



СЕТЕВОЙ ЖУРНАЛ

ВЕСТНИК

практической психологии образования

2022. Том 19. № 3

Специальный выпуск

THE ONLINE JOURNAL

BULLETIN

of Practical Psychology of Education

2022. Vol. 19, no. 3

Special Issue

СЕТЕВОЙ ЖУРНАЛ

ВЕСТНИК

практической психологии образования

2022. Том 19. № 3

Специальный выпуск

THE ONLINE JOURNAL

BULLETIN

of Practical Psychology of Education

2022. Vol. 19, no. 3

Special Issue

Сетевое издание
«Вестник практической психологии образования»
№ 3 / 2022 г.

Специализированный номер подготовлен в рамках реализации проекта «“Экосистема детства”: апробация системной модели профилактики социальных рисков в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей». Проект поддерживается грантом Департамента труда и социальной защиты г. Москвы (договор № 091-НКО/21 от 21 декабря 2021 г.).

Соучредители:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный психолого-педагогический университет»
Общероссийская общественная организация «Федерация психологов образования России»

Редакционный совет:

Рубцов Виталий Владимирович (председатель)
Алехина Светлана Владимировна
Асмолов Александр Григорьевич
Волкова Елена Николаевна
Дозорцева Елена Георгиевна
Дубровина Ирина Владимировна
Журавлев Анатолий Лактионович
Ключева Татьяна Николаевна
Куприянова Татьяна Викторовна
Марголис Аркадий Аронович
Метелькова Елена Ивановна
Минюрова Светлана Алигарьевна
Олтаржевская Любовь Евгеньевна
Романова Евгения Сергеевна
Семья Галина Владимировна
Удина Татьяна Николаевна
Чаусова Лариса Казимировна
Шадриков Владимир Дмитриевич
Ямбург Евгений Александрович

Редколлегия:

Рубцов Виталий Владимирович (главный редактор)
Алехина Светлана Владимировна (зам. гл. редактора)
Леонова Олеся Игоревна (ответственный секретарь)
Бурлакова Ирина Анатольевна
Вихристюк Олеся Валентиновна
Гани Светлана Вячеславовна
Драганова Оксана Александровна
Егорова Марина Алексеевна
Егоренко Татьяна Анатольевна
Каганер Анна Григорьевна
Крестникова Диана Георгиевна
Озерецкая Татьяна Дмитриевна
Пятаков Евгений Олегович
Сафронова Мария Александровна
Умняшова Ирина Борисовна
Филимонова Симона Владимировна
Шалагинова Ксения Сергеевна
Шведовская Анна Александровна
Шульга Татьяна Ивановна

Адрес редакции: 127051, г. Москва, ул. Сретенка, 29

Тел.: (495) 632-99-70

E-mail: vestnik-psy@mgppu.ru

Сайт: psyjournals.ru и www.rospsy.ru

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации:
серия ЭЛ №ФС77-73461 от 10 августа 2018 года.

Содержание

сетевого журнала

«Вестник практической психологии образования» № 3 / 2022.

От редакции	5
Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством	
<i>Шауберт С.Е.</i> Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Коррекция трудностей в освоении образовательной программы у обучающихся начального общего образования (нейропсихологический подход)»	7
<i>Колесник С.А., Огородникова Н.Е., Шмуйлович Е.В.</i> Программа по профилактике употребления психоактивных веществ «НЕзависимость»	28
Развитие региональных практик психологического сопровождения в образовании и социальной сфере	
<i>Ботова Н.Д.</i> Психолого-педагогическая программа «ГИА: Шаг вперед (режим online)»	52
<i>Савенко Е.И.</i> Сенсорный мир на кончиках пальцев	73
<i>Замяткина И.М.</i> Программа профилактики отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития «Красота внутри меня»	90
Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды	
<i>Дегтярева Л.И., Тиндетникова Е.Г., Луцкая М.Е.</i> Психолого-педагогический консилиум как обязательный компонент психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивном образовании	111
<i>Иванова Е.С., Можейко А.В., Паршукова С.В.</i> Профилактическая психолого-педагогическая программа «#Хочу. #Могу. #Развиваюсь. Stop выгоранию»	134
<i>Карманова М.Н., Козырева Е.С.</i> «Игробург»: коррекционно-развивающая программа по развитию высших психических функций у дошкольников с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов	155
О журнале	175
Для авторов	176

Content

the online journal

“Bulletin of Practical Psychology of Education”, 2022. Vol. 19, no. 3.

From the Editor	5
Scientific Validity of the Practices of Psychological and Pedagogical Work with Childhood Implemented in the Education System	
<i>Svetlana E. Shaubert</i> Additional General Educational Developmental Program “Correction of Difficulties in Mastering the Educational Program for Students of Primary General Education (Neuropsychological Approach)”	7
<i>Svetlana A. Kolesnik, Natalia E. Ogorodnikova, Elena V. Shmuylovich</i> Program on the Prevention of Substance Use “Independence”	28
Development of Regional Psychological Support Practices in Education and Social Sphere	
<i>Natalya D. Botova</i> Psychological and Pedagogical Program “State Final Attestation: Step Forward (Online Mode)”	52
<i>Elena I. Savenko</i> Sensory World at Your Fingertips	73
<i>Irina M. Zamyatkina</i> Program of Prevention of Deviant Behavior in Adolescents with Mental Delay “Beauty Is inside Me”	90
Axiological and Person-Oriented Basis for Cooperation and Interaction of Subjects of the Educational Environment	
<i>Lyudmila I. Degtyareva, Elena G. Tindetnikova, Maria E. Lutskaya</i> Psychological and Pedagogical Consilium as a Mandatory Component of Psychological and Pedagogical Support of Children with Disabilities in Inclusive Education	111
<i>Elena S. Ivanova, Anna V. Mozheiko, Sofya V. Parshukova</i> Preventive Psychological and Pedagogical Program “#Iwant. #Ican. #Idevelop. Stop Burnout”	134
<i>Maria N. Karmanova, Elena S. Kozyreva</i> “Igroburg”: Correctional and Developmental Program on the Development of Higher Mental Functions in Preschoolers with Disabilities through the Interaction of Specialists	155
About the Journal	175
For Authors	176

От редакции

From the Editor

Данный выпуск сетевого журнала «Вестник практической психологии образования» посвящен обсуждению вопросов, связанных с профилактической работой специалистов психологических служб образовательных организаций, а также учреждений социальной сферы, обеспечивающих создание благоприятных условий образовательной среды, предупреждение психологических трудностей в развитии и социальной адаптации обучающихся и воспитанников, психологического неблагополучия, формирование и поддержание здорового образа жизни обучающихся, развитие личностных ресурсов, системы убеждений и ценностно-смысловых установок, повышение психологической защищенности, проработку психологической травмы.

Рубрика «Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством» описывает опыт экспериментальной апробации программы коррекции трудностей в освоении образовательной программы у обучающихся начального общего образования, разработанной на основе нейропсихологического подхода, а также представляет сведения о практической реализации профилактической программы, направленной на вторичную профилактику употребления психоактивных веществ у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Во второй рубрике номера «Развитие региональных практик психологического сопровождения в образовании и социальной сфере» обоснована эффективность программы психопрофилактической помощи выпускникам в русле формирования компетенций, способствующих обеспечению психологической готовности школьников к государственной итоговой аттестации «ГИА: Шаг вперед (режим online)»; программы «Сенсорный мир на кончиках пальцев», направленной на снижение у слабовидящих и слепых обучающихся психоэмоционального напряжения, на их обучение навыкам психологической саморегуляции в условиях сенсорной комнаты; программы «Красота внутри меня», посвященной вопросу профилактики отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития с применением комплекта игрового развивающего и реабилитационного оборудования «Мозартика».

Третья рубрика «Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды» включает три статьи:

«Психолого-педагогический консилиум как обязательный компонент психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивном образовании» — авторами подтверждена эффективность реализации комплекса мер, направленных на повышение психолого-педагогической компетентности руководителей, педагогов и специалистов психолого-педагогического сопровождения инклюзивных школ;

«Профилактическая психолого-педагогическая программа «#Хочу. #Могу. #Развиваюсь. Stop выгоранию» — разработчики обосновали применение программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами, направленной на предупреждение эмоционального выгорания, личностных и профессиональных деформаций педагогических работников;

«Игробург»: коррекционно-развивающая программа по развитию высших психических функций у дошкольников с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов», в которой подтверждена важность реализации комплексного подхода, стратегий поддержки и помощи родителям и педагогам во взаимодействии с детьми с ОВЗ в процессе игровой деятельности.

В основу статей специализированного номера положены программы-победители и призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде, проведенного на базе общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России», развивающие научно-практические результаты выполнения проекта «Экосистема детства»: апробация системной модели профилактики социальных рисков в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».

