ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В РАЗВИТИИ

Лектор: Фатихова Лидия Фаварисовна, кандидат педагогических наук, доцент

кафедры специальной педагогики и психологии

ФГБОУ ВПО «Башкирский государственный

педагогический университет им. М. Акмуллы»

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

1. **Общая характеристика психокоррекции как вида помощи детям с ОВЗ.**
2. **Психодинамическая психокоррекция.**
3. **Поведенческая психокоррекция.**
4. **Когнитивная психокоррекция.**
5. **Гештальттерапия.**
6. **Методы практической психологии.**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОКОРРЕКЦИИ КАК ВИДА ПОМОЩИ ДЕТЯМ С ОВЗ.

Коррекция эмоционально-личностной сферы детей с ОВЗ проводится всеми специалистами, руководит этой работой психолог.

Психокоррекция – это одно из основных направлений деятельности педагога-психолога, направленное на полное или частичное исправление или компенсацию имеющихся нарушений и социально-психологическую адаптацию личности.

Задачи психокоррекции эмоционально-личностной сферы детей с ОВЗ:

1) помощь ребенку в адаптации к детскому коллективу.
2) коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы (тревожности, агрессивности, фобий, депрессивных состояний и др.) с помощью психогимнастики, арт-терапии, развивающих игр и упражнений, релаксационных техники др. методов психокоррекции.

- продуцирование положительных эмоциональных переживаний, блокирующих патологически обусловленные негативные эмоции.
- смягчение эмоционального дискомфорта у детей;
- повышение активности и самостоятельности;
- устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, такими, как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность и др.

1) коррекция самооценки, уровня самосознания, формирование эмоциональной устойчивости и саморегуляции.

Выделяют следующие **виды психокоррекционной работы**:

1) **по характеру направленности**:

- ***симптоматическая*** (кратковременное воздействие с целью снятия острых симптомов отклонений в развитии, мешающих перейти к каузальной коррекции);
- ***каузальная*** (направлен на источники и причины отклонений, длительный по времени в сравнении с симптоматической коррекцией);

2) **по характеру коррекционных воздействий**:

- ***директивная*** (полностью подконтольная психологу, минимизирующая активное участие клиента в коррекционном процессе);
- ***недирективная*** (предполагает активность клиента, его участие в изменении хода коррекционного процесса);

3) **по масштабу решаемых задач**:

- ***общая*** (мероприятия общекоррекционного порядка, нормализующие микросреду личности);
- ***частная*** (набор воздействий, адаптированных для детей и подростков психокоррекционных приемов и методик, специально разработанных с учетом возраста и программы);
- ***специальная***(комплекс приемов, методик и форм работы с одним ребенком или группой, являющихся наиболее эффективными для решения конкретных коррекционных задач);

4) **в зависимости от вида дизонтогенеза**:

- ***психокоррекция при психическом недоразвитии*** (дети с умственной отсталостью);
- ***психокоррекция задержанного психического развития*** (дети с ЗПР);
- ***психокоррекция при поврежденном психическом развитии*** (дети с деменцией);
- ***психокоррекция при дефицитарном развитии*** (дети с нарушением слуха, зрения, опрно-двигательного аппарата, речи);
- ***психокоррекция при искаженном психическом развитии*** (дети с расстройствами аутистического спектра);
- ***психокоррекция при дизгармоничном психическом развитии*** (дети с психопатиями и психопатоподобными состояниями);

5) **в зависимости от формы организации психокоррекции**:

- ***игровая;***
- ***групповая;***
- ***индвидуальная;***
- ***семейная;***
- ***нейропсихологическая;***
- ***и др.;***

6) **в зависимости от содержательно-психологической направленности** (сферы психики, на которую направлено воздействие):

- ***коррекция перцептивной и познавательной деятельности;***
- ***коррекция эмоциональной сферы;***
- ***коррекция поведения;***
- ***коррекция личности;***
- ***коррекыя общения и межличностных отношений.***

Принципы психологической коррекции в отечественной психокоррекции

1. Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.
2. Принцип единства коррекции и диагностики.
3. Принцип приоритетности коррекции каузального типа
4. Деятельностный принцип коррекции.
5. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента.
6. Принцип комплексности методов психологического воздействия.
7. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.
8. Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.
9. Принцип программированного обучения.
10. Принцип возрастания сложности.
11. Принцип учета объема и степени разнообразия материала.
12. Принцип учета эмоциональной сложности материала.

