

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА №8 г. ЛАБИНСКА**

РАССМОТРЕНО:

МО воспитателей

от 29.08.2022 года

протокол № 1



СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора

по УВР



А.В.Скорикова

УТВЕРЖДЕНО:

решением

педагогического совета

от 31.08.2022 г. протокол №1

Председатель педсовета

О.В.Скорик



ПРОГРАММА

**«ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ
В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ШКОЛЫ»**

**Разработчик программы:
Лукашова Лариса Юрьевна**

Программа разработана на основе примерной программы обязательного курса занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, разработанной Гражданкиной Л.В., к.п.н., доцента кафедры психологи и Колпаковой Н.В., руководителя НМЦ развития психолого-педагогического образования АК ИПКРО и в соответствии и на основе ФГОС О у/о, составлена на основе изучения и анализа научно- методической литературы, современных коррекционных технологий, программно-методических материалов; на основе педагогического наблюдения и изучения детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями), опыта проведения с ними коррекционно-развивающей работы в условиях специальной (коррекционной) школы

г. Лабинск, 2022

Аннотация программы

Автор: Лукашова Лариса Юрьевна

Место разработки и реализации Программы: государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского края специальная (коррекционная) школа № 8 г. Лабинска

Адрес: г. Лабинск, Краснодарского края, ул. Константинова 91

Телефон 8 (86169) 2-28-83, 8 (86169)3-39-09, 8 (86169)2-67-08

Горячая линия 8(861)298-25-87

Электронный адрес: **lab-skh8@mail.ru**

Сайт: **ch8.ucoz.com**

Название: «Формирование жизнестойкости обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) в условиях государственного казенного общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной (коррекционной) школы № 8 г. Лабинска»

Сроки реализации Программы: 2022-2027

Год разработки: 2022

Количество страниц: 64

Программа «Формирование жизнестойкости обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) в условиях государственного казенного общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной (коррекционной) школы № 8 г. Лабинска разработана в соответствии с Приказом Министерства образования науки и молодежной политики Краснодарского края «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации программы по формированию жизнестойкости обучающихся ОУ», Законом РФ «Об образовании».

Программа определяет содержание, основные пути формирования жизнестойкости детей и подростков, направлена на совершенствование и систематизацию работы школы по организации профилактической и коррекционной работы в целях предотвращения суицидальных попыток и

профилактики девиантного поведения среди учащихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) разных возрастных групп.

Современное динамично развивающееся общество переживает серьезные социально-экономические, правовые, нравственные, духовные изменения, которые затрагивают различные сферы деятельности человека, в том числе и систему образования. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного подростка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед человеком трудных жизненных ситуаций. Эта проблема актуальна для школьников, так как создавшаяся социальная обстановка требует от него устойчивых навыков жизнестойкости.

Программа по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-9 классов рассчитана на 2022- 2027 год». В реализации Программы задействованы классные руководители, школьный психолог, социальный педагог, учитель-дефектолог (олгофренопедагог), учитель –дефектолог (логопед); учителя начальных классов, учителя предметники, имеющие дефектологическое образование, администрация школы.

Цель программы - повышение уровня жизнестойкости обучающихся 1-9 классов с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями), профилактика антивиталяного поведения. Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных **задач**:

- оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
- формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
- формирование у обучающихся данной категории позитивного самосознания

собственной личности и личности других людей;

-организация и включение обучающихся в ценностно значимую для них деятельность.

Направленность программы: коррекционно-развивающая, деятельностная, практическая. При разработке и составлении Программы были проанализированы и обобщены требования ряда действующих государственных стандартов, область распространения и сфера действия которых установлены для текстовых документов.

Программа» разработана с **целью формирования** знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

-когнитивного, эмоционального и нравственного **развития** детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями);

-**воспитания и привития** привычки здорового образа жизни;

-**достижения** планируемых результатов освоения основного общего образования в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях;

-**оказания** помощи педагогическим работникам специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений и общеобразовательных учреждений, реализующих инклюзивную практику.

Предложенная программа разработана в соответствии с ФГОС О у/о и составлена на основе:

-изучения и анализа научно- методической литературы, современных образовательных технологий, передового педагогического опыта;

-программно-методических материалов;

-педагогического наблюдения и изучения детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями).

Ключевые слова: программа жизнестойкости, умственная отсталость (интеллектуальные нарушения), ФГОС О у/о, коррекционно-развивающая работа, современные образовательные технологии, специальные методы и приемы,

диагностика, дифференциация, структура дефекта, педагогические технологии, средства обучения, адаптивность, уверенность в себе, независимость, самостоятельность суждений, стремление к достижениям, самодостаточность, конфликтная или непредвиденная ситуация, причинно- следственные связи и взаимозависимости.

Программа по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-9 классов рассмотрена на методическом объединении воспитателей ГКОУ школы №8 г. Лабинска: протокол МО №1 от 29 августа 2022 года, утверждена педагогическим советом протокол №1 от 31 августа 2022 года и рекомендована для внедрения в образовательно-коррекционно-развивающий процесс государственных бюджетных (казенных) общеобразовательных учреждений и общеобразовательных учреждений, реализующих инклюзивную практику.

Показателем эффективности программы выступает повышение уровня жизнестойкости обучающихся 1-9 классов с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями),, что проявляется в сформированности качеств:

1. Высокая адаптивность.
2. Уверенность в себе.
3. Независимость, самостоятельность суждений.
4. Стремление к достижениям.
5. Самодостаточность.
6. Умение находить выход из создавшейся конфликтной ситуации.
7. Уметь устанавливать причинно-следственные связи и взаимозависимости

Содержание

1. Пояснительная записка.....	6
2. Реализация курса.....	11
3. Этапы реализации содержания занятий курса.....	12
4. Содержание курса для обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов.....	14
5. Учебно-тематический план курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классы...	17
6. Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов..	21
7. Мониторинг результатов освоения курса учащимися умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов.....	22
8. Учебно-тематический план курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов.....	23
9. Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью 5-9 классов.....	29
10. Психолого-педагогическое сопровождение программы.....	30
11. Формы и методы взаимодействия с родителями.....	33
12. Приложение А. Программа психологической помощи матерям, имеющим детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями).....	34
13. Приложение Б Методика «Карта наблюдений» (Т.А. Зинкевич-Евстигнеев).	51
14. Приложение В. Проективная методика «Кактус» (Панфилова М.А.).....	58
15. Глоссарий.....	60

16.Список используемой литературы.....	61
17.Лист корректировки.....	63
18.Лист согласования.....	64

1.Пояснительная записка

Данная программа разработана на основе примерной программы обязательного курса занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, разработанной Гражданкиной Л.В., к.п.н., доцента кафедры психологи и Колпаковой Н.В., руководителя НМЦ развития психолого-педагогического образования АК ИПКРО.

Комплекс требований жизни к социальному облику обучающегося, воспитанника с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) побуждает выделять жизнестойкость как ведущий компонент его личностных качеств. В современном изменяющемся мире совокупность физических, моральных, нравственных достоинств будет представлена личностью обучающегося, воспитанника с ОВЗ исключительно в том случае, если в любой момент он сможет выдерживать проверку на прочность и устойчивость своих жизненных позиций.

В структуре психики детей такой категории в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение.

Особенности развития высших психических функций обучающихся, воспитанников с ОВЗ (особенно с умственной отсталостью) оказывают влияние на представления детей о себе и окружающем мире, а именно: недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала.

У школьников с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи, что затрудняет понимание обращенной к ним речи, а также формулирование конструкции при обращении к собеседнику. Кроме того, следует отметить, что речь обучающихся с умственной отсталостью в должной мере не выполняет своей регулирующей функции, поскольку зачастую словесная инструкция оказывается непонятой, что приводит к неверному осмысливанию и выполнению задания. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Психологические особенности умственно отсталых обучающихся проявляются и в нарушении эмоционально-волевой сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень выражены переживания, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических. Такие обучающиеся данной категории предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы обучающихся целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игровая, ручной труд, а на ступени основного общего образования и некоторые виды профильного труда.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых

специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) позволяют выделить образовательные потребности:

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы с педагогами;

- раннее получение специальной помощи средствами образования;

- знание и учет структуры дефекта, уровней к возможностям овладения программным материалом;

- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и сверстниками;

- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;

- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Одним из условий успешной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) к современному социуму является формирование у них устойчивости к любой изменяющейся ситуации. Именно данная категория детей чаще других оказывается в стрессовых ситуациях, где необходима своевременная поддержка со стороны взрослых.

В отечественной литературе такую устойчивость личности к экстремальным ситуациям определяют новым в педагогике понятием «стойкость» или «жизнестойкость». Жизнестойкость востребуется в ситуациях, когда представлена угроза для человека. Она проявляется в таком реагировании, которое

обеспечивает его выживание, адаптацию и развитие в условиях нарушения у них саморефлексии, становления индивидуальной и социальной идентичности, высокой вероятности проявления антивиталяного поведения (не направленного на жизнь).

У детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями), особенно на этапе выхода в самостоятельную жизнь значительно возрастают риски, роль случая и вероятностей, определяющих исход жизненной ситуации путем ухода, что указывает на необходимость формирования у них мобильности, гибкости мышления, коммуникативных компетенций, оперативности реагирования в условиях неопределенности.