***Олеся Игоревна Леонова**, канд. психол. наук, руководитель Федерального центра научно-методического сопровождения педагогических работников на базе Московского государственного психолого-педагогического университета, исполнительный директор общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»*

***Евгений Олегович Пятаков**, редактор сетевого журнала «Вестник практической психологии образования»*

Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством

Scientific Validity of the Practices of Psychological and Pedagogical Work with Childhood Implemented in the Education System

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Коррекция трудностей в освоении образовательной программы у обучающихся начального общего образования (нейропсихологический подход)»

Шауберт С.Е.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» (ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»), г. Екатеринбург, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7729-3604>, e-mail: shaubert.s@rambler.ru

В статье представлено описание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы работы с детьми в возрасте от 7 до 10 лет, имеющими трудности в освоении образовательной программы, на основе методов нейропсихологической коррекции. Автор выделяет типы трудностей, в отношении которых подтверждена эффективность программы: трудности, связанные с недостатками формирования сложных по структуре и многоуровневых по организации двигательных навыков письма и чтения, трудности, обусловленные особенностями формирования когнитивного компонента навыков письма, чтения и вычислительных умений, а также трудности, связанные с недостатками в формировании регуляторного компонента навыков письма, чтения и вычислительных умений. Программа направлена на гармонизацию развития высших психических функций с целью преодоления трудностей в освоении образовательной программы. Оценка качества программы проведена на основе количественных и качественных показателей по результатам психодиагностического обследования, наблюдения, опроса детей и родителей.

Ключевые слова: *нейропсихологическая коррекция, профилактика трудностей в обучении, развитие психофизиологических структур, дифференциальная нейропсихология детского возраста.*

Для цитаты: Шауберт С.Е. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Коррекция трудностей в освоении образовательной программы у обучающихся начального общего образования (нейропсихологический подход)» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 7–27. DOI:10.17759/bppe.2022190301

Additional General Educational Developmental Program “Correction of Difficulties in Mastering the Educational Program for Students of Primary General Education (Neuropsychological Approach)”

Svetlana E. Shaubert

*Center of Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance “Lado”, Yekaterinburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7729-3604>, e-mail: shaubert.s@rambler.ru*

The article provides a description of the additional general educational developmental program of work with children aged 7 to 10 years who have difficulties in mastering the educational program based on methods of neuropsychological correction. The author identifies the types of difficulties in relation to which the effectiveness of the program has been confirmed: difficulties associated with the shortcomings in the formation of complex in structure and multi-level organization of motor skills of writing and reading, difficulties due to the peculiarities of the formation of the cognitive component of writing, reading and computational skills, as well as difficulties, associated with shortcomings in the formation of the regulatory component of writing, reading and computing skills. The program is aimed at harmonizing the development of higher mental functions in order to overcome difficulties in mastering the educational program. The evaluation of the quality of the program was carried out on the basis of quantitative and qualitative indicators based on the results of a psychodiagnostic examination, observation, and a survey of children and parents.

Keywords: *neuropsychological correction, prevention of learning difficulties, development of psychophysiological structures, differential neuropsychology of childhood.*

For citation: Shaubert S.E. Additional General Educational Developmental Program “Correction of Difficulties in Mastering the Educational Program for Students of Primary General Education (Neuropsychological Approach)”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 7–27. DOI:10.17759/bppe.2022190301 (In Russ.).

Актуальность и перспективность программы

Своевременная ранняя диагностика и профилактика трудностей в обучении помогает предотвратить складывание и закрепление у детей стихийных, не всегда адекватных способов компенсации недостатков в функционировании тех или иных познавательных функций, еще не закончивших свое формирование.

Коррекция трудностей в освоении образовательной программы обучающихся начального общего образования достаточно актуальная проблема в современной педагогике и психологии. Исследования авторов (Б.Г. Ананьев, Т.В. Ахутина, Л.С. Выготский, Дж. Варгас, И.В. Дубровина, М.М. Безруких, Н.В. Дубровинская, Н.П. Локалова, Р.И. Лалаева и др.) позволяют утверждать, что именно младший школьный возраст является сензитивным для развития основных психофизиологических структур, позволяющих преодолевать эти трудности.

В целом можно выделить три группы трудностей:

- первая группа трудностей связана с недостатками формирования сложных по структуре и многоуровневых по организации двигательных навыков письма и чтения (нестабильность графических форм, отсутствие связанных движений при письме, низкий уровень понимания читаемого, очень медленный темп и т. п.);
- вторая группа трудностей обусловлена особенностями формирования когнитивного компонента навыков письма, чтения и вычислительных умений (замена букв, близких по акустическим или артикуляционным признакам, пропуски букв, недописывание слов и предложений, трудности понимания слов, незнание отношений между смежными числами, трудности перехода из конкретного плана в абстрактный план, неумение решать задачи);
- третья группа трудностей связана с недостатками в формировании регуляторного компонента навыков письма, чтения и вычислительных умений. Конкретная психологическая причина, лежащая в основе этой группы трудностей, состоит в несформированности процессов самоконтроля и саморегуляции.

Проблему индивидуального подхода и качественного анализа особенностей развития ребенка можно успешно решить с помощью дифференциальной нейропсихологии детского возраста (Т.В. Ахутина, Ж.М. Глозман, Н.М. Пылаева), основной задачей которой является исследование индивидуальных различий в формировании психических функций на разных этапах онтогенеза. Синдромный анализ состояния ВПФ как базовый методический прием работы используется в отношении детей школьного возраста и позволяет выделить основные типы и варианты развития и отклонений в развитии психических функций у детей в связи с особенностями формирования мозга (А.Р. Лурия). На основании дифференцированной и системной нейропсихологической диагностики, не ограничивающейся выявлением слабых звеньев в развитии ребенка, но определяющей зону его ближайшего развития (в понимании этого термина Л.С. Выготским), может быть построена своевременная программа коррекционно-развивающих занятий.

Так, например, исходя из основных трудностей в освоении образовательной программы, Л.С. Цветкова предлагает проводить обследование детей младшего школьного возраста, учитывая следующие особенности:

- *предметные действия* — тесты на все виды праксиса, и особенно динамического, позы и пространства;
- *восприятие* (разной модальности) и особенно — речевой слух, предметно-зрительное восприятие и тактильное восприятие предметов;
- *память* — общая (непосредственная и отсроченная), слухоречевая, предметно-зрительная;
- *внимание* — о его состоянии делается вывод на основании предыдущих видов деятельности ребенка;
- *речь* — изучается педагогом в процессе всего обследования, т. к. во всех тестах можно обнаружить состояние понимания речи (инструкций), диалогической речи, состава лексики и

фразовой речи. Специально нужно исследовать фонематический слух, повторение, называние предметов и слов-действий, спонтанную речь (описание картинки, у старших детей — устное сочинение, текст — «расскажи, как провел лето» и др.);

- *интеллект* — простые тесты на аналогии, классификацию предметных картинок, классификацию (разложить по группам) всех предметов, которые лежат на столе (находятся в комнате);
- во время игры исследуется и ориентировка ребенка в месте и времени: какое сегодня число (месяц, год), а где ты сейчас находишься и т. д.

По мнению Т.В. Ахутиной, необходимо внедрение нейропсихологического подхода к коррекции трудностей в обучении. Данный подход позволит решить следующие задачи:

- выявлять сильные и слабые компоненты высших психических функций ребенка;
- предсказывать, до какой степени особенности обработки информации будут влиять на развитие психических функций и обучение;
- строить гипотезы об эффективных стратегиях коррекционного воздействия.

Уникальность данной программы состоит в комплексном подходе к коррекции, занятия учитывают работу по всем трудностям развития высших психологических функций с точки зрения нейропсихологического подхода, в то время как другие программы задевают только одну область. Например, только трудности в переработке зрительной и слуховой информации либо работа только с двигательной и пространственной организацией.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для развития и коррекции высших психических функций для преодоления трудностей в освоении образовательной программы обучающимися.

Задачи:

- повышение работоспособности, устойчивости внимания, повышение уровня развития мнестических процессов;
- повышение уровня развития функций программирования и контроля;
- устранение трудностей переработки слуховой и зрительной информации;
- повышение уровня развития пространственных представлений;
- улучшение развития двигательной и графомоторной сферы.

Нормативно-правовые основания программы

Нормативно-правовой основой для разработки данной программы явились следующие нормативно-правовые акты: Конвенция ООН о правах ребенка; Конституция Российской Федерации; Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); План основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства» (утвержден распоряжением Правительства РФ от 06.07.2018 № 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства»); Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 № ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»; методические рекомендации Министерства просвещения РФ «Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях», Устав государственного бюджетного учреждения Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Лад» (утвержден приказом Министерства общего и профессионального образования).

Практическая направленность

При отборе содержания и его организации мы опирались на основные принципы коррекционно-развивающей работы:

- принцип научности;
- принцип комплексности (организация воздействия на различных уровнях социального пространства, семьи и личности);
- принцип системности;
- принцип последовательности;
- принцип адресности, дифференцированности (учета индивидуальных характеристик);
- принцип личной заинтересованности и ответственности участников;
- принцип максимальной активности личности.

Продолжительность, форма и количество занятий

Работа по программе начинается с индивидуальной психодиагностики ребенка на предмет развития высших психических функций (определения нейропсихологических индексов), анкетирования родителей на предмет наличия тех или иных трудностей в освоении образовательной программы.

Групповые занятия педагога-психолога проводятся 2 раза в неделю по 60 минут. Программа предполагает проведение 24 занятий, в течение 3 месяцев.

Каждое занятие представляет собой комплекс упражнений, направленных на развитие соответствующих нейропсихологических показателей, и состоит из следующих компонентов.

