Emotion management and behavior correction strategies of young children with autism in integrated education

Huizhen Zhang

Dezhou City, Shandong Province, Decheng District Direct Organ Kindergarten, Dezhou, Shandong, 253000, China

Abstract

With the continuous promotion of the concept of integrated education, more and more autistic children are included in ordinary schools for education. The implementation of this educational model aims to provide a broader social platform and learning opportunities for children with autism. However, because young children with autism usually face great challenges in emotion management, social interaction and behavior control, teachers and parents need to adopt more personalized and flexible strategies for emotion management and behavior correction. These strategies should not only help children manage emotional fluctuations, but also promote their self-control ability by means of positive reinforcement and structured environment, and help them better adapt to collective life and classroom learning.

Keywords

autistic children; integrated education, emotion management, behavior correction strategies, and educational support

自闭症幼儿在融合教育中的情绪管理与行为矫正策略

张会珍

山东省德州市德城区区直机关幼儿园, 中国·山东 德州 253000

摘要

随着融合教育理念的不断推广,越来越多的自闭症幼儿被纳入普通幼儿园进行教育。这一教育模式的实施,旨在为自闭症幼儿提供更广阔的社交平台和学习机会。然而,由于自闭症幼儿在情绪管理、社交互动和行为控制方面通常面临较大挑战,教师和家长需要采取更加个性化和灵活的情绪管理与行为矫正策略。这些策略不仅要帮助幼儿管理情绪波动,还要通过正向强化、结构化环境等手段,促进他们的自我控制能力,帮助其更好地适应集体生活和课堂学习。

关键词

自闭症幼儿;融合教育;情绪管理;行为矫正策略;教育支持

1 引言

自闭症谱系障碍(ASD)是一种复杂的神经发育障碍,通常表现为社交交往困难、言语沟通障碍以及重复的行为模式。随着融合教育理念的提出,越来越多的自闭症幼儿进入普通幼儿园接受教育。这些孩子在课堂环境中面临诸多挑战,特别是在情绪管理和行为控制方面。为了帮助自闭症幼儿适应融合教育环境,教师和家长必须掌握有效的情绪管理与行为矫正策略。本文将探讨这些策略的应用及其效果。

2 自闭症幼儿的情绪管理问题

2.1 情绪表达的障碍

自闭症幼儿由于社交沟通能力的缺陷,往往无法准确地表达自己的情感和需求。语言上的障碍使得他们在面对愤

怒、沮丧或恐惧等情绪时,难以用言语向他人说明自己的感受。结果,这些未表达出来的情绪往往会在内心积压,并以行为的方式表现出来,如愤怒的发作或回避社交活动。由于缺乏适当的情绪表达方式,自闭症幼儿在群体中很容易被误解或忽视,进而导致他们在与同龄人或老师的互动中遇到困难。这种情绪表达障碍,不仅影响他们的日常沟通,还会削弱他们的自信心和人际关系,最终影响他们的学习效率和社交技能的发展^[1]。

2.2 情绪调节能力的不足

许多自闭症幼儿由于大脑神经发育的特点,缺乏有效的情绪调节技巧,因此在面对外界刺激或压力时,容易产生强烈的情绪波动,如过度激动、焦虑、烦躁或悲伤等。这些情绪波动常常表现为无法控制的行为,如大声喊叫、哭泣、攻击性行为或自我伤害等。情绪调节能力的不足不仅使得他们在集体学习活动中无法集中注意力,还可能导致与同伴、教师或家长之间的关系变得紧张。例如,他们可能因为无法适应课堂上的突发情况或社交要求而发生情绪爆发,进而影

【作者简介】张会珍(1974-),女,中国山东德州人,本科,小学一级教师,从事学前教育研究。

响整个活动的秩序和氛围。情绪调节不足，成为自闭症幼儿融入课堂、参与集体活动以及与他人建立积极互动的重要障碍之一。

3 自闭症幼儿的行为问题

3.1 自我刺激行为

自闭症幼儿常常表现出自我刺激行为（也称为“自我安慰行为”），如拍手、摇摆、喊叫、咬手指等。这些行为通常是他们在面对情绪困扰、过度的感官刺激或环境压力时的一种应对方式。自闭症幼儿的大脑对外界刺激的处理方式与一般儿童不同，他们可能会对声音、光线、温度等产生过度的敏感反应。自我刺激行为，虽然在某些情况下能帮助他们缓解内心的不安和焦虑，使他们感到暂时的舒适和安全，但这种行为往往影响他们与他人的互动。特别是在集体教学活动环境中，这些行为容易引起他人的注意，干扰同伴的学习和教师的教学，从而影响整个课堂秩序。长期依赖这种方式来应对情绪困扰，也可能导致自闭症幼儿难以学会其他更加适应性的情绪调节技巧，进而影响他们的社交能力和日常生活自理能力。

