

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт
Кафедра коррекционной педагогики

**ВЫЯВЛЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ВЫРАЖЕНИЯ И РЕГУЛЯЦИИ
ЭМОЦИЙ У ПОДРОСТКОВ С РАС**

АВТОРЕФЕРАТ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 561 группы направления подготовки
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
профиль «Специальная психология»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Брецкой Анны Анатольевны

Научный руководитель
канд. филос. наук, доцент

А.Г. Колчина

Заведующий кафедрой
доктор социол. наук, профессор

Ю.В. Селиванова

Саратов 2026

Введение. Согласно статистическим данным, число детей с расстройством аутистического спектра (далее - РАС) ежегодно растет. В 2025 году зафиксировано, что в мире у каждого 31 ребенка имеется подтвержденный диагноз РАС, при этом у мальчиков в среднем в 3,4 раза чаще, чем у девочек. В России количество детей с подтвержденным диагнозом РАС возросло с 29 тысяч в 2018 году до 50 тысяч в 2022 году и как показывают специальные медико-психологические отчеты, продолжает неуклонно расти.

В подростковом возрасте одно из решающих мест в процессе общего развития и социальной адаптации ребенка имеет эмоционально-волевая сфера. Вопросы развития эмоционального интеллекта, особенностей выражения и регулирования эмоций у детей подросткового возраста исследуются в рамках различных дисциплин, включая педагогику, психологию и детскую психиатрию. Как известно, одним из базовых элементов развития подростка является именно уровень сформированности его эмоционального интеллекта, который в свою очередь, и оказывает прямое влияние на эффективность реализации всех составляющих общения и обучения ребенка. Не вызывает сомнений, что у подростков с расстройством аутистического спектра данная проблема приобретает еще более выраженный характер. Исследованием особенностей выражения и регуляции эмоций у подростков с расстройством аутистического спектра занимались многие психологи, как отечественные, так и зарубежные (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Джон Д. Майер, П. Саловей). Значительный вклад в его изучение сделали отечественные ученые, в числе которых И.Н. Андреева, М.К. Бардышевская, Л.И. Божович, В.В. Гордеева, А.Ю. Домбуу, А.В. Иванова, Н.В. Лавров, Д.В. Люсин, Ю.В. Юрченко и другие.

Не смотря на различную направленность их исследований, все они сходились во мнении, что уровень развития навыков формирования и регуляции эмоций у детей подросткового возраста с РАС имеет огромное значение в их жизни и оказывает серьезное влияние не только на их

социализацию, обучение, но отражается на всех других сторонах жизни ребенка и его будущего в целом. В связи с этим изучение особенностей выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС является чрезвычайно актуальной проблемой. Детальное изучение данной темы поможет понять, как помочь таким детям научиться полноценно общаться друг с другом, взаимодействовать с окружающим миром и успешно выполнять различные задачи.

Поскольку дети с расстройством аутистического спектра испытывают серьезные трудности в распознавании и выражении эмоций как своих, так и чужих, то диагностика уровня развития эмоционального интеллекта у них представляет собой достаточно трудную задачу. Тем не менее, существуют различные подходы и инструменты, которые могут помочь в оценке эмоционального интеллекта этой группы детей.

Объект исследования – процесс формирования выражения и регуляции эмоций у подростков с расстройством аутистического спектра.

Предмет исследования – возможность использования специально разработанных коррекционно-развивающих занятий для оптимизации уровня выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС.

Цель данной работы – разработка и апробация коррекционной программы по развитию выражения и регуляции эмоций у подростков с расстройством аутистического спектра.

Для достижения цели исследования, необходимо решить следующие задачи:

1. проанализировать психолого-педагогическую литературу по изучаемой проблеме;
2. охарактеризовать подходы к диагностике и коррекции выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС;

3. экспериментально выявить особенности выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС;
4. определить исходный уровень выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС;
5. разработать и апробировать программу развития навыков выражения и регуляции эмоций у подростков с расстройством аутистического спектра.
6. оценить эффективность разработанной коррекционно-развивающей программы.

