Упражнение «Чувствую мое тело» (15 мин):

Ведущий предлагает детям закрыть глаза (если комфортно) и прислушаться к ощущениям в теле.

Он направляет внимание на разные части тела: «Чувствуешь ли ты тепло в руках?, Напряжены ли плечи?, Как стучит сердце?».

Затем ведущий связывает эти ощущения с эмоциями: «Когда мы злимся, что происходит с нашими кулаками?», «Когда мы радуемся, как ведет себя наше тело?».

Игра «Эмоции через движение» (10 мин):

Дети под музыку или по команде ведущего изображают эмоции с помощью тела и движений.

Примеры: «Покажи радость всем телом», «Покажи, как ты злишься, не двигаясь с места», «Покажи, как ты боишься, спрятавшись».

Можно использовать «позу страха», «позу радости» и т.д.

«Телесные якоря» (10 мин):

Дети выбирают приятные телесные ощущения, вызывающие спокойствие (например, сжатие кулаков, потом их расслабление; легкое поглаживание руки).

Эти ощущения становятся «якорями», к которым можно вернуться, когда нужно успокоиться.

Рефлексия (2 мин):

Краткое подведение итогов: «Что нового мы узнали о том, как тело связано с чувствами?, Какие ощущения помогают вам успокоиться?».

Занятие 9 (для НР): Я – часть группы

Цель занятия: Формирование навыков командной работы, ответственности за общий результат.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (3 мин):

Подчеркивание идеи совместной работы.

Игра «Строим башню» (15 мин)

Дети делятся на мини-группы (или работают все вместе). Им дается задание построить самую высокую или самую устойчивую башню из кубиков или конструктора.

Важно, чтобы они договаривались, кто какие кубики берет, как их ставить.

Игра «Общее дело» (10 мин):

Совместное творчество: создание большого коллажа, рисование общей картины, лепка общей композиции.

Дети должны работать слаженно, учитывая идеи других.

«Секрет успеха команды» (10 мин):

Обсуждение: «Что помогло нашей команде (или мне в команде) добиться успеха?, Какие правила мы соблюдали?, Что самое важное, когда работаешь вместе?».

Ведущий помогает детям сформулировать ключевые принципы командной работы (договорились, помогали друг другу, слушали, уважали мнение других).

Рефлексия (2 мин):

Краткое подведение итогов: «Что значит быть частью команды?, Было ли вам приятно работать вместе?».

Занятие 10: Вместе – мы сила!

Цель занятия: Закрепление навыков эмпатии, сотрудничества и позитивного взаимодействия в смешанных группах.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг настроения» (5 мин):

Создание позитивного, объединяющего настроения.

Совместная творческая мастерская «Дружба народов» (20 мин):

Дети работают над созданием общего коллажа или аппликации, символизирующей дружбу, сотрудничество, единство разных людей.

Используются разнообразные материалы: цветная бумага, журналы, картинки, ткань.

Важно, чтобы дети с РАС и нормально развивающиеся дети помогали друг другу, договаривались, делились материалами. Ведущий выступает в роли фасилитатора.

Игра «Обмен ролями» (10 мин):

Ведущий предлагает детям представить себя на месте другого человека. Это может быть как другой ребенок из группы, так и персонаж.

Например: «Представь, что ты (имя ребенка с РАС), что ты чувствуешь, когда (имя НР ребенка) предлагает тебе помощь?», или «Представь, что ты (имя НР ребенка), что ты чувствуешь, когда (имя ребенка с РАС) делится с тобой чем-то интересным?».

Цель – развивать эмпатию и понимание между разными детьми.

Рефлексия (5 мин):

Обсуждение: «Что мы научились делать вместе?, Что вам больше всего понравилось на сегодняшнем занятии?, Как вы чувствовали себя, помогая друг другу?».

Ведущий подводит итог, подчеркивая, что смешанные группы – это возможность научиться друг у друга и стать сильнее вместе.

Занятие 11: Моя карта эмоций и успехов

Цель занятия: Обобщение и систематизация полученных знаний, формирование представления о собственном прогрессе.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие и «Круг достижений» (5 мин):

Каждый ребенок делится одним самым большим достижением или приятным моментом, который он помнит за время занятий.

Создание «Карты моих эмоций» (20 мин):

Детям предлагается нарисовать свою «Карту эмоций». Это может быть:

Карта, где изображено, как меняются их эмоции в течение дня или в ответ на разные ситуации.

Карта «волшебных мест», где они чувствуют себя спокойно или радостно.

Карта «инструментов» для управления эмоциями (например, рисунки с дыхательными техниками, «уголок спокойствия»).

Ведущий помогает детям структурировать их мысли и чувства, выбрать подходящие символы и изображения.

Упражнение «Я – молодец!» (10 мин):

Каждый ребенок в кругу говорит (или показывает) что-то, за что он себя хвалит, что он сделал хорошо.

Ведущий активно поддерживает и подкрепляет самооценку каждого.

Рефлексия (5 мин):

Обсуждение: «Что вы нового узнали обо мне?, Что мне помогает справляться с трудными эмоциями?, Что я научился делать лучше всего?».

Занятие 12: Прощаемся, но не забываем!

Цель занятия: Закрепление позитивного опыта, празднование достижений, формирование позитивного отношения к будущему.

Время проведения: 40 минут.

Ход занятия:

Приветствие (5 мин):

Создание атмосферы праздника и радости.

Игра «Эмоциональные подарки» (15 мин):

Дети сидят в кругу. Каждый «дарит» другому ребенку (или всему кругу) «эмоциональный подарок» – доброе пожелание, комплимент, доброе слово, которое он думает, что этому человеку нужно.

Например: «Я дарю тебе радость, чтобы ты всегда улыбался!», «Я дарю тебе спокойствие, когда тебе грустно!».

«Мой рецепт хорошего настроения» (15 мин):

Каждому ребенку предлагается создать свой «рецепт хорошего настроения» – список действий, которые помогают ему чувствовать себя хорошо.

Можно оформлять в виде «рецепта» на карточке: «Ингредиенты: 1 улыбка, 2 объятия, 3 веселых песенки... Способ приготовления: смешать и наслаждаться!».

Дети могут рисовать или писать.

Церемония вручения сертификатов/наград «Мастер эмоций» (5 мин):

Все дети получают символические сертификаты или наклейки за участие в программе, за освоенные навыки.

Ведущий поздравляет каждого, отмечая его личные успехи.

Прощальный круг (5 мин):

Дети прощаются друг с другом, выражая свои эмоции (радость, грусть от расставания).

Ведущий благодарит всех за совместную работу и желает успехов в будущем.