1. Ритуальное приветствие.
2. Блок развития серийной организации движений и действий.
3. Блок развития регуляции и контроля деятельности.
4. Блок развития переработки кинестетической / зрительной / пространственной информации.
5. Блок развития мышления.
6. Блок развития переработки слуховой информации, речи.
7. Блок развития мнестических процессов.
8. Ритуальное прощание.

Помимо групповой работы с детьми необходимо проведение консультативных мероприятий для родителей, педагогов с целью закрепления достигнутых на занятиях результатов.

Требования к результату освоения детьми программы, система оценок результатов

Предполагаемым результатом работы по данной программе является гармонизация развития высших психических функций с целью преодоления трудностей в освоении образовательной программы.

Оценка качества освоения программы будет определяться системой количественных и качественных показателей, которые могут быть замерены или отслежены с помощью диагностических процедур, наблюдения, опроса детей и родителей. К числу таких показателей будут относиться изменения в показателях нейропсихологических индексов в соответствии с проведенными нейропсихологическими пробами.

Данные о практической апробации программы

Апробация программы проводилась на обучающихся 2 коррекционного класса г. Полевского на базе ГБУ СО ЦППМСП «Ладо» в период с июля по сентябрь 2019 года. Всего в апробации приняло участие 12 обучающихся.

Оценка эффективности программы основывалась на результатах контрольной диагностики контрольной и экспериментальной выборочных совокупностей и их сравнении до и после формирующего эксперимента с помощью методов математико-статистической обработки данных. На этапе контрольного эксперимента был использован тот же диагностический инструментарий, что и на этапе констатирующего эксперимента. Опишем эмпирические результаты по измеряемым параметрам в экспериментальной и контрольной группах после экспериментального воздействия.

В результате повторного исследования развития высших психических функций в экспериментальной группе были получены следующие данные (рис. 1).

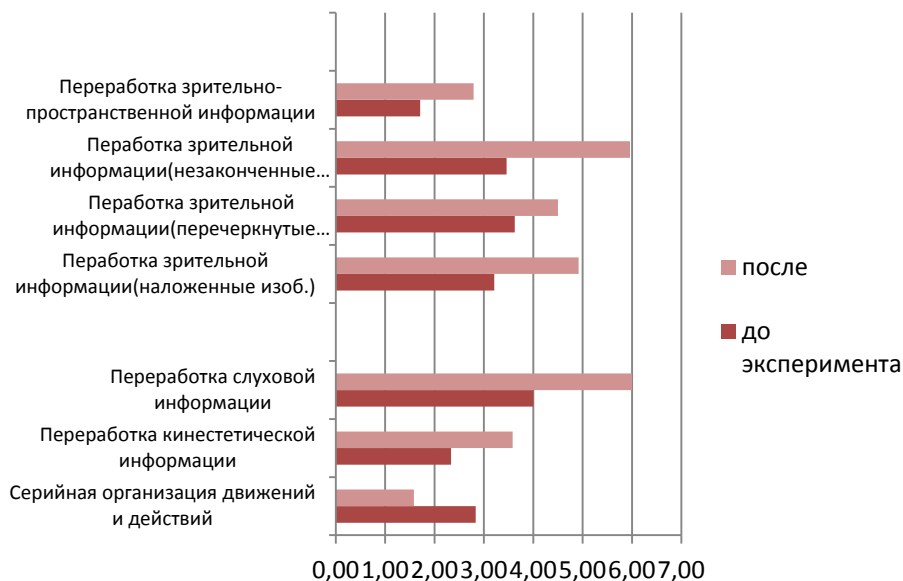


Рис. 1. Результаты проб (средний балл) в экспериментальной группе до и после проведения эксперимента.

Показатели проб разнятся до и после эксперимента. Так, средний показатель графической пробы изменился с 2,83 до 1,58 — что говорит о положительных изменениях в развитии серийной организации движений и действий.

Среднее время выполнения пробы «таблицы Шульте» сократилось с 63 сек. до 53 сек., что означает развитие контроля и регуляции деятельности (рис. 2).

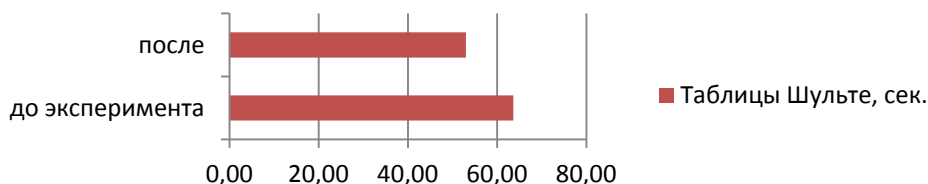


Рис. 2. Показатели программирования, регуляции и контроля деятельности в экспериментальной группе до и после проведения эксперимента

Средний показатель пробы «праксис позы пальцев» вырос с 2,33 до 3,58. Обучающиеся легче справлялись с заданием, делали меньше ошибок, что говорит о развитии возможностей переработки кинестетической информации.

В переработке слуховой информации также заметны положительные изменения. Средний балл по пробе «воспроизведение оценка ритмов» возрос с 4,0 до 6,0, а показатели по пробе «слухоречевая память» — с 10,8 до 13,7 (рис. 3). Дети легче стали воспринимать инструкцию на слух, понимать материал, представленный только вербальным методом.

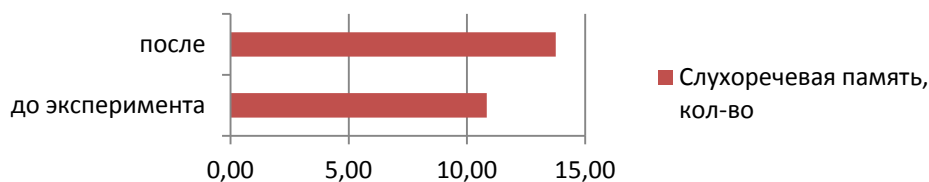


Рис. 3. Показатели переработки слуховой информации в экспериментальной группе до и после проведения эксперимента

Переработка зрительной информации оценивалась по результатам трех проб: опознание перечеркнутых изображений, опознание наложенных изображений, опознание незаконченных изображений. Увеличилось количество правильно опознанных изображений во всех трех пробах. Таким образом, мы наблюдаем развитие возможности переработки зрительной информации.

В показателях пробы «конструктивный праксис» произошли положительные изменения со среднего балла 1,7 до 2,7. Переработка зрительно-пространственной информации хоть и вызывает трудности у обучающихся, но уже достигла возрастной нормы.

Проведено повторное анкетирование родителей. Хотя 100% родителей и отмечают, что трудности в освоении образовательной программы детей все же остаются, однако характер этих трудностей стал менее выражен. Так, до эксперимента 42% родителей отмечали, что сталкиваются с трудностями часто, а 34% — очень часто. После эксперимента — часто встречаются с трудностями 25% опрошенных, а очень часто 20%. Самостоятельное письмо теперь вызывает трудности у 45% детей (до эксперимента у 75%), с письмом под диктовку дети стали справляться лучше (до эксперимента 50% испытывали трудности, после 20%). Улучшилось качество чтения детей — до эксперимента 75% родителей отмечали трудности в чтении длинных текстов вслух, после формирующего эксперимента такие сложности отмечают 45%. В работе с числами анкетирование родителей также показывает положительные изменения. Также родители отмечают, что дети стали более усидчивыми, внимательными.

В контрольной группе на этапе формирующего эксперимента коррекционно-развивающие занятия с младшими школьниками не проводились, но статистически незначимые изменения в результатах повторной диагностики наблюдаются.

Появление в контрольной группе таких незначительных изменений можно объяснить естественным развитием высших психических функций, а также тем, что задания при проведении психодиагностического исследования были аналогичные первичной диагностике и, вероятно, мог проявиться эффект тренировки.

Проанализировав полученные результаты в экспериментальной группе, можно сделать вывод о том, что после формирующего эксперимента, направленного на развитие высших психических функций, наблюдается положительная динамика.

Проверка значимости различий в контрольной и экспериментальной группах после формирующего эксперимента осуществлялась посредством использования U-критерия Манна — Уитни (табл. 1).

В результате компьютерной обработки полученные значения свидетельствуют, что различия достоверны на уровне статистической значимости, равном $p \leq 0,01$, при $N_1=12$, $N_2=12$. То есть выборки по уровню данного признака статистически достоверно отличаются. Следовательно, в результате статистического анализа данных, полученные значения свидетельствуют о существенных отличиях между контрольной и экспериментальной группами по всем рассматриваемым показателям на этапе повторной диагностики. Таким образом, можно говорить об эффективности выбранных форм, методов и средств, используемых в рамках программы нейропсихологической коррекции трудностей в освоении образовательной программы младших школьников.

Табл. 1. Результаты математической обработки по критерию U Манна — Уитни. Повторная диагностика

Наименование пробы	U Манна — Уитни	Средний ранг	
		Контрольная группа	Эксперимент. группа
Графическая проба	20,25	8,2	16,7
Таблицы Шульце	30	9	16
Праксис позы пальцев	31	15,9	9
Воспроизведение и оценка ритмов	14,5	17,3	7,7
Слухоречевая память	16	17,2	7,8
Опознавание наложенных изображений	19	17	8
Опознавание перечеркнутых изображений	37	15,4	9,6
Опознавание незаконченных изображений	20	16,8	8
Конструктивный праксис	10	17,7	7,3

С целью оценки достоверности сдвига в уровнях развития высших психических функций младших школьников до и после формирующего эксперимента использовался непараметрический Т-критерий Вилкоксона.