Методологическую основу работы составили положения общенаучного метода познания, а также научные методы, к которым относится комплексный анализ, сравнительный анализ.

В рамках настоящего исследования применялись следующие методы исследования:

- теоретические: изучение психолого-педагогической и специальной литературы;
- эмпирические: изучение документов, наблюдение, беседа, эксперимент;
- статистические: методы количественной и качественной обработки результатов.

Эмпирическую базу исследования составили обучающиеся ГБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 475 Выборгского района Санкт-Петербурга» в возрасте 12-17 лет, у которых было диагностировано расстройство аутистического спектра.

Экспериментальная выборка. В исследовании принимали участие следующие группы испытуемых:

- 8 детей 12-15 лет обучаются по варианту 8.2 адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с РАС;

- 8 детей 14-17 лет обучаются по варианту 8.3 адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с РАС.

Теоретическая значимость. Настоящее исследование расширяет представления об особенностях развития эмоционального интеллекта и навыков выражения и регуляции эмоций у детей подросткового возраста с расстройством аутистического спектра.

Практическая значимость. Полученные в ходе экспериментального исследования данные, а также разработанная на их основе коррекционная программа, направленная на развитие у детей подросткового возраста с РАС навыков выражения и регуляции эмоций, могут быть использованы в практической работе психологами и педагогами, занимающимися с данной категорией детей.

Структура выпускной квалификационной работы включает в себя введение, две главы, которые делятся на параграфы, заключение и список использованных источников.

Во введении обоснована актуальность выборной темы, определены цели, задачи, предмет и объект исследования.

В первой главе «Теоретические основы формирования и развития эмоционального интеллекта» рассматриваются понятие, структура эмоционального интеллекта и его формирование у норматипичных детей, а также особенности развития и проявления эмоций у детей с расстройством аутистического спектра; дается и психолого-педагогическая характеристика детей с РАС.

Во второй главе «Экспериментальное исследование эмоций у детей подросткового возраста с расстройством аутистического спектра» описаны цель, задачи проводимой диагностики, дается методика проведения эмпирического исследования особенностей выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС, анализируются полученные результаты, осуществляется разработка коррекционной программы по развитию у детей подросткового возраста с РАС навыков выражения и регуляции эмоций, а так же анализируется результативность и эффективность разработанной программы.

В заключении обобщаются полученные результаты. Список использованных источников включает 58 наименований. В приложении представлено описание использованных в исследовании методик и промежуточные результаты.

Для фиксации и анализа формируемых навыков у подростков с РАС был использован комплекс психолого-педагогических методик:

1. Методика «Рисунок эмоционального лица». Ребенка просят изобразить эмоции с использованием схематичной заготовки «лицо».

2. Цветовой тест в интерпретации методики «Волшебная страна чувств», авторами которой являются Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов. Данный тест направлен на получение информации об эмоциональном состоянии подростка, его восприятии окружающего мира. Подростку рассказывается история, согласно которой каждая эмоция живет в доме с определенным цветом. Задача подростка раскрасить дома эмоций в те цвета, которые как ему кажется больше подходят той или иной эмоции.

3. Методика «Страна эмоций» Т. В. Громовой. Данная методика включает в себя упражнение, направленное на выявление проблемных сфер эмоционального мира школьника. В ходе упражнения подросткам предлагается закончить предложение: «Я злюсь, когда...», «Я счастлив, когда...», «Мне страшно, когда...», «Я грущу, когда...», «Я удивляюсь,

когда...». Посредством него можно определить уровень развития у подростка навыков идентификации и выражения своего эмоционального состояния.

4. Тест лицевой экспрессии Е.С. Ивановой. Подростка просят определить эмоциональное состояние по статическим изображениям (фотографиям) лиц детей и взрослых, демонстрирующих базовые эмоции. Задача подростка – назвать эмоцию, которая изображена на лицах.