3.2 攻击性行为

当自闭症幼儿的情绪无法得到有效调节时，他们有时会表现出攻击性行为，如推搡、打人、咬人或摔物等。这些行为通常是自闭症幼儿在无法表达的情绪或需求时的反应，尤其是当他们感到被误解、沮丧或愤怒时，往往无法通过语言或非暴力方式表达自己。由于自闭症幼儿的社交沟通能力较弱，他们可能无法理解或适应周围人的行为和情感，进而感到压力和挫折。攻击性行为有时也是他们在面对环境压力过大时的一种逃避或自我保护的方式。此外，长时间的情绪压抑、语言沟通障碍及感官刺激的不适感，都会加剧这种攻击性行为的发生。攻击性行为不仅影响自闭症幼儿与同伴和教师的关系，还可能使他们在幼儿园生活中受到排斥，进一步加重他们的孤立感和焦虑情绪^[2]。

4 情绪管理策略

4.1 建立规律的日常生活

针对自闭症儿童而言，秩序性与预见性构成情绪调控之核心要素。鉴于自闭症儿童在接收与解析外部信息的过程中遭遇障碍，个体在面对环境中的变动性或意外情况时，往往会产生焦虑与心理不适。因此，构建一个稳固且易于预见的日常生活规律，该方案不仅有助于自闭症儿童降低情感波动幅度，尚且能够确保他们在日常生计中体验到更加强烈的保障与自主操控之感知。家长与教师应携手协作，协助儿童确立并严格执行既定的日常作息规程。例如，明文规定统一的作息时刻表，涵盖起床、进餐、入园、学习活动以及就寝时段，确保儿童在有序的时序安排中度过一日。此外，儿童在日常生活行为规划亦应力求维持一定的秩序性，规避屡次更迭，为避免激发其内心的焦虑情感。于日常作息规划中融

入明确的时间指引，每日午后休憩、学习、休憩时段以及活动时刻均需清晰标注，引导儿童进行心理预演。

此外，预先向儿童透露即将发生的活动或事件的信息，亦为纾解其心理压力之关键途径。自闭症儿童对于突如其来的状况及变动展现出显著的抗拒心理，因此，于情势演变或面临新使命之际，教师与家长可借助图表、简练的文字或社交叙事等形式预先向儿童传达相关信息。例如，预先向儿童传达“本日上午将开展绘本阅读活动，课程结束后将进入休闲时段”亦或“随后你需参与音乐活动”。此类预告有助于儿童更有效地应对即将发生的转变，降低面对未知境遇的恐慌与不安情绪。借助此途径，该举措不仅能够有效舒缓自闭症儿童的情感波动，此举还有助于增强他们对日常生活的融入度与自我管理能力，进而增强其情感调控技巧。

4.2 情绪识别与表达训练

教师与家长可采取多样化的策略，支援自闭症儿童辨识与传达情感体验。鉴于自闭症儿童在情感传达领域遭遇特定障碍，他们通常难以精确地阐述自身内在的情感体验。旨在应对此一难题，图像卡片与表情图标构成了一种极为高效的交流媒介，可助力儿童以更为直观的方式洞察与传达情感体验。借助融合多样化情感符号的视觉卡片，儿童可依据其现时的情绪体验，挑选与所表达情感相契合的符号标识，进而显现出个体之情感波动之具体态势^[1]。

教师与家长群体可以通过叙述与情感体验紧密相连的叙事内容，引导儿童理解情感如何作用于个体行为。例如，在叙事文本中的人物可能遭遇各式各样的情感起伏，诸如愤慨、沮丧或愉悦，借助此类叙述，儿童能够辨识情感的丰富性及其在日常生活中的具体呈现。与此同时，倡导儿童借助绘画及其他创新形式以展现其内心情感，亦系增进情感辨识技能之另一途径。儿童能够借助绘制个人所体验的情感表达，进一步拓展对情感表达认知的深度，寻觅更为适宜的交流渠道。借助图像卡片、符号表情、视觉艺术以及叙事手段，自闭症儿童能够逐步掌握自我情绪的辨识与调节能力。

4.3 冥想与放松训练

心理调适策略对自闭症儿童的情感管理展现出显著的正面效应，此举措有助于他们显著减轻心理压力并妥善调控情感波动，并增强日常适应技能。其中，静思与肌体舒缓训练是普遍采纳且操作简便的技巧。借助此类技能的培育，儿童能够循序渐进地掌握应对压力与情绪波动的策略，个体实施心理调适以维持心理平衡，因此降低情感波动失控的频率，增强人际交往与知识吸收的适应性及调适水平。

冥思修炼作为一种技巧，有助于提升儿童的精神专注度。借助指导儿童集中精力于内在呼吸节奏、躯体知觉或选定声响的辨识，个体能够逐步实现身心的舒缓与解放，降低外部干扰所引发的焦虑情绪。于情感激荡或心绪纷扰之际，静思有助于儿童复归内心的宁静，掌握调控个体情感反应的技巧。此外，进行肌肉松弛训练有助于儿童缓解躯体紧张状