Статистически значимые сдвиги зафиксированы по всем исследуемым параметрам в экспериментальной группе, в контрольной группе выявлены статистически значимые изменения по показателям пробы «Воспроизведение и оценка ритмов».

Следовательно, формирующий эксперимент в форме апробации программы нейропсихологической коррекции трудностей в освоении образовательной программы в экспериментальной группе привел к значимым изменениям по всем исследуемым показателям. В соответствии с полученными результатами на этапе контрольного эксперимента можно заключить, что программа нейропсихологической коррекции трудностей в освоении образовательной программы у младших школьников, предполагающая:

- повышение работоспособности, устойчивости внимания, повышение уровня развития мнестических процессов,
- повышение уровня развития функций программирования и контроля,
- устранение трудностей переработки слуховой и зрительной информации,
- повышение уровня развития пространственных представлений,
- улучшение развития двигательной и графомоторной сферы,

доказала свою эффективность.

Структура и содержание занятий

Программа состоит из игр и упражнений, направленных на развитие ВПФ.

Каждое занятие состоит из: ритуального приветствия, основной части (упражнения по 6 основным блокам), ритуального прощания.

Методы, используемые при реализации программы. При реализации данной программы использованы методы нейропсихологической коррекции:

- двигательные упражнения;
- сенсорные упражнения;
- упражнения, направленные на развитие мышления;
- мнестические упражнения;
- ритмические упражнения;
- графические диктанты;
- упражнения, направленные на развитие способности переработки зрительной / слуховой / кинестетической информации.

Учебно-тематический план программы

№	Название раздела, темы	Количество времени			Формы аттеста- ции / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Блок развития серийной организации движений и действий	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование
2	Блок развития регуляции и контроля деятельности	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование
3.	Блок развития переработки кинестетической / зрительной / пространственной информации	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование
4	Блок развития мышления	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование
5	Блок развития переработки слуховой информации, речи	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование
6	Блок развития мнестических процессов	4 ч	–	4 ч	диагностическое обследование, анкетирование

Требования к условиям реализации программы

Для реализации программы использованы методические пособия по коррекционно-развивающей работе, сборники упражнений, диагностические сборники (В.С. Колганова, Е.В. Пивоварова, Т.В. Ахутина, А.В. Семенович). Пособия представлены в списке литературы.

Для обеспечения реализации программы необходимо помещение, оборудованное мебелью и освещением (стол, стулья), а также оборудованная сенсорная комната (музыкальный центр, кресла для релаксации, светоприборы и др.).

Критерии ограничения и противопоказания к участию в освоении программы

Показанием к работе по данной программе являются все случаи трудностей в освоении образовательной программы при отсутствии следующих противопоказаний:

- психические заболевания, протекающие с расстройством сознания, актуальными бредовыми идеями и резким возбуждением (в стадии обострения);
- выраженные нарушения двигательных функций, приводящие к невозможности самообслуживания и самостоятельного передвижения больных;
- грубые расстройства слуха и зрения, препятствующие коррекционному процессу;
- противопоказанием к двигательным упражнениям может быть поставленный врачебный диагноз, в котором не рекомендуются физические нагрузки (послеоперационный период, обострение сердечно-сосудистых заболеваний, острое психотическое состояние и др.).

Примерное содержание занятий

Занятие 1.

1. *Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».*

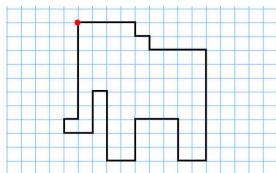
Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой», — и показывает невербально свое состояние. Остальные дети говорят: «Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой», копируют его жесты, мимику, позу.

В игре должен принять участие каждый ребенок. В заключение дети берутся за руки и хором говорят: «Здравствуйте все!»

2. Упражнение «Вверх-вниз, влево-вправо». Знакомство с теннисным мячом.

Каждый ребенок берет по теннисному мячу и встает в круг, по команде педагога выполняет необходимое действие: «вверх» — подбросить мяч и поймать, проследив за ним глазами, «вниз» — бросить мяч в пол, поймать, проследив глазами, «влево-вправо» — передать по направлению в круге другому ребенку свой мяч.

3. Графический диктант «Слон».



Отступить 1 клетку вправо.
4 право; 1 низ; 1 право; 1 низ; 4 право;
8 низ; 2 лево; 3 верх; 3 лево; 3 низ;
2 лево; 5 верх; 1 лево; 3 низ; 2 лево;
1 верх; 1 право; 7 верх.

4. Упражнение «Постучи, как я». Воспроизведение ритмов.

Выполняются ритмы, задаваемые педагогом.

5. Упражнение «Анаграммы».

Решите анаграммы (слова с перепутанными буквами) и исключите лишнее слово, например:

- ААЛТЕРК КОЖАЛ ДМОНЧЕА ШКААЧ (ответ: чемодан, т. к. все остальные — посуда);
- НИАВД СЕОТТ СЛОТ ЛЕКСОР (ответ: тесто, т. к. все остальное — мебель);
- ЖААРЬ ТЯХА НУССКА КОДАЛ (ответ: скунс, т. к. остальные — типы судов);
- АТСЕН ТИВОНОКР РАКЫШ КООН (ответ: воротник, т. к. остальные — части дома).

6. Упражнение «Знакомство со звуками».

Послушайте звуки природы, транспорта, домашние звуки. Дети должны определить, какова природа этих звуков.

7. Упражнение «Шапка-невидимка».

В течение трех секунд надо запомнить все предметы, собранные под шапкой, которая на это время поднимается, а затем перечислить их.

8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

Все дети дружно встают в круг, протягивают вперед левую руку «от сердца, от души» (получается пирамида из ладонек) и говорят традиционные слова: «Раз, два, три, четыре, пять — скоро встретимся опять!»

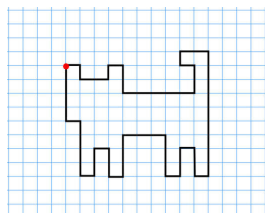
Занятие 2.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «Животный мяч».

У каждого ребенка теннисный мяч, одна рука находится на уровне живота раскрытой ладонью вверх. Задача ребенка попасть мячом в руку, которая находится на животе, опустив его второй рукой, находящейся на уровне глаз. Мяч необходимо отслеживать глазами. 10 попаданий.

3. Графический диктант «Кот».



Отступить 1 клетку вправо.
1 право; 1 низ; 2 право; 1 верх; 1 право;
2 низ; 5 право; 2 верх; 1 лево; 1 верх;
2 право; 9 низ; 1 лево; 2 верх; 1 лево;
2 низ; 1 лево; 3 верх; 3 лево; 3 низ;
1 лево; 2 верх; 1 лево; 2 низ; 1 лево;
4 верх; 1 лево; 4 верх.

4. Упражнение «Рисунки и буквы на спине и на ладонях».

Дети рисуют пальцем на спине и ладонях друг друга одну из знакомых фигур (треугольник, круг, квадрат и т. д.). Необходимо угадать, какая фигура нарисована. Рисуем сначала на правой, а потом на левой руке, рисуя на обеих сторонах кисти.

5. Упражнение «Говори наоборот».

Педагог говорит слова, а детям необходимо вспомнить слово «наоборот». Ход проведения: большой — маленький, толстый — тонкий, черный — белый, горячий — холодный, пустой — полный, легкий — тяжелый, чистый — грязный, больной — здоровый, ребенок — взрослый, огонь — вода, сильный — слабый, веселый — грустный, красивый — безобразный, трус — храбрец.

6. Упражнение «Поймай звук».

Педагог произносит слова — такие, в которых есть звук «а» и нет, дети должны хлопнуть в ладоши, когда услышат «а».

Слова: мак, парус, стол, сани, валенки, лимон, краски, кино, альбом, сапоги, книга.

Педагог произносит слова — такие, в которых есть звук «а» и нет, дети должны хлопнуть в ладоши, когда услышат «а», — также необходимо сказать, в какой части слова он стоит.

Слова: аист, август, стена, игра, осень, пенал, ластик, садик, перо, полоса, телефон, телеграф.

7. Упражнение «Восстанови порядок».

Необходимо приготовить 5–10 игрушек (предметов), разложить их в случайном порядке. Предложите детям запомнить их расположение (15–20 с). Затем дети отворачиваются, а педагог меняет несколько игрушек (предметов) местами. Дети должны восстановить все в первоначальном виде (возможна работа в парах).

8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

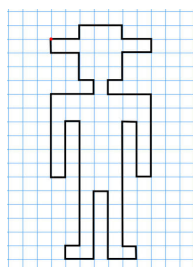
Занятие 3.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «Сверху вниз».

У каждого ребенка теннисный мяч, задача ребенка перебрасывать мяч из руки в руку, начиная с верха тела (над головой) и заканчивая на уровне живота. Перебрасывать необходимо как сверху вниз, так и передвигая руки снизу вверх. В усложненном варианте следим глазами за мячом.

3. Графический диктант «Человек».