Методы психологической коррекции

1. Методы психодинамической модели психокоррекции.
2. Методы поведенческой психокоррекции.
3. Методы когнитивной психокоррекции.
4. Методы гештальт-терапии.
5. Методы практической коррекции (игротерапия, арттерапия, психогимнастика и др.).

2. ПСИХОДИНАМИЧЕСКАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ

Основная цель психодинамической психокоррекции - помощь личности в выявлении неосознаваемых причин тягостных переживаний и болезненных проявлений. За счет их проработки (в различных формах) предполагается возможность контроля, овладения поведением, и, как следствие этого, возможность личностного роста.

Методы (техники) психодинамической психокоррекции:

- **метод свободных ассоциаций** - психолог-аналитик предлагает клиенту высказывать любые предположения, которые у него появляются и отражают его переживания. Высказывания являются спонтанными, непроизвольными;
- **толкование (интерпретация) сновидений.** Задача психолога - обеспечение интерпретаций, раскрытие латентного содержания сновидений и побуждение клиента к высказыванию свободных ассоциаций, связанных со сновидением, помощь ему в осознании реальных событий прошлого и настоящего, вызвавших те или иные картины снов;
- интерпретация - разъяснение неясного или скрытого для клиента значения некоторых аспектов его переживания или поведения. При этом неосознанные феномены становятся осознанными;
- **анализ сопротивления** - осознание человекомс воих защитных механизмов и принятие необходимой конфронтации по отношению к ним;
- **Анализ переноса –** обнаружение подлинных психоэмоциональных основ, зафиксированных форм поведения, их интерпретация и помощь в их проработке и изживании.

3. ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ.

Основная цель поведенческой психокоррекции – обеспечение новых условий для научения, т.е. выработка нового адаптивного поведения или преодоление поведения, которое стало дезадаптивным.

Методы поведенческой психокоррекции:

1) **методика «негативного воздействия».** В ее основе лежит парадоксальное предположение, что от навязчивой негативной привычки можно избавиться, если сознательно многократно повторять ее;

2) **методика «скилл-терапии»** (предложена Д.Мейхенбаумом) направлена на развитие саморегуляции и навыков самоконтроля. Автором была разработана коррекционная программа для изменения поведения импульсивных, гиперактивных, неорганизованных школьников. Программа содержит ряд последовательных этапов: м*оделирование (*взрослый ставит задачу, и, рассуждая вслух, решает ее), с*овместное выполнение задачи (в*зрослый ставит задачу и совместно с ребенком проговаривает ход ее решения), в*ербализация самостоятельного выполнения задачи* (ребенок самостоятельно формулирует задачи, и, проговаривая вслух решение, самостоятельно поощряет себя («Я могу это сделать»; «Я справлюсь») и оценивает достигнутый результат), «с*крытое» выполнение задачи* (ребенок решает поставленную задачу, проговаривая решение «про себя (решает задачу во внутреннем плане)).

3) **методики формирования поведения**

а) ***«Шейпинг»* -** применяется для поэтапного моделирования сложного поведения, которое не было ранее свойственно человеку. Составляется цепочка последовательных шагов, овладение которыми приводит к конечной цели - усвоению новой программы поведения;

б) ***"Сцепление".*** Методика аналогична методике "шейпинга" по структуре и обратно направлена по схеме формирования желательного поведения. Формирование желательного поведения начинается с формирования и закрепления последнего поведенческого акта, находящегося ближе всего к концу цепи, к цели. Упражнения продолжаются до тех пор, пока желаемое поведение всей цепи не будет осуществляться с помощью обычных стимулов.

в) «***Фединг» (затухание)*** - это постепенное уменьшение величины подкрепляющих стимулов. При достаточно сформированном стереотипе поведения клиент должен реагировать на минимальное подкрепление прежним образом. "Фединг" широко применяется в коррекционной работе со страхами. Один из вариантов методики заключается в том, что в качестве стимулов в начале используются слайды с изображением пугающего объекта или пугающей ситуации. Сразу вслед за предъявлением стимульных слайдов клиенту демонстрируют слайды, вызывающие успокоение. Такое чередование продолжается до тех пор, пока существенно не снизится уровень тревоги, вызываемый появлением пугающего объекта.