Данный курс занятий разработан для обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) и является обязательным для проведения в условиях образовательной организации. К проведению обязательного курса занятий кроме педагога-психолога привлекаются: учитель-дефектолог (олигофренопедагог, специальный психолог, учитель-логопед, социальный педагог, классный руководитель, воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, педагоги дополнительного образования.

Педагоги, осуществляющие психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, воспитанников с с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) должны владеть:

- практическими умениями проведения психолого-педагогического изучения обучающихся;
- наличием представления о своеобразии психофизического развития обучающихся;
- пониманием специальных образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями);
- наличием представления о цели образования данной группы обучающихся как развитие необходимых для жизни в обществе практических представлений,

умений и навыков, позволяющих достичь максимально возможной самостоятельности и самореализации в повседневной жизни;

- представлением об индивидуальных возможностях и особых образовательных потребностях ребенка при определении содержания и методов коррекционной работы;

- умением включаться в активное участие в специальной организации жизни ребенка в условиях дома и образовательной организации, позволяющей планомерно расширять его жизненный опыт и социальные контакты;

- пониманием наиболее эффективных путей организации и определения содержания психолого-педагогического сопровождения обучающихся в семье;

- умением организовать взаимодействие обучающихся со сверстниками и взрослыми, расширить круг их общения, обеспечивая выход обучающегося за пределы семьи и образовательной организации;

- способностью к общению и проведению консультативно методической работы с родителями обучающихся;

- способностью к работе в условиях междисциплинарной команды специалистов.

Необходимость разработки программы курса занятий вызвана анализом выявленных затруднений детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями), а именно: сложности в установлении межличностных отношений в учебном коллективе сверстников, подверженность разного рода манипуляциям, неумение самостоятельно принимать решения, зависимость самооценки от окружающих.

2.Реализация курса

Программа включает 2 блока: курс занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов (объем

24 часа) и курс занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов (объем 36 часов). Данная программа также содержит планы необходимых мероприятий с родителями обучающихся и их педагогами, как крайне важное и необходимое условие достижения планируемых результатов.

Реализация курсов занятий с этой категорией обучающихся организуется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, что обеспечивает коррекцию нарушений, развитие и социальную адаптацию.

Цель курсов занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов, и для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью(с интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов, - создание условий для формирования и развития навыков жизнестойкости средствами интерактивных методов и психолого-педагогических технологий.

Задачи курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями)1-4 классов:

- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- формирование начальных навыков адаптации в динамично меняющемся и развивающемся мире, а именно: принимать точку зрения другого, формулировать просьбу и обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;

- формирование коммуникативных умений: умение слушать и вступать в диалог, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивные межличностные отношения со сверстниками и взрослыми на основе принятых правил социального взаимодействия.

Задачи курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов:

- формирование коммуникативных умений, а именно: умение проявлять сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формулировать собственную точку зрения, задавать вопросы, выразить обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;

- развитие представлений об этических нормах и правилах, понимания личной ответственности за свои поступки, соизмеряя их с нравственными ценностями принятыми в современном обществе;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, готовности к адекватному поведению и поиску самостоятельных решений в ситуациях неопределенности.

Содержание каждого курса занятий направлено на формирование и развитие навыков конструктивного поведения детей в сложных жизненных ситуациях средствами интерактивных методов и психолого-педагогических технологий сопровождения.

3. Этапы реализации содержания занятий курса

Реализация содержания занятий курса осуществляется на основе следующих этапов работы.

Предварительный этап:

- ознакомление с историей развития ребенка (вновь прибывшего);

- наблюдение за детьми в разных видах деятельности (игровой, творческой, трудовой, физкультурно-оздоровительной);

- беседа с ребенком (формирование мотивации на совместную работу, презентация программы курса).

Диагностический этап (организуется педагогом-психологом совместно с учителем-дефектологом (олигофренопедагогом), учителем –дефектологом (логопедом), социальным педагогом, классным руководителем):

-диагностика детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью включает: Диагностические исследования по «Карте наблюдений» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, 2000) и проективную методику «Кактус» (М.А. Панфилова). В «Карте наблюдений» предлагается использовать шкалы и подшкалы, отвечающие за измерение эмоционально-волевой, ценностной и коммуникативной сфер личности, в соответствии с понятием «жизнестойкость».

Формирующий этап

Проблемно - ориентированный практикум с элементами тренинга.

Заключительный этап:

- итоговая диагностика;

-выработка рекомендаций для оказания самопомощи;

-индивидуальное психологическое / социально-педагогическое консультирование обучающихся по их запросу;

-оформление выставки психолого-педагогической литературы и тематических буклетов.

4.Содержание курса для обучающихся с умственной отсталостью

(с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов

Курс занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью 1-4 классов, включает 8 тем, которые раскрываются через освоение теоретических и

практических вопросов, а также предусматривают диагностические и контрольные задания.

Тематический курс занятий может быть единым для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов. При этом, разрабатывая содержание каждой темы, педагог-психолог (специальный психолог) предусматривает усложнение материала с опорой на опыт и психофизиологические особенности детей.

Курс занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов, включает 12 тематических встреч теоретической и практической направленности.

Продолжительность специально организованного занятия / урока с обучающимися различна и зависит от возраста и психофизического состояния обучающихся. Некоторые темы, рассчитанные на 2 академических часа (2 занятия) могут быть проведены в разные дни и увеличены по количеству занятий (если дети испытывают сложности в освоении предлагаемого материала).

Структура занятия включает следующее:

Разминка

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе, на атмосферу доверия.

В разминке предлагаются игры и упражнения, способствующие разогреву участников и установлению контакта между ними. В ходе разминки возможно обсуждение домашнего задания, полученного на предыдущем занятии.

Основная часть

Цель: создание условий для решения задач, заявленных в содержании тематического курса - формирование и развитие навыков жизнестойкости детей.

Содержание основной части занятия включает: психотехнические игры и упражнения, решение проблемных ситуаций, групповую дискуссию,

всоответствие с темой встречи. Также здесь могут быть использованы элементы психомышечной тренировки, релаксационные упражнения, задания с использованием элементов арттерапии с целью предотвращения возможного перенапряжения участников группы.

Заключительная часть

Цель: создание условий для развития рефлексивных способностей участников группы.

В заключительной части участники обмениваются мнениями, впечатлениями и дают собственную оценку происходящему, получают домашнее задание. Кроме того, каждый член группы имеет возможность обратиться за обратной связью к любому участнику либо дать ее сам.

При организации и проведении занятий необходимо использовать специальные методы и приемы, разнообразные средства, расширяющие представления и обогащающие жизненный опыт обучающихся. В частности, сенсорные средства, воздействующие на различные чувственные анализаторы и вызывающие положительные реакции обучающихся на окружающую действительность.

Данные материалы могут использоваться, как в печатном виде (книги, фото альбомы), так и в электронном (воспроизведение записи с носителя электронной информации). По возможности для освоения социальных ролей и общепринятых правил в процессе обучения используются различные ролевые игры, для которых в арсенале учебно-дидактических средств необходимо иметь некоторые атрибуты (элементы костюмов, предметы, материалы). Освоение практики общения с окружающими людьми предполагает использование, как вербальных, так и невербальных средств коммуникации.

Вспомогательными средствами невербальной (неречевой) коммуникации могут являться:

- специально подобранные предметы,

- графические / печатные изображения (тематические наборы фотографий, рисунков, пиктограмм и др., а также составленные из них индивидуальные коммуникативные альбомы),
- алфавитные доски (таблицы букв, карточки с напечатанными словами для «глобального чтения»),
- электронные средства (устройства записи на магнитную ленту, электронные коммуникаторы, планшетный или персональный компьютер с соответствующим программным обеспечением и вспомогательным оборудованием и др.).

5. Учебно-тематический план

курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классы

№	Наименование блоков, тем	Всего часов	В том числе			Ответственные
			теоретические	практические	Контрольные /диагностические	
1	«Общение в моей жизни»:	2	1	1		
1.1	«Роль общения в жизни учащихся »		1			Классный руководитель
1.2	Проведение тренинга «Давай общаться»			1		Педагог-психолог
2	«Я и мои возможности»	2		2		
2.1	Тренинг «Я и мои возможности»			1		Педагог-психолог
2.2	Тренинг «Как правильно общаться, чтобы быть услышанным и наладить хорошие отношения »			1		Педагог-психолог
3	«Я среди других»:	2	1	1		
3.1	Урок «Я среди других»		1	1		Педагог-психолог
3.2	Тренинг разрешения конфликтов « Я среди других»					
4	«Учимся сотрудничать»:	4	1	2	1	
4.1	Внеклассное занятие "Учимся сотрудничать"		1			Воспитатель
4.2	Классный час. «Учимся сотрудничать»			1		Классный руководитель
4.3	Игры по теме «Учимся сотрудничать»			1		Педагог-психолог
4.4	Диагностика по методике «Социометрия» Дж. Морено				1	Педагог-психолог
5	Основные жизненные ценности	4	1	2	1	
5.1	Занятие на тему «Основные жизненные ценности»		1			Воспитатель
5.2	Психологическое занятие «Жизненные ценности»			1		Педагог-психолог
5.3	Психологическое занятие «Жизненные ценности»			1		Педагог-психолог
5.4	Диагностика «Отношение к жизненным ценностям»				1	Педагог-психолог

6	«Учимся преодолевать трудности»	4	1	3		
6.1	Классный час на тему: «Трудности, возникающие в нашей жизни»		1			Классный руководитель
6.2	Психологическое занятие «Учимся преодолевать трудности»			1		Педагог-психолог
6.3	Практическое занятие «Учимся преодолевать трудности»			1		Социальный педагог
6.4	Практическое занятие «Учимся преодолевать трудности»			1		Социальный педагог
7	«Я самостоятельно принимаю решение»	4	1	2	1	
7.1	Занятие по спортивному ориентированию			1		Учитель по физической культуре
7.2	Занятие «Юные умники и умнички»		1			Воспитатель
7.3	Интеллектуальные игры «Также, как...», «Одинаковое-разное у двух»»			1		Педагог-психолог
7.4	Контрольная диагностика Методика «Фигурки в контуре»				1	Педагог-психолог
8	«Подводим итоги»	2		1	1	
8.1	Практическое занятие			1		Педагог-психолог
8.2	Повторная диагностика уровня развития жизнестойкости учащихся				1	Воспитатель, Классный руководитель, социальный педагог
		24	6	14	4	

Содержание тем:

Тема: «Общение в моей жизни» направлена на развитие элементарных навыков общения, умения вступать в контакт, прислушиваться к мнению других, уступать. Кроме этого, в содержание занятий должно быть включено обучение детей приемлемым способам проявления эмоций; развитие способности анализировать свое поведение, чувства, качества личности в различных жизненных ситуациях.