Отступить 1 клетку вниз.
2 право; 1 верх; 3 право; 1 низ; 2 право;
1 низ; 2 лево; 2 низ; 1 лево; 1 низ;
3 право; 6 низ; 1 лево; 4 верх; 1 лево;
9 низ; 1 право; 1 низ; 2 лево; 5 верх;
1 лево; 5 низ; 2 лево; 1 верх; 1 право;
9 верх; 1 лево; 4 низ; 1 лево; 6 верх;
3 право; 1 верх; 1 лево; 2 верх; 2 лево;
1 верх.

4. Упражнение «Ощупывание фигурок, букв и цифр, различных по форме и размеру».

Необходимо взять объемные или вырезать из наждачной или бархатной бумаги фигуры (буквы, цифры) различной формы (звездочку, кружок, треугольник, квадрат и т. д.) и величины (большие и маленькие). Нарисовать такие же фигурки на листе бумаги. Попросите детей:

- на ощупь опознать фигуру и, не глядя, найти такую же среди других фигурок этой же, затем другой рукой. Затем смените руки;

- с закрытыми глазами ощупать фигуру, а затем, открыв глаза, указать на нее в ряду нарисованных;
- одной рукой ощупать фигурку, а затем нарисовать ее в воздухе или на листе бумаги сначала той же, а потом другой рукой.

5. Упражнение «Нелогичные ассоциации».

Дайте детям несколько слов, логически не связанных между собой: книга, цветок, сосиска, мыло. Предложите им попробовать найти ассоциации, которые бы связывали эти слова. Пусть они фиксируют первые пришедшие на ум ассоциации. Постарайтесь дать простор их воображению, не ограничивайте их рамками логичных ассоциаций. В результате должна получиться маленькая история.

6. Упражнение «Слова со звуком “и”».

Детям предлагается назвать слова, в которых есть звук «и». Далее называются слова со звуком «и» в начале, середине, конце слова. Посмотрите вокруг, в названиях каких предметов есть звук «и».

7. Упражнение «Запомни порядок».

Дети встают полукругом; задача ведущего ребенка — запомнить порядок расположения детей. Первый вариант — он отворачивается и называет детей по порядку; второй вариант — педагог изменяет порядок, переставляя не более трех-пяти детей, а ребенок его восстанавливает.

8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

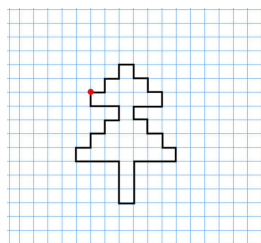
Занятие 4.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «Коготки».

У каждого ребенка по два теннисных мяча, задача ребенка резким движением кисти отпустить и тут же поймать мяч. Упражнение выполняется на уровне груди. По 10 повторений — правой, левой рукой, двумя руками (если ребенок справляется одной рукой).

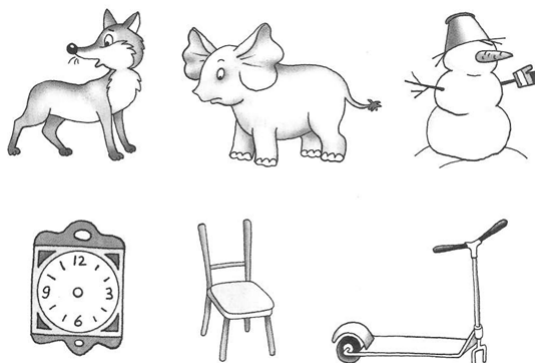
3. Графический диктант «Елка».



Отступить 2 клетки вправо и 1 вниз.
1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх; 1 право;
1 низ; 1 право; 1 низ; 1 право; 1 низ;
2 лево; 1 низ; 1 право; 1 низ; 1 право;
1 низ; 1 право; 1 низ; 3 лево; 3 низ;
1 лево; 3 верх; 3 лево; 1 верх; 1 право;
1 верх; 1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх;
2 лево; 1 верх.

4. Упражнение «Чего здесь не хватает?».

Внимательно посмотрев на изображение предмета с недостающими деталями, ребенку надо найти и исправить (дорисовать) «ошибки художника».



5. Упражнение «Найди общее слово».

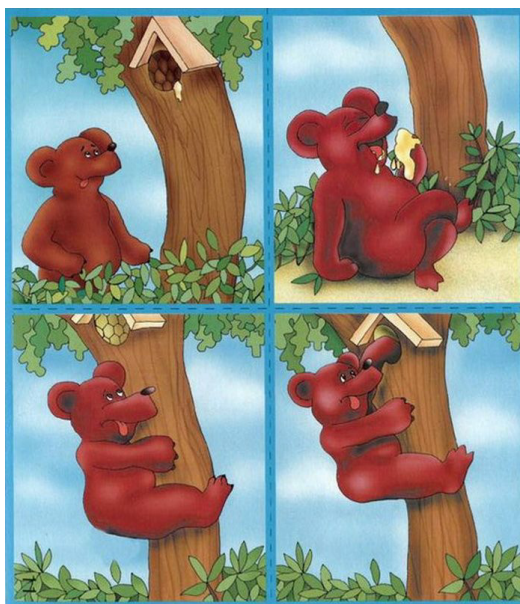
В этом задании содержатся слова, которые объединены общим смыслом. Этот их общий смысл нужно постараться передать одним словом. Упражнение направлено на развитие такой функции, как обобщение, а также способности к абстракции.

Каким общим словом можно назвать следующие слова:

- Вера, Надежда, Любовь, Елена;
- а, б, с, в, н;
- стол, диван, кресло, стул;
- понедельник, воскресенье, среда, четверг;
- январь, март, июль, сентябрь.

6. Упражнение «Составь рассказ».

Глядя на картинки, детям необходимо составить последовательный рассказ, что происходит (разложить картинки в ряд).



7. Упражнение «Повтори фигуру».

Детям раздаются счетные палочки, педагог на несколько секунд показывает фигуры, которые он выполнил с помощью палочек, задача детей повторить увиденное.

8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

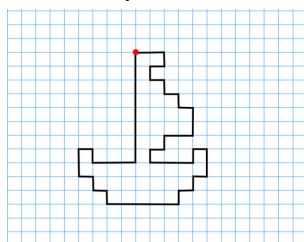
Занятие 5.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «Крест-накрест».

У каждого ребенка теннисный мяч, задача ребенка кидать мяч в пол наперекрест (например, левой рукой к правой ноге), затем поймать. По 10 повторений — правой, левой рукой.

3. Графический диктант «Кораблик».



Отступить 4 клетки вправо.
2 право; 1 низ; 1 лево; 1 низ; 1 право;
1 низ; 1 право; 1 низ; 1 право; 2 низ;
2 лево; 1 низ; 1 лево; 1 низ; 3 право;
1 верх; 1 право; 2 низ; 1 лево; 1 низ;
1 лево; 1 низ; 5 лево; 1 верх; 1 лево;
1 верх; 1 лево; 2 верх; 1 право; 1 низ;
3 право; 8 верх.

4. Упражнение «Письмо в воздухе».

Психолог рисует в воздухе перед ребенком различные фигуры, буквы, цифры и т. д., которые он должен опознать и назвать.

5. Игра «Какое что бывает?».

Взрослый задает вопросы, а дети отвечают. Примеры:

- Что бывает высоким? (дерево, столб, человек, дом). Здесь уместно спросить, что выше — дерево или дом; человек или столб.
- Что бывает длинным (коротким)?
- Что бывает широким (узким)?
- Что бывает круглым (квадратным)?

6. Упражнение «Составь рассказ».

Глядя на картинки, детям необходимо составить последовательный рассказ, что происходит (разложить картинки в ряд).



7. Упражнение «Магазин».

Дети делятся на пары. Один из них посылает другого в «магазин» и просит запомнить все предметы, которые надо купить. Начинают с одного-двух предметов, постепенно увеличивая их количество до пяти-семи. Магазины могут быть разными: «Булочная», «Молоко», «Игрушки» и любые другие.

8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

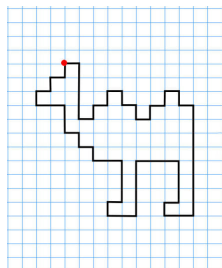
Занятие 6.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «Поймай боком».

У каждого ребенка теннисный мяч. Необходимо зажать мяч между рукой подмышкой, ладонь раскрыть кверху, рука прямая. Положение тела прямо. Аккуратно отпуская мяч, необходимо попасть мячом в ладонь. По 10 повторений — правой, левой рукой.

3. Графический диктант «Верблюд».



Отступить 2 клетки вправо.
1 право; 4 низ; 1 право; 1 верх; 1 право;
1 верх; 1 право; 1 низ; 1 право; 1 низ;
1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх; 1 право;
1 низ; 1 право; 8 низ; 2 лево; 1 верх;
1 право; 3 верх; 3 лево; 4 низ; 2 лево;
1 верх; 1 право; 3 верх; 2 лево; 1 верх;
1 лево; 1 верх; 1 лево; 2 верх; 2 лево;
1 верх; 1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх.

4. Упражнение «Угадай что».

Необходимы мешочки с разным наполнением: горох, пух, песок, камни и др. Ребенок должен опознать и назвать то, что находится в мешке.

5. Игра «Жили-были...».