3) **методики, основанные на принципах положительного и отрицательного подкрепления.** Положительное подкрепление - предъявление стимула, вызывающего у клиента позитивно окрашенную эмоциональную реакцию, усиление определенных поведенческих реакций:

а) ***«Положительное подкрепление»*** на основании наблюдений за поведением ребенка выясняются подкрепляющие нежелательное поведение стимулы. После удаления подкрепляющего стимула всегда существует определенный период, в течение которого нежелательное поведение возрастает как по частоте, так и по силе проявления. Ребенок «выжимает» из окружающих нужный ему подкрепляющий стимул, а окружающие не выдерживают «атаки» и обычно идут ему навстречу. Поэтому работа в рамках данной методики строится на основе широкого привлечения к коррекционной работе ближайшего окружения клиента;

б) «***Контроль стимула»*.** Методика преследует цели научить клиента:

- идентифицировать дискриминантные и облегчающие стимулы в реальной ситуации и выявлять условия, увеличивающие подкрепление нежелательного поведения, и избегать их;
- укреплять стимулы, связанные с желательным поведением;
- манипулировать периодом депривации, не доводя его до уровня потери контроля.

в) ***«Угашение» -*** изменение нежелательного поведения по принципу исчезновения положительно подкрепляемой реакции (аналогична методике «Положительное подкрепление», предполагает лишение клиента всех положительных подкреплений данного нежелательного стереотипа поведения.

б) ***«Оценка ответов»*** (методика «штрафов») - уменьшение числа позитивных подкреплений за нежелательное поведение.

в) ***«Насыщение» -*** даже положительно подкрепляемое поведение имеет тенденцию к самоистощению, если оно продолжается в течение длительного времени (а положительное подкрепление теряет свою силу).

г) Наказание» - использование отрицательного (аверсивного) стимула сразу за реакцией, которую необходимо угасить. К *аверсивному обусловливанию* прибегают в случаях антисоциального поведения или вредных для организма привычек (курение, алкоголизм, обжорство).

4. КОГНИТИВНАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ

Основные цели когнитивной психокоррекции:

- исправления ошибочной переработки информации;
- помощь клиентам в изменении убеждений, которые поддерживают неадаптивное поведение и неадаптивные эмоции.

Методы когнитивной психокоррекции:

1) ***метод «фиксированной роли»*** **-** в ходе коррекционного взаимодействия клиенту предлагают (на основе соответствующих приемов) посмотреть на мир глазами другого человека и вести себя соответственно. Клиент с помощью психолога активно экспериментирует с принимаемыми ролями гипотетических персонажей. Существенной особенностью является то, что ролевая игра разворачивается не в специальных (коррекционных) условиях, а в реальной жизни клиента;

2) ***«Подъем по лестнице».*** Техника позволяет клиенту изучить иерархию конструктов. Если клиент предпочитает пользоваться подчиняющими конструктами, то психолог задает ему вопросы: «Почему? Чем лучше для вас играть подчиняющие роли?». Обсуждение конструктов с помощью вопросов, начинающихся со слова «почему», похоже на своеобразный подъем вверх по лестнице.

3) ***«Складывание пирамиды»*** **-** психолог вместо вопроса «Почему?» задает вопрос «Как?». Процедура складывания пирамиды представляет собой своеобразное движение «вниз», к конкретизации описания поведения вследствие действия того или иного конструкта, а «Подъем по лестнице» представляет собой движение «вверх», к поиску более широкого мотива, который запускается вопросом «Почему?», т.е. к обнаружению более абстрактного конструкта.

4) **«ABC-модель» -** клиента просят охарактеризовать каждый полюс исследуемого конструкта. Например, у женщины имеется избыточный вес. Психолог задает ей следующие вопросы: «Какие преимущества у нее есть вследствие избыточного веса? Какие минусы привносит в ее жизнь большой вес?». Отвечая на вопросы, поставленные подобным образом, клиент имеет возможность определить границы действия конструкта и предпринять попытки для его перестройки.

5. ГЕШТАЛЬТТЕРАПИЯ

Основные цели гештальттерапии: снятие блокировок, пробуждение потенциально существующих в человеке естественных ресурсов, способствующих его личностному росту, достижению ценности и зрелости, полной интеграции личности клиента.