Результаты применения методики «Эмоциональные лица» на этапе контрольного эксперимента среди подростков с РАС. Обучающиеся по программе 8.2 в большинстве способны изобразить базовые эмоции. По сравнению с диагностическим исследованием, у большинства детей улучшились количественные показатели. В свою очередь, у подростков, обучающиеся по программе 8.3 качественных улучшений в выполнении заданий выявить не удалось. Однако некоторые из них стали более заинтересованы в занятиях. Так, Богдан Б., Даниил А. меньше стали игнорировать психолога и более увлеченно выполнять задание, хотя и все еще, совершая при этом ошибки.

Результаты применения методики «Волшебная страна чувств» на контрольном этапе эксперимента было установлено, что некоторые подростки с РАС, обучающиеся по программе 8.3, показали качественные улучшения без изменения уровня психоэмоционального состояния (Алексей Л, Денис Ш., Даниил А., Михаил К., Прохор В.). Подростки, обучающиеся по программе 8.2, Максим А., Дмитрий Н. показали качественные изменения: их уровень психоэмоционального состояния повысился со среднего до высокого. При этом остальные обучающиеся, за исключением Ярослава М. показали количественные изменения уровня психоэмоционального состояния.

Результаты применения методики «Страна эмоций» понимания и выражение эмоций у всех подростков, обучающихся по программе 8.2 перешло на средний уровень. Качественные изменения отмечены у Алексея З. и Дмитрия Н. А количественные у всех обучающихся за исключением

Максима А., Якова К. и Артема М. У подростков, обучающихся по программе 8.3, не изменились качественные показатели уровня понимания и выражения эмоций, он также характеризуется низким уровнем. Однако количественные показатели у Богдана Б., Михаила К., и Дениса Ш. улучшились.

Результаты применения методики «Тест лицевой экспрессии». Можно отметить, что уровень понимания эмоций перешел с низкого на средний у двоих подростков, обучающихся по программе 8.2 (Роман Л., Ярослав М.), у двоих подростков отмечены количественные изменения (Дмитрий Н. и Максим А.). У подростков с РАС, обучающиеся по программе 8.3., на этапе контрольного исследования качественных изменений выявлено не было. Однако у одного подростка отмечены количественные изменения (Прохор В.). Все подростки, обучающиеся по программе 8.3, стали меньше отвлекаться, перестали игнорировать просьбы психолога. Вместе с тем, они испытывали трудности при выявлении большинства эмоций.

Заключение. Приступая к настоящему исследованию, мы исходили из положения о том, что для полноценного как общего, так и психического развития детей чрезвычайно важное значение имеет достаточно высокий уровень сформированности их эмоционально-волевой сферы, способности ребенка адекватно управлять своими эмоциями и регулировать их.

Не вызывает сомнения тот факт, что для детей с РАС поведение которых характеризуется нарушениями в социальной коммуникации, неспособностями, зачастую, речью сообщать о своем состоянии и потребностях, наличием быстрой утомляемости, тревожности, раздражительности, склонности к проявлению социально неприемлемых действий, поступков, развитие навыков выражения и регуляции эмоций является архиважной задачей. Безусловно, только полноценная сформированность эмоционально интеллекта обеспечит этим детям развитие способности понимать свои и чужие эмоции, управлять ими и использовать эмоции для решения различных задач.

Принимая во внимание все вышеизложенное, а также резкое возрастание на современном этапе развития нашего общества количества детей с расстройством аутистического спектра, мы выбрали направлением своего исследования выявление особенностей выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС.

Следует отметить, что выбор данного возрастного периода был осуществлен целенаправленно поскольку именно в подростковом возрасте, происходит глубокая перестройка всех систем организма в том числе и эмоциональной сферы. Для состояния ребенка в этот период характерны эмоциональная нестабильность, сложности с эмоциональной регуляцией и вербальным выражением эмоций, низкий уровень эмпатии, приводящие к тому, что ребенок становится абсолютно неприспособленным в области быта и социума. Справиться же с этими нарушениями самостоятельно подросток не в силах, состояние его зачастую может быть скорректировано только в рамках коррекционно-развивающей помощи. Проведение исследований эмоционального интеллекта у подростков с РАС позволит обеспечить разработку специальных программ и методик обучения, которые помогут детям лучше понимать самих себя и других, управлять своими эмоциями и устанавливать позитивные отношения с окружающими.