Взрослый задает вопросы, а дети отвечают:

- «Жил-был цыпленок, что с ним потом стало?» — «Он стал петушком».
- «Жила-была тучка, что с ней потом стало?» — «Из нее дождик пролился».
- «Жил-был ручеек, что с ним стало?» — «Зимой замерз», «засох в жару».
- «Жило-было семечко, что с ним потом стало?» — «Из него цветок вырос».
- «Жил-был кусочек глины, что с ним потом стало?» — «Из него сделали кирпич (вазу...)».

6. Упражнение «Составь рассказ».

Глядя на картинки, детям необходимо составить последовательный рассказ, что происходит (разложить картинки в ряд).



7. Упражнение «Повтори».

Ведущий ребенок показывает серию движений для других детей (3-5 движений). Задача других детей — повторить.

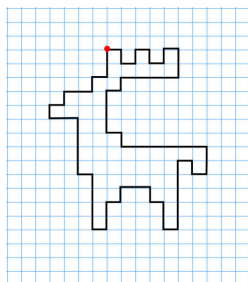
8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

Занятие 7.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».
2. Упражнение «Брось соседу».

Дети становятся друг напротив друга. Поочередно бросают друг другу теннисный мяч одной рукой, второй ребенок ловит этот мяч той же рукой. По 10 повторений на каждую руку.

3. Графический диктант «Олень».



Отступить 4 клетки вправо.

1 право; 1 низ; 1 право; 1 верх; 1 право;
1 низ; 1 право; 1 верх; 1 право; 2 низ;
4 лево; 1 низ; 1 лево; 3 низ; 1 право;
1 низ; 6 право; 2 низ; 1 лево; 1 верх;
1 лево; 5 низ; 1 лево; 2 верх; 1 лево;
1 верх; 2 лево; 1 низ; 1 лево; 2 низ; 1 лево;
4 верх; 1 лево; 4 верх; 2 лево; 1 верх;
1 право; 1 верх; 2 право; 1 верх; 1 право;
2 верх.

4. Упражнение «Барабаны».

Дети разбиваются на пары. Каждый ребенок по очереди отбивает ритм на барабане (не более 7 ударов), задача другого ребенка повторить.

5. Упражнение «Главный предмет».

Взрослый говорит детям: «Сейчас я прочитаю вам ряд слов. Из этих слов вы должны будете выбрать только два, обозначающие главные признаки основного слова, т. е. то, без чего этот предмет не может быть».

Другие слова тоже имеют отношение к основному слову, но они не главные. Вам нужно найти самые главные слова. Например, сад... Как вы думаете, какие из данных слов главные: растения, садовник, собака, забор, земля, т. е. то, без чего сада быть не может? Может ли быть сад без растений? Почему?.. Без садовника... собаки... забора... земли?.. Почему?»

Примерные задания:

- сапоги (шнурки, подошва, каблук, молния, голенище);
- река (берег, рыба, рыболов, тина, вода);
- город (автомобиль, здание, толпа, улица, велосипед);
- сарай (сеновал, лошади, крыша, скот, стены);
- куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево);
- деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага);
- игра (карты, игроки, штрафы, наказания, правила);
- чтение (глаза, книга, картинка, печать, слово);
- война (самолет, пушки, сражения, ружья, солдаты).

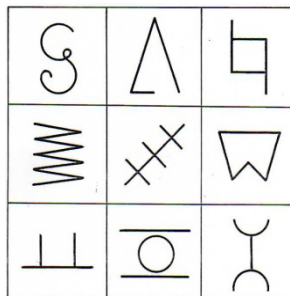
6. Упражнение «Составь рассказ».

Глядя на картинки, детям необходимо составить последовательный рассказ, что происходит (разложить картинки в ряд).



7. Упражнение «Зарисуй, что запомнил».

Педагог показывает картинку, на которой изображены разные фигуры, на 30 секунд. Задача ребенка запомнить и зарисовать то, что он запомнил.



8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

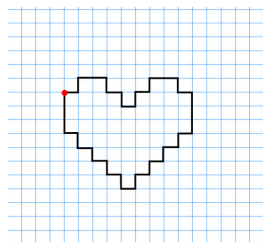
Занятие 8.

1. Ритуальное приветствие: «Я сегодня вот такой».

2. Упражнение «В пол, в потолок».

У каждого ребенка 2 теннисных мяча. Задача ребенка бросать мячи сначала в пол одновременно двумя руками, потом поймать, потом подбрасывать вверх и снова ловить. По 10 повторений. За мячом надо следить глазами.

3. Графический диктант «Сердце».



Отступить 1 клетку вниз.

1 право; 1 верх; 2 право; 1 низ; 1 право;

1 низ; 1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх;

2 право; 1 низ; 1 право; 3 низ; 1 лево;

1 низ; 1 лево; 1 низ; 1 лево; 1 низ;

1 лево; 1 низ; 1 лево; 1 верх; 1 лево;

1 верх; 1 лево; 1 верх; 1 лево; 1 верх;

1 лево; 3 верх.

4. Упражнение «Кто сказал».

Ведущий ребенок закрывает глаза, педагог указывает на одного ребенка в группе, он говорит какое-либо слово. Задача ведущего ребенка, открыв глаза, указать на того, кто говорил.

5. Упражнение «Слова-близнецы».

Какое слово обозначает то же самое, что и слова:

- родник и то, чем открывают дверь;
- прическу у девочки и инструмент для срезания травы;
- ветку винограда и инструмент, которым рисуют.
- овощ, от которого плачут, и оружие для стрельбы стрелами (жгучий овощ и стрелковое оружие);
- часть ружья и часть дерева;
- то, на чем рисуют, и зелень на ветках;
- подъемный механизм для стройки и механизм, который нужно открыть, чтобы полилась вода.

Придумай сам такие слова, которые одинаковы по звучанию, но разные по значению.

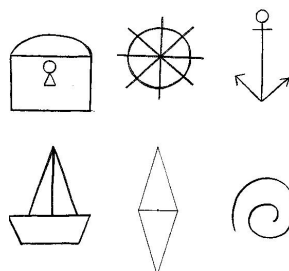
6. Упражнение «Составь рассказ».

Глядя на картинки, детям необходимо составить последовательный рассказ, что происходит (разложить картинки в ряд).



7. Упражнение «Зарисуй, что запомнил».

Педагог показывает картинку, на которой изображены разные фигуры, на 30 секунд. Задача ребенка запомнить и зарисовать то, что он запомнил.



8. Ритуальное прощание «Встретимся опять».

Литература

1. *Акимова М.К., Козлова В.Т.* Неуспевающие дети. СПб: Питер, 2012. 240 с.
2. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие / под ред. Л.С. Цветковой. М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001.
3. *Апелян М.К.* Психологические и возрастные особенности младшего школьника // Молодой ученый. 2014. № 14. С. 243–244.
4. *Бабанский Ю.К.* Об изучении причин неуспеваемости школьников. М.: Академия, 2012. 290 с.
5. *Безруких М.М.* Трудности обучения в начальной школе: Причины, диагностика, комплексная помощь. М.: Эксмо, 2009. 464 с.
6. *Безруких М.М., Дубровинская Н.В., Фарбер Д.А.* Психофизиология ребенка. М., 2012.
7. *Блонский П.П.* Школьная успеваемость. М.: Просвещение, 2010.
8. *Боденко Б.Н.* Анализ психологических причин неуспеваемости и способы ее коррекции на начальном этапе обучения. М.: Просвещение, 1998. 112 с.
9. *Бударный А.А.* Пути и методы предупреждения и преодоления неуспеваемости и второгодничества: Дисс. ... канд. пед. наук. М., 1965.
10. *Вавилов Ю.П.* Проблемы учебной неуспеваемости школьников // Ярославский педагогический вестник. 2016. № 2. С. 19–24.
11. *Варгас Дж.* Анализ деятельности учащихся. Методология повышения школьной успеваемости. М.: Оперант, 2015. 480 с.
12. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений: В 6 т. М., 1982.