Методы гештальтерапии:

1) ***экспериментальный (диссоциированный) диалог.*** Это диалог между фрагментами собственной личности. Когда у клиента наблюдается фрагментация собственной личности, психолог предлагает эксперимент: провести диалог между значимыми фрагментами личности. Например, между агрессивным и пассивным началом, между нападающим и защищающимся;

2) ***«Большой пес» и «Щенок».*** «Большой пес» олицетворяет обязанности, требования, оценки. «Щенок» олицетворяет пассивно-оборонительные установки, ищет уловки, отговорки, оправдания, обосновывающие уклонения от обязанностей. Между этими позициями происходят борьба за власть и полный контроль над личностью. С помощью систематизированного и искреннего диалога во время упражнения клиент может более полно осознать бесплодные манипуляции, совершаемые над собственной личностью, стать более искренним и способным более эффективно управлять собой.

3) **техника «наоборот» (перевертыш).** клиент играет поведение, противоположное тому, которое ему не нравится. Скажем, застенчивый стал вести себя вызывающе; приторно вежливый - грубо, тот, кто всегда соглашался, занял бы позицию непрестанного отказа. Техника направлена на принятие себя в новом для него поведении и на интегрировании в «Я» новых структур опыта;

4) «***Незаконченное дело*»** Любой незавершенный гештальт есть незаконченное дело, требующее завершения. Человеку предлагается с помощью приема «пустого стула» высказать свои чувства воображаемому собеседнику или обратиться непосредственно к тому из участников группы, кто имеет отношение к незаконченному делу;

5) и др.

6. МЕТОДЫ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

А. Игротерапия

Основные виды и формы игротерапии:

1. ***По функциям взрослого*** в игре различают:

- недирективную игротерапию;
- директивную игротерапию.

2. ***По форме организации деятельности*** различают:

- индивидуальную игротерапию;
- групповую игротерапию;

3. ***По структуре используемого в игротерапии материала***:

- игротерапию с неструктурированным материалом:
- игротерапию со структурированным материалом.

Б. Арттерапия

Основные формы арттерапии:

- пассивная (потребление продуктов творчества – рассматривает картины, слушает и анализирует сказки, музыку и др.);
- активная (создание продуктов творчества – рисует, лепит, сочиняет рассказы и др.)

Виды занятий в арттерапии:

- структурированные занятия (тема жестко задается и материал предлагается психологом. Как правило, по окончании занятий обсуждаются тема, манера исполнения и т.д.);
- неструктурированные занятия (клиенты самостоятельно выбирают тему для освещения, материал, инструменты);

В зависимости от теоретической ориентации выделяют:

- динамическиориентированную арттерапию:
- гештальториентированную арттерапию.

В качестве основных методов артерапии выделяют:

- проективное рисование (изотерапия);
- библиотерапия и сказкотерапия;
- куклотерапия;
- музыкальная артерапия;
- танцевальная терапия.

В. Психогимнастика

Психогимнастика - метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Это эффективное средство оптимизации социально перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно-временные характеристики общения.

Термин «психогимнастика» может иметь широкое и узкое значение.

В *широком смысле* психогимнастика - это курс специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики человека как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.

Психогимнастика ***в узком значении*** понимается как игры, этюды, в основе которых лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. Такого рода психогимнастика направлена на решение задач групповой психокоррекции: установление контакта, снятие напряжения, отработку обратных связей и т.д.

- Психогимнастика включает в себя три части, характеризующиеся самостоятельными задачами и собственными методическими приемами:
- 1. Подготовительную.
- 2. Пантомимическую.
- 3. Заключительную.

М.И. Чистякова предложила методику, названную ею также психогимнастикой, ориентированную на детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Методика представляет собой курс из 20 занятий длительностью около трех месяцев с частотой встреч 2 занятия в неделю. Занятие длится от 25 мин до 1 ч 30 мин.

Занятия состоят из четырех звеньев или фаз.

1. ***Мимические и пантомимические этюды.*** *Цель* - выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний, связанных с переживаниями телесного и психического довольства и недовольства. Модель выражения основных эмоций и некоторых социально окрашенных чувств. Дети знакомятся с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, походкой.

2. ***Этюды и игры, направленные на выражение отдельных свойств личности и эмоций.*** *Цель* - моделирование поведения персонажей с теми или иными чертами характера, закрепление и расширение уже полученных детьми сведений о социальной компетентности, привлечение внимания детей ко всем компонентам выразительных движений одновременно,

3. ***Этюды и игры, имеющие терапевтическую направленность на определенного ребенка или на группу в целом.*** *Цель* - коррекция настроения, отдельных черт характера ребенка, тренинг моделированных стандартных ситуаций.

4. ***Фаза психомышечной тренировки.*** *Цель* - снятие эмоционального напряжения, внушение желательного настроения и поведения.