Тема: «Я и мои возможности» способствует формированию первичных навыков самопознания через анализ собственных возможностей («я умею», «я могу»); помочь детям увидеть средства развития своих возможностей в разных видах деятельности (творческой, спортивной, трудовой).

Тема: «Я среди других» направлена на формирование представлений ребенка о ценности самого себя и других людей; учить пониманию себя и других, самостоятельному решению проблем в группе сверстников, находить пути решения конфликтов: помогать себе и другим в трудных ситуациях; контролировать собственное поведение через умение справляться с раздражительностью, неуверенностью в себе.

Тема: «Учимся сотрудничать» способствует развитию необходимых коммуникативных навыков у детей: способности успешно устанавливать дружеские контакты со сверстниками; возможности активизировать совместную деятельность детей в малых группах через умение договариваться, совместно (группой) выполнять поставленные задачи; обеспечивает развитие доброжелательности, умения понимать состояние партнера по общению, устанавливать доверительные отношения друг с другом.

Тема: «Основные жизненные ценности» позволяет развивать способность замечать и запоминать происходящее, радоваться каждому новому дню, неделе, месяцу, замечая какие события, встречи,

изменения происходят в жизни; на доступном уровне осознавать значимость этих событий для себя и для всех людей.

Для раскрытия данной темы важно создать условия для доверительного диалога детей со сверстниками и взрослыми.

Тема: «Учимся преодолевать трудности» рассматривается через возможность осознавать собственные трудности, их причины, и находить пути их преодоления, анализируя игровые ситуации, в которые попадают герои сказок, мультипликационных фильмов. Посредством проецирования реальных проблем, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и, в то же время, идентифицировать проблемы сказочного героя с собственными.

Тема: «Я принимаю самостоятельное решение» способствует формированию умения выбирать деятельность, выбирать способ выражения своих желаний. Делая выбор, обучающиеся учатся принимать на себя посильную ответственность за выполнение результат (нужно подготовить работу, чтобы представить ее на выставке или конкурсе, я буду делать салфетку с вышивкой). Ребенок, на доступном ему уровне, учится предвидеть последствия своих действий, понимать насколько его действия соотносятся с нормами и правилами общественной жизни. Взрослый для этого создает ситуации успеха, мотивирующие стремление ребенка к самостоятельности, создает для него ситуации доверия и предсказуемости событий.

Тема: «Подводим итоги» позволяет организовать групповое взаимодействие и наблюдать проявление детьми сформированных умений в практической деятельности, что обеспечит им возможность продемонстрировать различные виды группового взаимодействия, проявление этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей, умения принимать решение самостоятельно, а в сложных ситуациях, обращаясь за помощью к сверстникам или взрослым.

6. Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) 1-4 классов:

В результате реализации курса занятий обучающиеся будут:

- проявлять способность к осмыслению своего социального окружения (группа класса, секции, соседи, педагоги), социальных ролей одноклассник, сосед, пешеход, покупатель, пассажир и т.п.;
- владеть навыком создания списка предметов, необходимых для жизнеобеспечения в экстремальных ситуациях (что делать после пожара, наводнения);
- владеть начальными навыками адаптации в социуме: вступать в контакт, задавать вопрос, формулировать просьбу и обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;
- проявлять коммуникативные умения: включаться в группу сверстников и удерживать правила поведения на основе принятых норм социального взаимодействия (произносить слова приветствия, благодарности, извинения).

8. Учебно-тематический план
курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную
общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью
5-9 классы

№п/п	Наименование блоков, тем	Всего часов	В том числе			Ответственные
			теоретические	практические	консультацио нно/диагности ческие	
1	«Жизнестойкость как качество успешной личности	2	1	1		
1.1	Тест «Кактус»			1		Педагог-психолог, учитель- дефектолог (олигофренопедагог)
1.2	Деловая встреча с успешными людьми (выпускники школы, главы фермерских хозяйств)	1				Классный руководитель, педагог-психолог
2	Мои сильные и слабые стороны					Классный руководитель, педагог-психолог, , учитель-дефектолог (олигофренопедагог), социальный педагог
2.1	Вводное занятие «Мои сильные и слабые стороны»			1		Педагог-психолог, , учитель-дефектолог (олигофренопедагог),
2.2	Оформление Портфолио достижений учащихся				1	Классный руководитель, воспитатель
3	Мои возможности, способности	2	1	1		Классный руководитель, воспитатель

3.1	Классный час на тему «Мои возможности и способности»		1			Классный руководитель
3.2	Тренинг «Как правильно общаться, чтобы быть услышанным и наладить хорошие отношения»			1		Педагог-психолог
4	«Моё будущее»	2		2		
4.1	Сочинение на тему «Моё будущее»			1		Учителя-предметники
4.2	Тренинг «Моё будущее в моих руках»			1		Педагог-психолог
5	Правила поведения в современном обществе	4	2	2		
5.1	Занятие на тему «Законы морали и нравственности для детей школьного возраста»		1			Классный руководитель
5.2	Занятие на тему «Правила поведения в современном обществе»		1			Воспитатели
5.3	Экскурсия - коллективное поездка в транспорте			1		Учитель СБО
5.4	Коррекционное занятие «Правила поведения с незнакомыми людьми»			1		Воспитатели
6	«Мои жизненные ценности»	2	1	1		
6.1	Практическое занятие «Роль жизненных ценностей при выборе профессии.»			1		Социальный педагог
6.2	Классный час-обсуждение «Обсуждение проблемных ситуаций»		1			Классный руководитель,
7	«Действуем в сложных жизненных ситуациях»	4	1	2	1	
7.1	Классный час «Моя личная безопасность»		1			Классный руководитель
7.2	Встреча с сотрудниками МЧС, Правила поведения в ЧС в местах массового скопления людей			1		Социальный педагог, классный руководитель
7.3	Просмотр видеофильма по ГО			1		Воспитатель
7.4	Упражнение «Веревка: диагностика состояний, как вы справляетесь со страхом и действуете в сложных жизненных ситуациях»				1	Педагог-психолог
8	«Я делаю выбор»	4	2	1	1	
8.1	Классный час «Я делаю выбор»		1			Классный час
8.2	Экскурсия в крестьянские и фермерские хозяйства		1			Учителя трудового

						обучения
8.3	Тестирование, анкетирование по выбору профессии			1		Социальный педагог
8.4	Диагностика по выбору профессии				1	Педагог-психолог
9	«Я принимаю ответственное решение»	4	1	2	1	
9.1	Классный час «Я принимаю ответственное решение»		1			Учитель истории
9.2	Практическое занятие «Заблудился в лесу»			1		Классный руководитель
9.3	Практическое занятие «Остался один дома»			1		Классный руководитель
9.4	Тренинг развития способности к самопознанию и уверенности в себе. «Я принимаю решение» (материалы для проведения тренинга (И.В. Дубровина, 1998)				1	Педагог-психолог
10	«Учимся общаться бесконфликтно»	4	1	2	1	
10.1	Урок-беседа «Семья в современном обществе»		1			Классный руководитель
10.2	Классный час по гендерному воспитанию			1		Педагог-психолог,
10.3	Классный час «Уважение к старшим»			1		Классный руководитель
10.4	Упражнение «Образ партнера»				1	Педагог-психолог
11	«Успешно преодолеваем трудности»	4	2	2		
11.1	Психологическое занятие «Учимся преодолевать трудности»		1			Педагог-психолог
11.2	Классный час «Учимся преодолевать трудности»		1			Классный руководитель
11.3	Практическое занятие «Учимся преодолевать трудности»			1		Социальный педагог
11.4	Практическое занятие «Учимся преодолевать трудности»			1		Воспитатель
12	«Подводим итоги»	2		1	1	
12.1	Практическое занятие					Педагог-психолог
12.2	Повторная диагностика уровня развития жизнестойкости учащихся					Воспитатель, Классный руководитель, социальный педагог
		36	12	18	6	

Тема: «Жизнестойкость как качество успешной личности» способствует раскрытию у детей ощущения устойчивости собственной личности и личности другого как важнейшего условия внутреннего благополучия человека и установления конструктивных взаимоотношений с окружающими людьми. Для проведения занятия по данной теме приглашают успешных людей, которые имеют позитивный опыт в получении профессии, устройстве на работу, ведении хозяйства.