13. *Гладкая В.В.* Планирование коррекционной работы с учащимися с трудностями в обучении: методическое пособие для учителей-дефектологов. Минск: Зорны верасень, 2008. 112 с.
14. *Глозман Ж.М.* Нейропсихология детского возраста: Учебное пособие. М.: Академия, 2009. 272 с.
15. *Глозман Ж.М., Потанина А.Ю., Соболева А.Е.* Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. 2-е изд. СПб: Питер, 2008. 80 с.
16. *Глухов В.П.* Коррекционная педагогика с основами специальной психологии: Учебное пособие. М.: Секачев В.Ю., 2015. 256 с.
17. *Дерябин В.С.* Психология личности и высшая нервная деятельность. Психофизиологические очерки. М.: Машиностроение, 2016. 202 с.
18. *Дубровина И.В.* Психологическая служба в современном образовании: рабочая книга. М.: Питер, 2009. 520 с.
19. *Дубровина Т.И.* Особенности мнестических процессов у дошкольников с общим недоразвитием речи // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2010. № 9. С. 156–160.
20. *Звоиленко Е.В.* Характеристика условий получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья: (на примере задержки психического развития) // Специальное образование. 2014. № 3 (35). С. 31–42.
21. *Калмыкова З.И.* Проблема преодоления неуспеваемости глазами психолога. М.: Дрофа, 2004. 200 с.
22. *Картер Р.* Как работает мозг. М.: АСТ, Corpus, 2014. 224 с.
23. *Коменский Я.* Великая дидактика. СПб: Типография А.М. Котомина, 1875.
24. *Корсакова Н.К., Микадзе Ю.В., Балашова Е.Ю.* Неуспевающие дети: нейропсихологическая диагностика младших школьников: учебное пособие. 3-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2017. 156 с.
25. Логопедия: Методическое наследие / под ред. Л.С. Волковой: В 5 кн. 5-е изд., перераб. и доп. М.: ВЛАДОС, 2007.
26. *Локалова Н.П.* Школьная неуспеваемость: причины, психокоррекция, психопрофилактика. СПб, 2009.
27. *Лурия А.Р.* Этапы пройденного пути: Научная автобиография. М.: Изд-во Московского университета, 1982.
28. Методы нейропсихологического обследования детей 6–9 лет / под общ. ред. Т.В. Ахутиной. М.: Секачев, 2017. 280 с.
29. *Мурачковский Н.И.* Как предупредить неуспеваемость у школьников. Минск, 2003. 164 с.
30. Нейропсихологические занятия с детьми: В 2 ч. Ч. 1 / Конганова В.С. и др. М.: АЙРИС-пресс, 2017. 416 с.
31. *Николаенко Н.Н.* Современная нейропсихология. М.: Речь, 2013. 267 с.
32. Психология детей с задержкой психического развития: Хрестоматия / сост. О.В. Защиринская. СПб, 2003.
33. *Репкина Г.В., Заика Е.В.* Оценка уровня сформированности учебной деятельности. Томск: Пеленг, 1993. 61 с.
34. *Славина Л.С.* Индивидуальный подход к неуспевающим и недисциплинированным ученикам. М.: Академия, 2008. 367 с.
35. *Степанов В.* Мозг и эффективное развитие детей и взрослых. Возраст, обучение, творчество, профориентация. М.: СИНТЕГ, 2013. 320 с.
36. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: система заданий / под ред. А.Г. Асмолова, О.А. Карабановой. М.: Просвещение, 2012. 160 с.
37. *Хуторской А.В.* Современная дидактика: Учебное пособие. 2-е изд., перераб. М.: Высшая школа, 2007. 639 с.
38. *Цветкова Л.С.* Методика нейропсихологической диагностики детей. М.: Российское педагогическое агентство, Когито-центр, 2012.
39. *Цетлин В.С.* Неуспеваемость школьников и ее предупреждение. М.: Педагогика, 2009.
40. *Шадриков В.Д.* Мысль и познание. М.: Логос, 2014. 280 с.

41. Шайтор В.М., Емельянов В.Д. Диспраксия у детей с последствиями перинатального повреждения нервной системы (стабилометрическая диагностика и коррекция). СПб, 2012. 96 с.

References

1. Akimova M.K., Kozlova V.T. Neuspevayushchie deti. Saint Petersburg: Piter, 2012. 240 p. (In Russ.).
2. Tsvetkova L.S. (ed.). Aktual'nye problemy neiropsikhologii detskogo vozrasta: Uchebnoe posobie. Moscow: MPSI Publ.; Voronezh: NPO "MODEK", 2001. (In Russ.).
3. Apetyan M.K. Psikhologicheskie i vozrastnye osobennosti mladshogo shkol'nika. *Molodoi uchenyi = Young Scientist*, 2014, no. 14, pp. 243–244 (In Russ.).
4. Babansky Yu.K. Ob izuchenii prichin neuspevaemosti shkol'nikov. Moscow: Akademiya, 2012. 290 p. (In Russ.).
5. Bezrukih M.M. Trudnosti obucheniya v nachal'noi shkole: Prichiny, diagnostika, kompleksnaya pomoshch'. Moscow: Eksmo, 2009. 464 p. (In Russ.).
6. Bezrukih M.M., Dubrovinskaya N.V., Farber D.A. Psikhofiziologiya rebenka. Moscow, 2012 (In Russ.).
7. Blonsky P.P. Shkol'naya uspevaemost'. Moscow: Prosveshchenie, 2010 (In Russ.).
8. Bodenko B.N. Analiz psikhologicheskikh prichin neuspevaemosti i sposoby ee korrektsii na nachal'nom etape obucheniya. Moscow: Prosveshchenie, 1998. 112 p. (In Russ.).
9. Budarny A.A. Puti i metody preduprezhdeniya i preodoleniya neuspevaemosti i vtorogodnichestva: Diss. kand. ped. nauk. M., 1965 (In Russ.).
10. Vavilov Yu.P. Problemy uchebnoi neuspevaemosti shkol'nikov [Problems of Schoolchildren's Educational Backwardness]. Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik = Yaroslavl Pedagogical Bulletin, 2016, no. 2, pp. 19–24 (In Russ.).
11. Vargas J.S. Analiz deyatel'nosti uchashchikhsya. Metodologiya povysheniya shkol'noi uspevaemosti [Behavior Analysis for Effective Teaching]. Moscow: Operant, 2015. 480 p. (In Russ.).
12. Vygotsky L.S. Sobranie sochinenii: V 6 t. M., 1982. (In Russ.).
13. Gladkaya V.V. Planirovanie korrektsionnoi raboty s uchashchimisya s trudnostyami v obuchenii: metodicheskoe posobie dlya uchitelei-defektologov. Minsk: Zornyy verasen', 2008. 112 p. (In Russ.).
14. Gluzman Zh.M. Neiropsikhologiya detskogo vozrasta: Uchebnoe posobie. Moscow: Akademiya, 2009. 272 p. (In Russ.).
15. Gluzman Zh.M., Potanina A.Yu., Soboleva A.E. Neiropsikhologicheskaya diagnostika v doshkol'nom vozraste. 2nd ed. Saint Petersburg: Piter, 2008. 80 p. (In Russ.).
16. Glukhov V.P. Korrektsionnaya pedagogika s osnovami spetsial'noi psikhologii: Uchebnoe posobie. Moscow: Sekachev V.Yu., 2015. 256 p. (In Russ.).
17. Deryabin V.S. Psikhologiya lichnosti i vysshaya nervnaya deyatel'nost'. Psikhofiziologicheskie ocherki. Moscow: Mashinostroenie, 2016. 202 p. (In Russ.).
18. Dubrovina I.V. Psikhologicheskaya sluzhba v sovremennom obrazovanii: rabochaya kniga. Moscow: Piter, 2009. 520 p. (In Russ.).
19. Dubrovina T.I. Osobennosti mnesticheskikh protsessov u doshkol'nikov s obshchim nedorazvitiem rechi // *Izvestiya Yuzhnogo federal'nogo universiteta. Pedagogicheskie nauki = Proceedings of South Federal University. Pedagogical Sciences*, 2010, no. 9, pp. 156–160 (In Russ.).
20. Zvoilenko E.V. Kharakteristika uslovii polucheniya obrazovaniya obuchayushchimisya s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya: (na primere zaderzhki psikhicheskogo razvitiya) [Characteristics of education acquisition conditions for the students with disabilities (on the example of mental retardation)]. *Spetsial'noe obrazovanie = Special Education*, 2014, no. № 3 (35), pp. 31–42 (In Russ.).
21. Kalmykova Z.I. Problema preodoleniya neuspevaemosti glazami psikhologa. Moscow: Drofa, 2004. 200 p. (In Russ.).
22. Karter R. Kak rabotaet mozg. Moscow: AST, Corpus, 2014. 224 p. (In Russ.).
23. Komensky Ya. Velikaya didaktika. Saint Petersburg: Tipografiya A.M. Kotomina, 1875 (In Russ.).

24. Korsakova N.K., Mikadze Yu.V., Balashova E.Yu. Neuspevayushchie deti: neiropsikhologicheskaya diagnostika mladshikh shkol'nikov: uchebnoe posobie. 3rd ed. Moscow: Yurait, 2017. 156 p. (In Russ.).
25. Volkova L.S. (ed.). Logopediya: Metodicheskoe nasledie: V 5 kn. 5th ed. Moscow: VLADOS, 2007 (In Russ.).
26. Lokalova N.P. Shkol'naya neuspevaemost': prichiny, psikhokorreksiya, psikhoprofilaktika. Saint Petersburg, 2009 (In Russ.).
27. Luriya A.R. Etapy proidennogo puti: Nauchnaya avtobiografiya. Moscow: Izd-vo Moskovskogo universiteta, 1982 (In Russ.).
28. Akhutina T.V. (ed.). Metody neiropsikhologicheskogo obsledovaniya detei 6–9 let. Moscow: Sekachev, 2017. 280 p. (In Russ.).
29. Murachkovsky N.I. Kak predupredit' neuspevaemost' u shkol'nikov. Minsk, 2003. 164 p. (In Russ.).
30. Konganova V.S. et al. Neiropsikhologicheskie zanyatiya s det'mi: V 2 ch. Ch. 1. Moscow: AIRIS-press, 2017. 416 p. (In Russ.).
31. Nikolaenko N.N. Sovremennaya neiropsikhologiya. Moscow: Rech', 2013. 267 p. (In Russ.).
32. Zashchirinskaya O.V. (ed.). Psikhologiya detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya: Khrestomatiya. Saint Petersburg, 2003 (In Russ.).
33. Repkina G.V., Zaika E.V. Otsenka urovnya sformirovannosti uchebnoi deyatel'nosti. Tomsk: Peleng, 1993. 61 p. (In Russ.).
34. Slavina L.S. Individual'nyi podkhod k neuspevayushchim i nedistsiplinirovannym uchenikam. Moscow: Akademiya, 2008. 367 p. (In Russ.).
35. Stepanov V. Mozg i effektivnoe razvitie detei i vzroslykh. Vozrast, obuchenie, tvorchestvo, proforientatsiya. Moscow: SINTEG, 2013. 320 p. (In Russ.).
36. Asmolov A.G., Karabanova O.A. (eds.). Formirovanie universal'nykh uchebnykh deistvii v osnovnoi shkole: sistema zadaniy. Moscow: Prosveshchenie, 2012. 160 p. (In Russ.).
37. Khutorskoi A.V. Sovremennaya didaktika: Uchebnoe posobie. 2nd ed. Moscow: Vysshaya shkola, 2007. 639 p. (In Russ.).
38. Tsvetkova L.S. Metodika neiropsikhologicheskoi diagnostiki detei. Moscow: Rossiiskoe pedagogicheskoe agentstvo, Kogito-tsentr, 2012 (In Russ.).
39. Tsetlin V.S. Neuspevaemost' shkol'nikov i ee preduprezhdenie. Moscow: Pedagogika, 2009 (In Russ.).
40. Shadrikov V.D. Mysl' i poznanie. Moscow: Logos, 2014. 280 p. (In Russ.).
41. Shaitor V.M., Emel'yanov V.D. Dispraksiya u detei s posledstviyami perinatal'nogo povrezhdeniya nervnoi sistemy (stabilometricheskaya diagnostika i korrektsiya). Saint Petersburg, 2012. 96 p. (In Russ.).