Итак, целью проведения нашего исследования явилась разработка и апробация коррекционной программы по развитию выражения и регуляции эмоций у подростков с расстройством аутистического спектра.

Для повышения уровня объективности полученных результатов исследования в диагностику были включены различные методы в их сочетании: теоретические, эмпирические, статистические.

Эмпирическую базу исследования составили обучающиеся ГБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 475 Выборгского района Санкт-

Петербурга» в возрасте 12-15 лет, у которых было диагностировано расстройство аутистического спектра.

В исследовании принимали участие следующие группы испытуемых:

- 8 детей 12-15 лет обучаются по варианту 8.2 адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с РАС;

- 8 детей 14-17 лет обучаются по варианту 8.3 адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с РАС.

На констатирующем этапе исследования осуществлялось изучение эмоционального интеллекта и навыков выражения и регуляции эмоций у детей подросткового возраста с РАС с применением комплекса психодиагностических методов и методик. Сравнительное изучение результатов обследования детей подросткового возраста с РАС, обучающихся по программе 8.2 и программе 8.3, позволило выявить специфические особенности развития навыков выражения и регуляции эмоций, характерные для подростков с расстройством аутистического спектра. Так, было установлено, что навыки выражения и регуляции эмоций у детей подросткового возраста с РАС находятся на низком уровне. При этом было отмечено, что подростки, обучающиеся по программе 8.3 сложно идут на контакт с психологом, игнорируют вопросы и задания. В связи с этим на первый план для таких детей должны быть разработаны программы с учетом индивидуальных особенностей и налаживания контакта с психологом. В группе подростков, обучающихся по программе 8.2, были установлены отдельные случаи, когда навыки выражения и регуляции эмоций характеризовались средним уровнем развития, в то время как высокий уровень развития эмоционального интеллекта не было выявлено ни у одного испытуемого подростка с РАС. Подростки с РАС, обучающиеся по программе

8.2, легче шли на контакт, воспринимали задания и проявляли заинтересованность и вовлеченность в образовательный процесс.

Полученные в ходе констатирующего эксперимента данные свидетельствуют о необходимости разработки и реализации мер, направленных на коррекцию навыков выражения и регуляции эмоций в детей подросткового возраста с РАС. Учет экспериментальных данных позволил сформулировать цель и задачи, а также наметить пути и содержание работы, направленной на коррекцию уровня развития навыков выражения и регуляции эмоций в детей подросткового возраста с РАС.

Разработанная коррекционная программа включала в себя комплекс упражнений, которые проводились в индивидуальной форме. Одни задания были направлены на выработку умения соотносить эмоциональное состояние с возникшей ситуацией, другие – на идентификацию и распознавание эмоционального состояния другого человека.

По результатам проведения контрольного испытания было установлено, что разработанная коррекционная программа развития навыков выражения и регуляции эмоций у детей подросткового возраста с РАС, хотя и незначительно, но тем не менее положительно повлияла на способность выражения и развития эмоций у подростков с РАС.

Полученная положительная динамика в развитии навыков выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС после проведенной коррекционной работы свидетельствовала о ее результативности. Вместе с тем, короткий промежуток времени, в ходе которого проводилась апробация разработанной программы, не позволил получить более значимых результатов. Но произошедшие улучшения в сфере формирования и развития навыков выражения и регуляции эмоций у подростков с РАС тем не менее свидетельствуют о результативности проведенной коррекционной работы. Полученные в ходе исследования данные позволяют рассматривать

разработанную программу как эффективное направление коррекционной работы с подростками, имеющими расстройство аутистического спектра, в рамках развития навыков выражения и регуляции эмоций и обосновывают необходимость проведения более длительной апробации предложенной программы для достижения устойчивых и выраженных изменений в развитии указанных навыков.

Таким образом, все поставленные в работе задачи решены, цель работы достигнута. Разработанная программа занятий рекомендуется для использования психологами и педагогами специальных учреждений и реабилитационных центров, а также родителям детей с РАС.