Тема: «Мои сильные и слабые стороны» способствует рассмотрению с участниками их внутреннего «Я» как одного из компонентов личности, включающему: представление о своей индивидуальности, определенное единство интересов, склонностей, ценностных ориентаций, определенную самооценку и самоуважение с учетом сильных и слабых сторон. В ходе данной темы обучающимся предлагается оформление Портфолио достижений.

Тема: «Мои возможности и способности» позволяет помочь детям лучше узнать себя, свои возможности, развивать чувство собственного достоинства на основе анализа своих способностей. Содержание рассматриваемой темы направлено на преодоление неуверенности в собственных силах, развитие навыков самопрезентации в различных группах среди сверстников и взрослых. В содержание данного занятия могут быть включены такие задания, как: оформить презентацию о себе; составить резюме.

Тема: «Мое будущее» предоставляет детям возможность задуматься о будущем, попытаться сконструировать его, обсудить возможные варианты будущего. Содержание дискуссионных форм работы помогает детям понять, что будущее начинается в настоящем в процессе ежедневных достижений. В содержание занятия предлагается включить задания творческого характера: коллаж «Я в будущем», групповой рисунок «Путешествие в будущее», письмо-послание себе 20 летнему.

Тема: «Правила поведения в современном обществе»» включает организацию дискуссии и обсуждение с детьми таких вопросов: как подобрать одежду для похода в театр? Как вести себя на дискотеке? Как провести время в компании друзей? Как вести диалог по телефону? Как поддержать разговор в малознакомой компании? Наиболее эффективно рассмотрение данной темы в рамках практического проигрывания ситуаций и анализа ошибок.

Тема: «Мои жизненные ценности» включает обсуждение важных ценностей каждого участника и рассмотрение проблемных ситуаций:

ситуация 1: пожар, спасение людей.

ситуация 2: школьники, провалившиеся под лед. Их спасает одноклассник и двое взрослых.

ситуация 3: помощь пожилым людям.

ситуация 4: спасение животных (может быть видео ролик).

Детям могут быть предложены варианты для оформления тематических презентаций: «Для меня самое ценное в жизни...», «Самая гласная ценность моей жизни - это...», «Жизненные ценности современной молодежи».

Тема: «Действуем в сложных жизненных ситуациях» позволяет сформировать у детей потребность предвидеть возможные экстремальные ситуации; сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих. Практические задания обеспечивают приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим (на пожаре, при наводнении, в аварии), что предоставляет возможность продемонстрировать детям способы поведения. Данная тема может быть рассмотрена с приглашением сотрудников системы МЧС.

Тема: «Я делаю выбор» направлена на содействие в появлении у детей устойчивой потребности в социально - профессиональной самореализации.

Рассмотрение данной темы позволяет детям проанализировать свои

склонности, систему ценностей, личностные особенности, предрасположенность к тем или иным видам деятельности, а также осуществить моделирование своего будущего на основе имеющегося опыта.

Содержание темы способствует также поиску выбора в ситуациях манипулирования, что позволяет обучающимся быть готовыми к противостоянию психологического давления и вырабатывает умение сказать «Нет».

Тема: «Я принимаю ответственное решение» способствует формированию положительной нравственной оценки таких качеств характера, как уверенность в себе, честность, смелость, ответственность; побуждает к независимости в принятии решений; развивает умение формулировать и принимать решения в отношении курения, алкоголя, наркотиков и предвидеть последствия своих решений.

Тема: «Учимся общаться бесконфликтно» обеспечивает получение подростками знаний о том, как общаться со сверстниками другого пола и взрослыми, практических навыков в применении приемлемых способов поведения, освоении навыками эффективного общения в различных ситуациях. Данная тема помогает наладить конструктивные взаимоотношения между мальчиками и девочками, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к старшим и чувство собственного достоинства в процессе межличностного взаимодействия.

Тема: «Успешно преодолеваем трудности» направлена на обучение подростков распознаванию своих проблем и нахождению способов их решений. В рамках данной темы рассматриваются вопросы, способствующие осознанию подростками своих жизненных целей, выявлению стратегии поведения каждого в решении проблем (закончились средства на телефоне, потерял ключ от двери, забыл школьную принадлежность и т.п.), что обеспечивает проявление самостоятельности и ответственности личности.

Тема: «Подводим итоги» позволяет обучающимся продемонстрировать сформированные умения и навыки в практической деятельности при решении

проблемных ситуаций, в ходе выполнения ролевых игр. В рамках данной темы также могут быть предложены способы саморегуляции и восстановления после напряжения как проявление стрессоустойчивости в ситуации неопределенности.

9. Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей, осваивающих основную адаптированную общеобразовательную программу для детей с умственной отсталостью 5-9 классов:

В результате реализации курса занятий обучающиеся будут:

- проявлять коммуникативные умения: умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формулировать собственную точку зрения, задавать вопросы, выражать обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;
- иметь представление об этических нормах и правилах поведения в обществе, осуществлять контроль своего поведения, соизмеряя с нравственными ценностями, принятыми в современном обществе;
- принимать самостоятельное решение и владеть навыками адекватного поведения в экстремальных ситуациях.

10. Психолого-педагогическое сопровождение программы (работа с родителями и педагогами)

Цель: повышение уровня жизнестойкости обучающихся

№ п/п	Мероприятие	Сроки реализации	Ответственные
1.	Изучение опыта работы по развитию жизнестойкости	В течение года	Педагог-психолог
2.	Методические семинары для классных руководителей	В течение года	Педагог-психолог
3.	Индивидуальная диагностика обучающихся	Ноябрь, март	Педагог-психолог
4.	Всеобучи, рассмотрение на родительских собраниях вопросов формирования жизнестойкости «5 душевных травм», «Защитим детей от насилия», «Как услышать своего ребенка», «Влияние психологического климата в семье на эмоциональное состояние ребенка»	Раз в четверть	Педагог-психолог
	Родительский дистанционный ликбез «Роль родителей в формировании навыков жизнестойкости подростков с умственной отсталостью» 5-9 классы	По согласованию	Педагог-психолог
6.	Консультации «Мы вместе», «Я умею справляться со стрессом» для родителей и педагогов	По мере обращения	Педагог-психолог
7.	Занятие с элементами тренинга «Конструктивный выход из конфликта» для родителей и педагогов	По мере обращения	Педагог-психолог
8.	Круглый стол «Детей не надо воспитывать, с детьми надо дружить» 5-9 классы	По отдельному графику	По согласованию
9.	Информирование родителей (законных представителей) о номерах телефонов, адресах служб, оказывающих	В течение года	Классные руководители, социальный педагог

	психологическую и медицинскую помощь		
10.	Диагностика у родителей уровня субъективного ощущения одиночества (Методика Д.Рассела и М.Фергюсона)	по согласованию	Педагог-психолог
11.	Диагностика поведения родителей и педагогов в конфликте (Опросник К. Томаса «Стиль поведения в конфликте» (адаптирован Н.В. Гришиной))	по согласованию	Педагог-психолог
12.	Индивидуальная диагностика уровня развития личностных особенностей родителей, имеющих проблемы обучения и воспитания.	В течение года	Педагог-психолог
13.	Сбор банка данных родителей с высоким уровнем тревожности и депрессии по результатам наблюдений и диагностики	По мере выявления	Педагог-психолог
14.	Цикл занятий «Час психолога» (тренинг для родителей)	октябрь	Педагог-психолог
15	Индивидуальные и групповые коррекционно-развивающие занятия с учащимися, имеющими проблемы в обучении и воспитании	В течение года	Педагог-психолог
16	Индивидуальная и групповая работа с педагогами по развитию навыков совладания в стрессе	В течение года	Педагог-психолог
17	Подготовка и проведение тематических классных часов «Я выбираю жизнь!»	По плану воспитательной работы	Классные руководители 1-11 классов
18	Проведение тренинговых занятий для родителей по формированию навыков жизнестойкости	Сентябрь-май	Педагог-психолог
19	Индивидуальные консультации «Способы коррекции эмоционального состояния».	По отдельному плану	Педагог-психолог
20	Семинары для педагогов «Причины подросткового	По согласованию	Педагог-психолог

	суицида у умственно-отсталых детей. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях», «Психологический портрет» подростка с умственной отсталостью», «Психологическая безопасность. Особенности подросткового возраста», «Поведенческие признаки суицидального поведения» и др.		
21	Информирование родителей (законных представителей) о номерах телефонов, адресах служб, оказывающих психологическую и медицинскую помощь	В течение года	Классные руководители, социальный педагог
22	Распространение информационных материалов по формированию жизнестойкости у несовершеннолетних (буклеты, памятки, листовки и т.д.).	В течение года	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог

При организации просветительской работы с родителями (законными представителями) школьников ставятся следующие **задачи**:

- согласование ценностных основ воспитания, то есть определение того, какие приоритетные ценности хотят привить ребенку взрослые;
- согласование проблемных и ресурсных областей в развитии детей, то есть определение того, какие проявления считать проблемными и к каким следует стремиться, «прорисовывание» желаемого образа ребенка;
- согласование поведенческих воздействий в отношении детей, то есть определение зон ответственности родителей и педагогов, выяснение, кому и как воздействовать на ребенка дома или в школе, чтобы добиться желаемых перемен.

Активной стороной взаимодействия родителей и школы выступает школа в лице педагогов. Именно они предлагают родителям для освоения свое «информационное поле», в котором выделены различные аспекты возрастной,

педагогической, практической психологии, представляющие интерес и ценность для семьи.