态。经逐步紧缩与舒展各区域肌纤维，诸如自腕部延伸至肩部，再到腿部，儿童能够更为敏锐地察觉个体生理状况的细微变化，并掌握自我调适之技巧。此类锻炼有助于减轻心理负担，尚可提升儿童对于内在情感体验的辨识能力，促使他们更有效地调节情感波动。持续不断地对这类缓解压力的方法进行系统性的操练，自闭症幼儿在日常生活场景中展现出更为自如的适应能力，降低由情感波动引发的困扰程度。其人际交往技巧亦将相应增强，在人际交往与信息交流的过程中，个体展现出更为坚定与从容的沟通能力，进而推动全面的心理发展进步^[4]。

5 行为矫正策略

5.1 正向强化法

采用正向激励手段以提升儿童适宜行为的出现概率之策略，尤为适宜应用于自闭症儿童群体。自闭症儿童往往面临社交互动与行为调控方面的困难，因此，正向激励手段能够显著促进他们对于何种行为应受推崇与赞许的认知与领悟，进而激励他们持续践行此类正面举动。对儿童实施即时激励以认可其适宜举止，诸如积极的社交交流、准时履行学业任务、恪守班级制度等，儿童得以体验其行为所受之肯定与奖赏之效应，进而提升其自我信念与行动驱动力。针对自闭症儿童而言，激励措施之正向强化应依据儿童的兴趣与实际需求实施定制化构建。常规的激励手段涵盖言语赞誉、象征性贴片、小额赠品以及特定性质的活动参与。例如，儿童在社交活动中实现与伙伴的和谐交往，教师或家长应即刻予以口述赞誉，此类即时性评价机制有助于儿童认识到自身行为之受欢迎程度，进而强化其正面行为模式，进而激发他们未来持续展开相类互动活动。随着时间的流逝，积极正向的强化策略能够逐步引导自闭症儿童构建更为稳固的行为范式，推动其更有效地参与集体互动，增强个体自我调控与人际交往技能。

5.2 代替性行为训练

自闭症儿童往往借助自体激活动作以缓解周遭环境带来的压力、焦虑情绪或不适体验。此类自主激发性动作，诸如击打自身、摇曳躯体、啮咬指尖等行为，或许短期内可为儿童提供某种程度的安逸体验，然而从长远视角审视，易于对他们的人际交往及日常生活造成妨碍，甚至可能引发个体身心损害。因此，教师与家长群体应采纳主动的应对措施，引导儿童习用更为适宜的举止以替代那些不良的自身刺激

举动。教师可凭借对儿童行为轨迹的审视，探究导致个体自发产生刺激行为的特定环境因素^[5]。

5.3 情境干预法

情境模拟策略是一种立足于现实场景的教育与治疗实践模式，本意在于借助精心构建的特定场景以指导儿童进行行为优化，增强人际交往与环境适应技能，尤为适宜于自闭症儿童群体以及其他具有特殊教育需求的幼儿。此法着重于在自然环境与人际交往相结合的情境下，引导儿童在现实或模拟的场景中习得适宜的行为规范，通过持续实施与适时优化，逐步增强其人际交往技巧与情感调控能力。例如，在日常生活场景中，自闭症儿童往往难以精确传达个人意愿而引发情绪困扰或内心矛盾。借助情境介入策略，教师或家长能够策划角色模拟实践，引导儿童进行现实社交场景的模拟实践，在互动娱乐活动中，如何与同伴实现玩具的共享，在辩论情境中，如何运用言辞阐述己见，非以啼哭或侵略性举动作为解决冲突的手段。借助恰当的言语机制以促使他们实现需求之表述，儿童能够逐步习得在争执情境中维持镇定并实施高效对话的技能。

6 结语

自闭症幼儿在融合教育中的情绪管理与行为矫正问题是教师面临的重大挑战。通过建立规律的日常生活、情绪识别训练、冥想放松等情绪管理策略，以及通过正向强化、代替性行为训练、情境干预等行为矫正方法，可以有效帮助自闭症幼儿克服情绪和行为上的困难，提升他们在融合教育环境中的适应能力。未来的研究可以进一步探讨个性化教育方案的实施，以帮助自闭症幼儿在不同的教育环境中得到更好的支持和发展。

参考文献

- [1] 孙玉婷.融合教育环境下自闭症幼儿人际交往能力的提升策略[J].教育界,2024,(29):20-22.
- [2] 王晓燕,官昕.轻度自闭症幼儿的融合教育个案分析[J].新课程教学(电子版),2024,(15):31-33.
- [3] 朱爱贴.幼儿教师对学前融合教育的态度研究[D].四川师范大学,2024.
- [4] 郑莎莎.融合教育主题绘本促进中班幼儿残疾理解的干预研究[D].云南师范大学,2024.
- [5] 周丽.信息技术赋能个别化教学:融合教育中自闭症幼儿支持策略[J].基础教育论坛,2023,(18):39-41.