Работа с родителями будет эффективной, если она строится с опорой на следующие **принципы**:

-обеспечение эмоциональной безопасности родителей (если родитель отказывается от взаимодействия с педагогом и педагогом-психологом, значит, у него есть на это причины);

-открытость, или конгруэнтность педагога и умение избегать негативного переноса на родителей. Это означает, что педагог осознает и принимает свои истинные чувства, поэтому может быть открытым в отношениях с родителями. А возникающие обиду, раздражение, злость, страх умеет исключать из процесса взаимодействия (если родитель испытывает в отношении педагога (педагог-психолога) негативные чувства, это не означает, что работа с ним бесперспективна);

-необходимость мотивирования родителей к взаимодействию с педагогом (педагогом-психологом) различными способами. Стремление избежать встречи может объясняться недооценкой ее значимости (если родитель не приходит на встречу к педагогу (педагогу-психологу) это означает, что его неправильно позвали).

11.Формы и методы взаимодействия с родителями:

- ✓ Информационно-просветительские мероприятия: всеобуч, лекции, информирование через школьный сайт, социальные сети, распространение буклетов, памяток, наглядная агитация, консультации и пр.
- ✓ Практико-ориентированные мероприятия: круглые столы, ролевые игры, беседы с элементами тренинга.

Приложение А. Программа психологической помощи матерям, имеющим детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями)

Пояснительная записка.

В последние годы отмечается повышенный интерес к проблеме психологической помощи родителям в воспитании детей.

Проблема детско-родительских отношений в семьях детей с нарушением интеллекта является чрезвычайно важной и актуальной. Не вызывает сомнения тот факт, что формирование жизнестойкости аномального ребенка напрямую зависит от грамотного родительского (прежде всего, материнского) поведения. Недостатки познавательной деятельности уже в раннем детстве препятствуют установлению нормальных взаимоотношений ребенка с родителями, что затрудняет усвоение социального опыта, формирование способов межличностного общения, тормозит эмоциональное развитие детей с недостатками интеллекта. Однако особенности взаимоотношения детей с окружающими, как вторичные осложнения основного дефекта, в большей степени поддаются коррекции, чем первичные нарушения. Более того, отношения аномального ребенка с окружающими являются важнейшим фактором развития его личности, так как из коллективного поведения, из сотрудничества ребенка с окружающими людьми, из его социального опыта возникают и складываются высшие психические функции. Специальная психология указывает, что от исхода социальной компенсации, т.е. конечного формирования его личности в целом, зависит степень его дефективности и нормальности. Таким образом, роль семьи в формировании жизнестойкости ребенка с ограниченными возможностями огромна.

Очень часто родительское поведение является не позитивным, а наоборот, негативным фактором в развитии ребенка с ОВЗ. В работах исследователей - дефектологов подчеркивается идея о равенстве влияния как родителей на ребенка, так и ребенка на родителей. С одной стороны, родительское отношение может

вызвать различные вторичные нарушения у ребенка, а с другой, детская психопатология приводит к различным искажениям родительского отношения.

Вопрос о психологических факторах и механизмах, формирующих материнское отношение к детям, все еще остается недостаточно изученным. Существует настоятельная необходимость научного обоснования и методической разработки средств и способов психологической коррекции нарушенного родительского отношения к ребенку.

Представленная программа психологической помощи родителям детей с отклонениями в развитии, включающая индивидуальные и групповые методы, позволяет повысить родительскую компетентность, улучшает эмоциональное состояние матерей.

Данная программа может быть использована в консультационной работе с детьми и родителями. Реализация тренинга предполагает индивидуальный и групповой этапы работы. Индивидуальный этап позволяет выделить наиболее проблемных матерей, в первую очередь нуждающихся в помощи. Родительские группы – это эффективное средство формирования позитивного отношения родителей к ребенку, установления разумных родительских требований и контроля, уменьшения родительской тревоги, просвещения родителей в области психологии ребенка. Несомненный интерес представляют разработанные различные упражнения.

Цели программы:

- изменение отношения матери к ребенку в сторону большего эмоционального принятия;
- оказание помощи матерям в выработке эффективного стиля общения с ребенком;
- обучение матерей приемам бихевиоральной модификации поведения ребенка;
- оказание эмоциональной поддержки матерям, снятие у них напряжения и тревоги;

- привлечение родителей в процесс развития, обучения и воспитания детей.

Родительский тренинг

I этап – установочный, его целями были:

- создание группы;
- установление отношений доверия;
- снятие у матерей эмоционального напряжения.

II этап – коррекционный, на котором решались следующие задачи:

- обучение матерей способам коммуникации с ребенком через ролевые игры, показ образцов эффективного общения с ребенком;
- овладение матерями техникой бихевиоральной модификации поведения ребенка;
- повышение чувствительности матерей к проблемам ребенка и эмоциональному состоянию детей;
- информирование матерей о психологических особенностях умственно отсталых детей.

III этап – завершающий, который был направлен на:

- закрепление полученных навыков;
- создание положительного эмоционального настроения и желания использовать полученные знания и умения за пределами коррекционной группы.

Занятие 1

Цели:

- создание благоприятной эмоциональной атмосферы принятия и доверительности в общении;
- знакомство матерей друг с другом;
- предложение программы занятий;
- установление правил групповой работы.

1. Ритуал создания группы

Принятие правил работы в группе

Правило именной карточки – каждый участник группы должен носить на груди именную карточку все время работы на тренинге. На карточке участник пишет то имя, которым будут называть его все остальные члены группы. Карточки позволяют членам группы и ведущему решить проблему запоминания друг друга. С другой стороны, поскольку участники группы обязуются называть каждого именно так, как он сам этого хочет, это правило «работает» на ощущение психологического комфорта членов группы.

Правило присутствия на тренинге – каждый участник группы должен присутствовать на тренинге все время работы. Это означает, что не допускаются опоздания и пропуски занятий.

Разговоры на тренинге – во время работы на тренинге одновременно имеет право говорить только один участник. Это позволяет людям слушать и слышать других. С другой стороны, каждый участник имеет право говорить все, что он хочет, но только "в круг".

Запрет на обсуждение процедуры тренинга до окончания работы – не разрешается обсуждать технологию тренинга с людьми, не участвующими в работе группы, а участникам не разрешается обсуждать процедуру между собой до окончания работы в группе.

Выполнение всех требований ведущего – участники группы должны выполнять все упражнения, предусмотренные программой, и выполнять домашние задания к каждому занятию. После упражнения каждый человек может выразить свое отношение к нему.

Правило конфиденциальности - участники группы должны понимать, что нельзя выносить за пределы группы любую информацию личного характера, которую они узнают о ком-то из участников в ходе работы.

Затем участники группы расходятся для того, чтобы заполнить и прикрепить свои именные карточки. После принятия правил и «рождения группы» ведущий знакомит участников с программой занятий и структурой занятий по каждой теме.

2. Упражнения на групповое сплочение

Упражнение «Введение имени»

Рассказ участников о своем имени.

Упражнение «Знакомство руками»

- Дать участникам группы пережить новый способ знакомства.

Участники работают по двое – садятся таким образом, чтобы можно было взять друг друга за руки. Их задача с закрытыми глазами, обязательно молча, встретиться друг с другом руками: "познакомиться", "поссориться", затем "помириться" и "попрощаться". После такого общения все садятся в круг и обсуждают полученный опыт.

Упражнение «Поддержка»

- Повышение уровня доверия членов группы друг к другу.

Участники работают в парах – рассказывают о своей проблеме или затруднении. Каждый должен побывать в роли оказывающего поддержку и принимающего ее.

Участники под руководством ведущего обсуждают вопросы:

- Как появилась проблема?
- Как можно было бы решить проблему?
- Что было бы со мной, если бы мне удалось избавиться от нее?

3. Обсуждение итогов работы

Члены клуба под руководством ведущего высказывают свои впечатления о работе в группе.

4. Домашнее задание

Подумать над названием родительского клуба.

Занятие 2

Цели:

- повышение групповой сплоченности;
- снятие барьера на проявление чувств и эмоций;

- определение позиции матерей к ребенку и особенностям его развития.

1. Упражнения на групповое сплочение

Упражнение «Приветствие»

- Помочь участникам группы почувствовать состояние другого человека.

Каждый по очереди произносит свое имя, но с разной интонацией, задача – "не повториться".

Упражнение «Визитная карточка семьи»

- Выявление отношения матерей к своему ребенку.

Участники группы располагаются полукругом. Ведущий предлагает им рассказать о своей семье все, что им хочется, что они считают важным и нужным. Первым предлагается начать высказывания по желанию, а затем – по цепочке. Психолог ведет запись, выделяет проблемы, которые волнуют матерей.

2. Обсуждение домашнего задания

Все участники предлагают свои варианты названия родительского клуба. В процессе обсуждения приходят к единому мнению.

3. Упражнение на расслабление

Упражнение «Две минуты отдыха»

- Упражнение на быстрый отдых.

Ведущий предлагает сесть удобно, расслабить мышцы, закрыть глаза и стараться ни о чем не думать. Выходит группа из упражнения по команде тренера: "Открывайте глаза... Потянитесь, выпрямитесь, посмотрите друг на друга. Мы продолжаем тренинг".

4. Сообщение психолога об особенностях развития детей с интеллектуальной недостаточностью

5. Обсуждение итогов работы

Участники группы отвечают на вопросы ведущего: "Что Вы получили в ходе сегодняшнего занятия? Помогла ли работа в группе Вам понять что-то? "

6. Домашнее задание

Понаблюдать, как ребенок выполняет домашнее задание.

Занятие 3

Цели:

- выработка позитивных установок у матерей по отношению к себе и детям;
- определение проблем, волнующих родителей.

1. Упражнения на групповое сплочение

Упражнение - приветствие: «Здравствуй, (имя), ты представляешь...»

- Продолжение знакомства друг с другом, повышение групповой сплоченности.

Упражнение «Паровозик»

- Обратит внимание участников группы на свои ощущения и чувства и тем самым снять напряжение ("разогреть" группу для работы).

Все участники, закрыв глаза, становятся друг за другом в цепочку. Один человек с открытыми глазами водит всех остальных по помещению. Упражнение выполняется молча. Затем участники обсуждают свои переживания и мысли, возникающие в ходе выполнения упражнения.

2. Упражнение на коррекцию внутреннего состояния участников тренинга

Упражнение «Сильные стороны»

- Помочь участникам группы понять, что любую ситуацию можно проанализировать без осуждения, находя в ней сильные стороны.

Участники делятся на пары. Первый член пары рассказывает партнеру о своем затруднении или проблеме. Второй, выслушав, должен проанализировать описанную ситуацию таким образом, чтобы найти сильные стороны в поведении партнера и подробно рассказать о них. Потом партнеры меняются ролями.

3. Ролевая игра на овладение навыками конструктивного взаимодействия матери с ребенком

«Игра в помощь»

- Формирует умения ставить себя на место другого человека, представлять себя находящимся в его положении. Участники обучаются различать целесообразную и нецелесообразную помощь.

Разыгрываются различные варианты ситуации "Подготовка домашнего задания". Один из участников группы берет на себя роль "ребенка", а ведущий – роль "матери".

I вариант. Во время выполнения "ребенком" домашнего задания "мать" своими указаниями, замечаниями, посторонними разговорами мешает "ребенку" в подготовке уроков.

II вариант. "Мать" в основном все делает сама: раскрывает книгу, поправляет стул, дает излишние советы, а "ребенок" пассивно ее слушает и переписывает готовое решение.

III вариант. "Ребенок" пытается сам приготовить уроки, а "мать" указывает на конкретные ошибки, при необходимости оказывает умелую помощь.

После игры участники группы отвечают на вопросы:

- Какая помощь была целесообразной?
- Какая помощь была нецелесообразной и почему?
- К чему приводит неумелая помощь?
- Понравилась ли ролевая игра? Какие эмоции она вызвала?

4. Домашнее задание

Понаблюдать, как общается ваш ребенок со сверстниками и взрослыми людьми.

Занятие 4

Цели:

- знакомство с базовыми навыками общения;

- оказание помощи матерям в выработке эффективного стиля общения с ребенком.

1. Упражнение на групповое сплочение

Упражнение «Общение без слов».

- Участники группы получают новый опыт общения, обращая внимание на чувства, возникающие в результате прикосновений, физического контакта с партнером.

Упражнение выполняется молча, в парах. Участники получают инструкции: поборитесь руками, помиритесь руками, выразите поддержку с помощью рук, попрощайтесь и т.п. После упражнения участники обмениваются мнениями, рассказывают о своих чувствах.

2. Сообщение психолога о различных способах общения, об использовании вербальных и невербальных элементов коммуникации с умственно отсталым ребенком

3. Упражнения на выработку навыков различных способов общения

Упражнение «Невербальное общение»

- Актуализация навыков вербального и невербального общения.

Ведущий «произносит» невербально общеизвестные фразы:

- Сколько времени? – прикосновение указательного пальца к запястью левой руки;
- Курить есть? – приближение сложенных двух пальцев правой руки к вытянутому в трубочку рту с одновременным придыханием;
- Выйди вон! – указательный жест и резкое отбрасывающее движение правой кистью руки;
- Прекратить! – перекрещенные руки.

Тренер просит группу сначала вербализовывать его фразы, а затем отвечать невербально. Потом доброволец показывает невербальное высказывание, а участники отгадывают, что он сказал.

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

➤ Способствует эмоциональной разрядке.

Участники становятся в общий круг. Один из участников подходит к другому, смотрит ему в глаза и дарит свои аплодисменты, громко хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего партнера, который также получает свою порцию аплодисментов. Потом вся тройка подходит к следующему претенденту на овации и т.д. Таким образом, овации становятся все громче и громче.

4. Обсуждение итогов работы

Участники тренинга высказывают свои впечатления о работе в группе.

5. Домашнее задание

Понаблюдать за использованием различных элементов вербальной и невербальной коммуникации в разных ситуациях.

Занятие 5

Цели:

- знакомство с понятием активного слушания;
- выделение признаков хорошего и плохого умения слушать своего ребенка.

1. Обсуждение домашнего задания

Участники группы сообщают о результатах наблюдений за использованием различных элементов общения в разных ситуациях.

2. Сообщение психолога об умениях слушать собеседника, начинать, поддерживать и прекращать разговор

3. Упражнения на закрепление навыков различных способов общения

Упражнение «Тренировка внимательного слушания»

- Убеждает членов группы, как важно уметь внимательно слушать собеседника.

Группа делится на пары: один – "консультант", второй – "клиент". "Клиент" рассказывает "консультанту", что он считает своими достижениями в жизни, своими неудачами и на кого он может положиться. "Консультанты" могут задавать дополнительные, наводящие вопросы, но главное – внимательно слушать. После завершения упражнения "консультанты" представляют группе своих "клиентов", повторив как можно более точно их достижения, неудачи и рассказывают, на кого они могут положиться в жизни.

Упражнение «Комплименты».

- Задание дает участникам группы возможность пережить новый способ принятия знаков внимания от других.

Все участники группы образуют два круга (внутренний и внешний), стоя лицом друг к другу. Первый член пары оказывает искренний знак внимания партнеру, стоящему напротив, то есть говорит ему что-либо приятное. Затем партнеры меняются ролями. Знаками внимания могут быть отмечены поступки, навыки, внешность и др.

4. Обсуждение итогов работы

Участники отвечают на вопросы:

- Какие чувства испытывали, когда оказывали другому знаки внимания?
- Что чувствовали, когда знаки внимания оказывали вам?
- Какое средство общения позволило вам пережить позитивные чувства?
- Умеете ли вы поддерживать и вовремя прекращать разговор?
-

5. Домашнее задание

Подумайте над вопросом: каковы признаки уверенного и неуверенного поведения?

Занятие 6

Цели:

- знакомство с понятиями "уверенность в себе", "неуверенность", "агрессивность";
- продолжить обучение различным способам общения с ребенком.

1. Упражнение на групповое сплочение

Упражнение «Доверяющее падение»

- Повысить уровень доверия членов группы друг к другу.

Все участники группы становятся в круг. Один из участников становится в центр круга и, закрыв глаза, падает на руки партнеров, а те подхватывают его и передают от одного к другому. Упражнение выполняется молча. В центре круга должны побывать все участники тренинга. После этого члены группы обмениваются переживаниями.

2. Сообщение психолога о различных типах поведения человека

3. Упражнения на выработку адекватной социальной позиции

Упражнение «Уверенный в себе»

- Формирование чувства уверенности в себе.

Участникам группы предлагается продолжить фразы: "Я уверен в себе, если...", "Я не уверен в себе, если..." В высказываниях подчеркиваются внутренние признаки уверенности (спокойствие, наличие успешного опыта поведения при сходных обстоятельствах, поддержка окружающих, убежденность в своей правоте). При демонстрации изображений уверенных людей обращается внимание на внешние признаки уверенности (раскованная поза, спокойные жесты), напоминается о темпе речи и интонациях.

При обсуждении упражнения делается вывод, что чувство уверенности появляется, если человек владеет ситуацией.

Упражнение «Гости»

- Снижение уровня тревожности и агрессивности.

Каждому из гостей вручается билетик, в котором указано, как себя вести в этой игре. Содержание билетика хранится в тайнике до конца игры, и лишь потом во время обсуждения можно признаться, что кому было предложено делать. Среди всех ролей есть неуверенный в себе человек, агрессивно настроенный, уверенный в себе человек.

В конце упражнения группа отгадывает, какие типы поведения были продемонстрированы.

4. Подведение итогов работы

Обсуждаются вопросы:

- Насколько вы уверены в себе?
- Приходилось ли вам испытывать неуверенность в себе при общении с ребенком? В каких ситуациях?
- В каких случаях вы испытываете уверенность в себе?

5. Обсуждение домашнего задания

Участники группы выделяют признаки уверенного и неуверенного поведения.

6. Домашнее задание

Составить список беспокоящих вас форм поведения ребенка.

Занятие 7

Цели:

- обучение матерей приемам бихевиоральной модификации поведения ребенка.

1. Обсуждение домашнего задания

Проводится анализ представленных участниками тренинга списков беспокоящих их форм поведения ребенка. Выделяются простые и понятные поведенческие "мишени". Члены группы критически осмысливают и

отказываются от части претензий, обусловленных их излишней тревожностью. Затем составляется "лестница проблем", на нижней ступеньке которой располагается самая простая, конкретная и наиболее реально достижимая поведенческая "мишень", а на каждой последующей – по одной мишени, которые отличаются друг от друга постепенно возрастающей степенью трудности.

2. Ролевая игра «Перевоплощение»

- Выработка умения использовать стимулы, подавляющие нежелательное поведение ребенка и формирующие желательное.

Работа ведется в парах. Одному участнику группы предлагается представить себя на месте ребенка, другому выступить в роли матери. Участники должны придумать различные ситуации и пообщаться. Затем они меняются ролями.

3. Подведение итогов работы

Участники тренинга отвечают на вопросы:

- Что они чувствовали, когда были в роли ребенка и в роли матери?
- Каковы были их реакции на плохое поведение ребенка?
- Какие подкрепления и наказания они использовали в качестве положительных и отрицательных стимулов?

В результате обсуждения составляется каталог подкреплений и наказаний.

4. Домашнее задание

Подумать над вопросом: что бы вы хотели изменить в ваших отношениях с близкими людьми.

Занятие 8

Цели:

- знакомство матерей с особенностями эмоционально-волевой сферы детей с интеллектуальной недостаточностью;
- повышение чувствительности матерей к эмоциональному состоянию детей.

1. Упражнение на умение сопереживать

Упражнение «Эмпатия»

- Помочь участникам группы эмпатически почувствовать эмоциональное состояние другого человека.

Все члены группы в кругу слушают одного из участников, который говорит эмоционально окрашенную фразу. Каждый по очереди называет то чувство, которое, по его мнению, испытывает говорящий. Группа обсуждает результаты.

2. Сообщение психолога об особенностях эмоционально-волевой сферы ребенка с умственной отсталостью

2. Ролевая игра «Внутренний голос»

- Помочь участникам группы оценить свои способности к эмпатии, получить обратную связь о том, как их воспринимают другие.

Упражнение выполняется в кругу. Каждый участник группы имеет возможность выслушать свой "внутренний голос", поговорить с ним. Один из участников группы (назовем его «А») выбирает себе того, кто будет выполнять роль его внутреннего голоса. Тот встает за спиной участника «А» и говорит от первого лица: "Я, (имя участника «А»), сейчас чувствую..., потому, что...". Затем ведущий задает вопросы участнику «А»: "Согласны ли Вы с Вашим внутренним голосом? Все ли он сказал из того, что Вы хотели бы услышать? Может быть, Вы хотели послушать другой "внутренний голос"?". Члены группы имеют возможность обсудить результаты. Затем следующий участник группы выбирает себе "внутренний голос" - и так упражнение выполняется до тех пор, пока все участники не побывают в обеих ролях.

3. Обсуждение домашнего задания

- Овладение навыками конструктивного поведения при общении с близкими людьми.

4. Чаепитие

- Сплочение группы, установление обратной связи.

Занятие 9

Цели:

- закрепление полученных навыков в процессе тренинга;
- сохранение атмосферы взаимного принятия в группе;
- формирование навыков конструктивного поведения при общении с ребенком.

1. Упражнение на групповое сплочение

Упражнение «Солнце и планеты»

- Упражнение дает возможность конкретным участникам тренинга ощутить себя частью группы, почувствовать связь с другими участниками.

Все члены группы встают. В центр круга становится тот, кто хочет узнать отношение к себе членов группы (он становится Солнцем). Участник закрывает глаза, а все остальные (как планеты вокруг Солнца) выстраиваются на таком расстоянии от него, которое соответствует "близости" их отношения к стоящему в центре: чем ближе они становятся к нему, тем большую близость с ним они чувствуют.

2. Просмотр видеоматериалов

Члены группы просматривают видеоматериалы, показывающие поведение детей на уроках, переменах и в школьной столовой.

3. Обсуждение просмотренных видеозаписей.

Участники тренинга отвечают на вопросы:

- Какое поведение ребенка можно считать желательным?
- Какое поведение было нарушенным?
- Какие способы реагирования взрослого на поведение ребенка были верными, какие – нет?

4. Домашнее задание

Подумать над вопросами: изменились ли ваши взаимоотношения с ребенком?; оправдались ли ваши ожидания от проводимых занятий?

Занятие 10

Цели:

- отрефлексировать, какие изменения произошли в процессе тренинга;
- создать положительный эмоциональный настрой и желание использовать полученные знания и умения за пределами коррекционной группы.

1. Упражнения на обратную связь

Упражнение «Чемодан»

- Помочь каждому члену группы оценить свои позитивные и негативные качества.

Один из участников выходит из комнаты, другие начинают собирать ему в дорогу "чемодан", складывая положительные качества, которые группа особенно ценит в этом человеке. Но отъезжающему обязательно напоминают, что будет мешать ему в дороге: те отрицательные качества, которые ему надо побороть. Затем ему зачитывается и передается весь список. У него есть право задавать любой вопрос по прочитанному. Затем выходит следующий участник и процедура повторяется до тех пор, пока все члены группы не получат по "чемодану".

2. Чаепитие «Последнее слово»

Все участники говорят о том, что они получили на занятиях в группе.

Параллельно с тренингом ведутся *персональные беседы* психолога с матерями, на которых продолжается знакомство с выявленными в ходе диагностики потенциальными возможностями конкретного ребенка и с динамикой его развития.

13. Приложение Б

Методика «Карта наблюдений» (Т.А. Зинкевич-Евстигнеева, 2000)

Методика «Карта наблюдений» позволяет обобщить наблюдения, дать количественную и качественную оценку имеющемуся уровню развития ребенка, позволяет разработать программу индивидуального развития и обучения ребенка с умственной отсталостью.

Диагностические исследования по «Карте наблюдений» позволяют оценить в динамике развитие психических функций и учебных и социально-бытовых навыков ребенка, обобщить наблюдения, представить количественную и качественную оценку педагога-психолога, учителя, воспитателя, логопеда, родителя. Эта методика позволяет отслеживать эффективность реализации программы на разных этапах развития ребенка, и, по мере необходимости, вносить коррективы.

В результате диагностики с помощью этой методики составляется психолого-педагогический профиль личности на момент обследования.

Наблюдения и экспертиза происходят в контексте обучающих развивающих заданий.

Анализ психолого-педагогического профиля, комментариев и рекомендаций специалистов школы дает возможность составить заключение, которое включает:

- индивидуальные психологические особенности ребенка;
- сильные стороны личности;
- индивидуальные особенности восприятия;
- зону ближайшего развития;
- рекомендации по наиболее эффективным методам и приемам развития и воспитания;
- наиболее продуктивные виды деятельности.

Для проведения исследований по карте наблюдений необходимо оборудование:

бланки «Карта наблюдений за уровнем развития», «Психолого-педагогический профиль».

Эксперту предлагается поставить оценку в интервале от 0 до 10 по нижеследующим шкалам и подшкалам (нами выбраны шкалы, направленные на измерение эмоционально-волевой и личностной сфер)

Эмоционально-волевая сфера. В данном разделе исследуются особенности эмоционально-волевой сферы ребёнка: уравновешенность, сбалансированность, эмоциональных процессов; тенденции к самостоятельности, ответственности, целенаправленности действий и др. Количественная оценка производится по подшкалам (в пределах 10 баллов). В общую шкалу выносятся средняя или более сложная оценка по подшкалам.

Импульсивность – рефлексивность.

0-1 - соответствует крайней импульсивности: внимание ребёнка крайне рассеянно, он не удерживает в памяти ни одного элемента задания, мгновенно переключается с одного на другое, не регулирует своё поведение, целиком подчиняется внутренним импульсам и причудам, проявляет неадекватные эмоциональные реакции и пр. Баллы 0-1 свидетельствуют о крайней неуправляемости, ассоциативности ребёнка.

2 – отражает чрезмерную эмоциональность, неустойчивость, плохую саморегуляцию ребёнка.

3-5 – характеризуют «среднюю» степень импульсивности, внимание недолго удерживается на задании, может забывать отдельные элементы задания, недостаточно внимательно слушает, может иногда проявлять неадекватные эмоциональные реакции.

6-8 – отражают достаточно выраженную рефлексивность: сосредоточенность, усидчивость, вдумчивость, направленность внимание, интровертированность.

9-10 – отражают крайнюю степень рефлексивности: замкнутость на себя и своих внутренних процессах, малый интерес к происходящему вовне, глубокую интроверсию и пр.

Тревожность-спокойствие.

0-1 – отражают крайнее внутреннее напряжение, тревогу, страхи. Весь внутренний мир ребёнка наполнен страхами и тревогами, он боится самостоятельно браться за что-либо, боится сделать первый шаг, демонстрирует параноидальные состояния.

2 – характеризует достаточно высокий уровень внутренней напряженности, тревоги, проявляющейся в суетливых беспорядочных действиях, неадекватных эмоциональных и моторных реакциях (покачивания, тремор, истерики и пр.).

3-5 – отражают «средний» уровень тревожности, достаточную сбалансированность процессов возбуждения и торможения.

6-8 – характеризуют миролюбивость, покладистость, доброжелательность. Иногда могут наблюдаться ситуативные адекватные агрессивные проявления, вызванные неадекватными действиями окружающих.

9-10 – крайнее проявление покладистости: беспрекословное выполнение указаний других, не считаясь со своим мнением и желанием, страх конфликта, конформизм.

Агрессивность – миролюбие.

0-1 – характеризует крайнюю агрессивность ребёнка: он совершает только разрушительные действия по отношению к себе и другим.

2 – отражает высокий уровень агрессивности: ребёнок постоянно задирает других, ругается, дерётся, разрушает, портит всё, что создают другие. Иногда он может быть покладистым, если ему что-то нравится или он чем-то заинтересуется.

3 – 5 – отражают средний уровень агрессивности. Ребёнок ситуативно задирает других, может драться или ругаться, если его «задели». Однако он довольно отходчив, может переключить свое внимание на что-то другое. Идёт на сотрудничество и перемирие.

6 -8 – характеризует миролюбивость, покладистость, доброжелательность. Иногда могут наблюдаться ситуативные адекватные агрессивные проявления, вызванные неадекватными действиями окружающих.

9 10 – крайнее проявление покладистости: беспрекословное выполнение указаний других, не считаясь со своим мнением и желанием, страх конфликта, конформизм.

Мотивация учебной деятельности. Подшкала отражает заинтересованность ребёнка в учебном процессе: нравится ли ребёнку ходить в школу, выполнять учебные задания и пр.

0-2 – полное нежелание ребёнка ходить в школу и учиться, агрессивное отношение к школе и преподавателям, полное отрицание учебного процесса и всего, что с ним связано.

3 – отрицательное отношение ребёнка к школе, учебному процессу, преподавателям и одноклассникам.

4 -7 – характеризуют отношение ребёнка к школе от прохладно-равнодушного до отношения, как необходимости, которую нельзя избежать.

8 -10 – позитивное отношение к школе, положительный эмоциональный и волевой настрой на учебную деятельность, на общение с преподавателями и одноклассниками.

Мотивация трудовой деятельности. Подшкала характеризует отношение ребёнка к труду, как в школе, так и дома.

0 -2 полное нежелание ребёнка трудиться в школе и дома, отвращение к домашним обязанностям, крайняя лень, деструктивное реагирование на призывы выполнять какую-либо работу.

3 – показывает неприязненное отношение к трудовым поручениям, отказ от работы, избегание поручений.

4-7 – достаточно прохладное отношение к трудовой деятельности, желание при первой же возможности «улизнуть» от выполнения задания, выполнение задания «лишь бы отделаться». Ребёнок не получает удовольствия от процесса труда.

8-10 – характеризует положительную мотивацию трудовой деятельности, желанием помогать другим, радость от своего труда, любовь к различным видам трудовой деятельности.

Тенденция к самостоятельности. Шкала отражает желание ребёнка совершать самостоятельные действия.

0-2 – полная беспомощность и дезаптированность ребёнка, страх самостоятельно сделать хотя бы шаг.

3 – беспомощность и несамостоятельность ребёнка, постоянное ожидание помощи со стороны, отказ от самостоятельного выполнения задания.

4-7 – средний уровень самостоятельности ребёнка, выполнение заданий при наличии поддержки и подсказки, опасается самостоятельно исследовать что-то новое, на улице старается держаться поближе к взрослому или тому, кто может его защитить. Пробует выполнять задания самостоятельно при поддержке педагога.

8-10 – высокий уровень самостоятельности ребёнка, желание независимо действовать, тенденция взять на себя «шефство» над более слабыми, помогать тем, кто не способен справиться с ситуацией. Предложение своих творческих решений.

Тенденция к ответственности. Подшкала характеризует уровень ответственности, личностной зрелости ребёнка. В данном аспекте

рассматривается ответственность за себя (за свой внешний вид, состояние здоровья, чувства и поступки), ответственность за других (тех, кто находится в прямой зависимости от ребёнка), за их чувства и действия, ответственность за порученное дело, ответственность за тот кусочек внешнего мира, который его окружает: люди на улице, животные, растения, обстановка и пр.

0-2 – полная безответственность и моральная опустошённость, безразличие к себе и другим, отсутствие значимых других и пр.

3 – низкий уровень ответственности: ребёнку ничего нельзя поручить, он небрежен и неаккуратен, создаёт ситуации, в которых окружающие чувствуют себя крайне дискомфортно, безразличен к общему делу, ему «ни до чего нет дела».

4-7 – средний уровень ответственности. Ребёнок старается быть аккуратным, не совершает деструктивных поступков, помнит о том, что ему поручено и пр.

8-10 – высокий уровень ответственности у ребёнка, он показывает определённую личностную зрелость, ответственность за себя и общее дело, за самочувствие значимых других, сформированное у ребёнка понятие о чести и порядочности, осознание того, что судьба его зависит от собственных действий и поступков.

Тенденция к целенаправленным действиям. По данной подшкале оценивается степень желания ребёнка доводить дела и задания до конца; наличие внутренней тяги к завершённости какого-либо процесса.

Коммуникативность. В данном разделе исследуется общительность ребёнка.

0-2 – полное отсутствие целенаправленных действий, беспорядочность действий, «скользящее внимание».

3 – беспорядочные, часто бесполезные действия, не соответствующие характеру и цели задания.

4-7 – средний уровень целенаправленных действий. Действия ребёнка соответствуют цели задания только тогда, когда он очень заинтересован. В этом случае он даже может довести дело до конца.

8-10 – ребёнок умеет доводить дело до конца, получает удовольствие от проделанной работы и результата. Может выбирать оптимальную стратегию действий и поведения, не переключается с одной работы на другую, не закончив дела.

14. Приложение В

Проективная методика «Кактус» (Панфилова М.А.)

Цель методики: выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Возраст применения: с 4 лет

СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

- Лист бумаги формата А4;
- Набор цветных карандашей.

ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТА

Перед ребёнком кладётся лист бумаги формата А4 и цветные карандаши.

ИНСТРУКЦИЯ

На листе бумаги (формат А4) нарисуй кактус, такой, какой ты его себе представляешь!

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
5. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ТЕСТА

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

- пространственное положение
- размер рисунка
- характеристики линий
- сила нажима на карандаш

Агрессия — наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность — отрывистые линии, сильный нажим

Эгоцентризм, стремление к лидерству — крупный рисунок, в центре листа

Зависимость, неуверенность — маленький рисунок внизу листа

Демонстративность, открытость — наличие выступающих отростков, необычность форм

Скрытность, осторожность — расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса

Оптимизм — использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов

Тревога — использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии

Женственность — наличие украшения, цветов, мягких линий, форм

Экстравертированность — наличие других кактусов, цветов

Интровертированность — изображен только один кактус

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности — наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса

Стремление к одиночеству — изображен дикорастущий кактус, пустынный кактус.

15.Глоссарий:

Жизнестойкость - система убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром.

Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых.

Сопротивляемость - это способность к сопротивлению тому, что ограничивает свободу поведения, свободу выбора, как в отдельных решениях, так и в выборе образа жизни в целом.

Устойчивость - психологический конструкт, означающий сопротивляемость болезни или способность бороться со стрессом.

Эмоциональная устойчивость - неподверженность эмоциональных состояний и процессов деструктивным влияниям внутренних и внешних условий.

Эмоциональная устойчивость — интегральное свойство психики, выражающееся в способности преодолевать состояние излишнего эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности. Эмоциональная устойчивость уменьшает отрицательное влияние сильных эмоциональных воздействий, предупреждает крайний стресс, способствует проявлению готовности к действиям в напряженных ситуациях.

Это один из психологических факторов надежности, эффективности и успеха деятельности экстремальной обстановке. Благодаря эмоциональной устойчивости, как качеству личности, в экстремальных условиях обеспечивается переход психики на новый уровень активности: такая перестройка ее побудительных, регуляторных и исполнительских функций, которая позволяет сохранить и далее увеличить эффективность деятельности.

16.Список используемой литературы

1. Александрова Н.А. Некоторые результаты клинического изучения детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Дефектология. – 2002
2. Коробейников И.А. О концептуальных и практических аспектах диагностики и коррекции умственной отсталости // Социальная и клиническая психиатрия. - 1993
3. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Л. В. Кузнецова, Л. И. Переслени, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. Л. В. Кузнецовой, М. 2002
4. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Л. В. Кузнецова, Л. И. Переслени, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. Л. В. Кузнецовой, М. 2002
5. Лебединская К.С. Степени умственного недоразвития при олигофрении// Отбор детей во вспомогательную школу: Пособие для учителя / Сост.: Т. А. Власова, К. С. Лебединская, В. Ф. Мачихина, М.: Просвещение, 1983
6. Лурия А. Р. Умственно отсталый ребенок, М., 1960
7. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии, СПб., 2001
8. Мозговой В. М., Яковлева И. М., Еремина А. А. Основы олигофренопедагогики. М., 2006
9. Новоселова С. А. Развитие мышления в раннем возрасте, М., 1978
10. Певзнер М.С., «Дефектология», 1981
11. Петрова В.Г., Белякова И.В. Психология умственно отсталого школьника (Олигофренопсихология). - М., 2002
12. Возрастная и педагогическая психология/Под ред. А. В. Петровского, М., 1979
13. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития: Олигофренопедагогика / Под ред. Б.П. Пузанова. - М.: Академия, 2000

14. Рубинштейн С. Я. Психология умственно отсталого школьника: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2111 "Дефектология" 3-е изд., перераб. и доп.-М., 1986
15. Коррекционная работа в процессе обучения и воспитания: Сборник научных работ. / Под ред. М.В. Гаврюной - Л., 2000
16. Методическое пособие «Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании» под ред. Денисова Ю.Н., к.хим.н., профессора - Барнаул, 2014 г.
17. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего:
18. Практическое пособие/пер.с нем. 3-е изд., - М.:Генезис, 2001. 256 с.
19. Цукерман, Г. А., Поливанова, К.Н. Введение в школьную жизнь.
20. Программа адаптации детей к школе. М.: Генезис, 2003. 128с.
21. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. СПб.:Питер, 2006. 426с.

18.Лист согласования

СОГЛАСОВАНО:

Протокол заседания
методического объединения
воспитателей

ГБОУ №8 г.Лабинска

от «___» _____2022г. №

Подпись руководителя МО

Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО:

Зам.директора по ВР
ГБОУ №8 г. Лабинска

от «___» _____2022г.

... Подпись зам.директора Расшифровка подписи