Информация об авторах

Шауберт Светлана Евгеньевна

педагог-психолог, реабилитационный отдел, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Лад» (ГБУ СО «ЦППМСП «Лад»), г. Екатеринбург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7729-3604>, e-mail: shaubert.s@rambler.ru

Information about the authors

Svetlana E. Shaubert

Teacher-Psychologist, Rehabilitation Department, Center of Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance “Lado”, Yekaterinburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7729-3604>, e-mail: shaubert.s@rambler.ru

Получена 06.10.2022

Received 06.10.2022

Принята в печать 09.12.2022

Accepted 09.12.2022

Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством

Scientific Validity of the Practices of Psychological and Pedagogical Work with Childhood Implemented in the Education System

Программа по профилактике употребления психоактивных веществ «НЕзависимость»

Колесник Светлана Александровна

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи),
г. Мурманск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2884-5358>, e-mail: kolesnik.s.a@yandex.ru

Огородникова Наталья Евгеньевна

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи),
г. Мурманск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2033-0763>, e-mail: ruby306@yandex.ru

Шмуйлович Елена Вячеславовна

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи),
г. Мурманск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5930-512X>, e-mail: elenashmuilovich@gmail.com

В статье представлено описание программы, которая ориентирована на подростков, воспитывающихся в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, у которых уже отмечены эпизоды употребления психоактивных веществ либо имеющих признаки формирующейся зависимости в ее начальной стадии. Данная профилактическая программа разработана с учетом особенностей детей-сирот и направлена на вторичную профилактику употребления психоактивных веществ. Результаты апробации программы свидетельствуют о положительной динамике ее участников по критерию самоконтроля и саморегуляции поведения. Выявлено повышение предусмотрительности и осторожности у воспитанников, даже в ущерб получению новых впечатлений и информации. Одним из результатов апробации программы стало выявление необходимости введения дополнительного диагностического инструментария, направленного на измерение различных способов преодоления негативных жизненных ситуаций и способов взаимодействия с окружающим социумом.

Ключевые слова: дети-сироты, употребление психоактивных веществ, развитие внутренних ресурсов, критическое отношение, социально одобряемая активность.

Для цитаты: Колесник С.А., Огородникова Н.Е., Шмуйлович Е.В. Программа по профилактике употребления психоактивных веществ «НЕзависимость» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 28–51. DOI:10.17759/bppe.2022190302

Program on the Prevention of Substance Use “Independence”

Svetlana A. Kolesnik

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2884-5358>, e-mail: kolesnik.s.a@yandex.ru

Natalia E. Ogorodnikova

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2033-0763>, e-mail: ruby306@yandex.ru

Elena V. Shmuylovich

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5930-512X>, e-mail: elenashmuilovich@gmail.com

The article describes the program, which is focused on adolescents who are brought up in organizations for orphans and children left without parental care, who have already experienced episodes of psychoactive substance use, or who have signs of an emerging addiction in its initial stage. This preventive program has been developed taking into account the characteristics of orphans and is aimed at secondary prevention of the use of psychoactive substances. The results of the approbation of the program testify to the positive dynamics of its participants in terms of self-control and self-regulation of behavior. An increase in foresight and caution among pupils was revealed, even to the detriment of obtaining new impressions and information. One of the results of testing the program was the identification of the need to introduce additional diagnostic tools aimed at measuring various ways to overcome negative life situations and ways of interacting with the surrounding society.

Keywords: *orphans, substance use, development of internal resources, critical attitude, socially approved activity.*

For citation: Kolesnik S.A., Ogorodnikova N.E., Shmuylovich E.V. Program on the Prevention of Substance Use “Independence”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 28–51. DOI:10.17759/bppe.2022190302 (In Russ.).

Обоснование практической актуальности

Одним из направлений работы Координационного центра содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, ГОБУ МО ЦППМС-помощи является составление, распространение, а также реализация дополнительных образовательных программ профилактической и просветительской направленности с обучающимися и воспитанниками организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Взаимодействуя с центром помощи детям, оставшимся без попечения родителей, обсуждая с ними особенности поведения современных подопечных, пришли к совместному выводу о необходимости разработки новой профилактической программы, которая бы учитывала особенности детей-сирот и имела акцент на вторичную профилактику употребления психоактивных веществ. Детям, воспитывающим-

ся в центрах помощи, сложно заботиться о себе и конструктивно самовыражаться, так как в их жизни присутствует большой отрицательный опыт, который формирует их стратегию поведения.

Употребление ПАВ среди несовершеннолетних — это явление, которое вызывает большое опасение со стороны общества. Влияние ПАВ на созревание личности описывали в своих работах отечественные и зарубежные ученые: А.Е. Личко, Ц.П. Короленко, Б.Г. Херсонский, Н.С. Курек, В. Файн, Г. Штилер, А. Эйчхорн и др.

Профилактика зависимости от наркотических средств и психотропных веществ представляет собой стратегии, направленные либо на снижение влияния факторов риска заболевания наркоманией, токсикоманией или алкоголизмом, либо на усиление действия факторов, которые понижают восприимчивость к этим зависимостям. Определенные жизненные обстоятельства или факторы могут либо способствовать, либо препятствовать началу употребления психоактивных веществ.

Программа ориентирована на подростков, воспитывающихся в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, у которых уже отмечены эпизоды употребления психоактивных веществ либо имеющих признаки формирующейся зависимости в ее начальной стадии.

В основу программы лег комплекс тренинговых занятий с подростками, которые может реализовывать специалист учреждения (педагог-психолог, социальный педагог) или приглашенный специалист при отсутствии кадрового ресурса в организации. Реализация программы рассчитана на 2 месяца, периодичность встреч 1 раз в неделю, продолжительность встречи 1 час 30 минут. Целевая аудитория — подростки 14–16 лет.

В программе дано подробное описание тренинговых занятий, которые позволяют формировать бережное отношение к себе, развивать навыки противостояния давлению и ответственно подходить к принятию решений.

В содержание программы входит перечень широко известных игротерапевтических и психогимнастических приемов, психологических игр на развитие коммуникативных навыков и командообразование.

Программа имеет профилактическую направленность и адресована педагогам-психологам, занимающимся проблемами социальной адаптации учащихся к изменяющимся социальным условиям, профилактики аддиктивного и девиантного поведения.

Описание проблемной ситуации, цели и задач программы

Существует категория детей, которые имеют меньше защитных механизмов. К такой категории относятся дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей. На территории Мурманской области есть ряд учреждений помощи детям, оставшимся без попечения родителей:

- государственное областное бюджетное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Мурмашинский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Журавушка» (ГОБУ МЦПД «Журавушка»);
- государственное областное бюджетное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Кандалакшский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Берег» (ГОБУ КЦПД «Берег»);
- государственное областное бюджетное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Мурманский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Ровесник» (ГОБУ МЦПД «Ровесник»);
- государственное областное бюджетное учреждение социального обслуживания населения «Мончегорский дом-интернат для умственно отсталых детей» (ГОБУСОН «МДИУОД»).

В данных учреждениях подавляющее большинство воспитанников — подростки, которые имеют один или несколько факторов риска. Среди них:

- проблемы физического и психического здоровья;
- рождение и воспитание в семье больных алкоголизмом, наркоманией родителей,
- регулярное общение со сверстниками, употребляющими наркотики, отсутствие устойчивости к давлению сверстников;
- личностные особенности (неуверенность в себе, заниженная самооценка, колебания настроения, невысокий интеллект, неприятие социальных норм, ценностей и т. д.);
- ранняя сексуальная активность, подростковая беременность;
- высокий уровень семейного стресса, семейная нестабильность, низкий уровень доходов в семье;
- неспособность освоить школьную программу, прогулы в школе;
- проблемы межличностного общения в семье, школе, со сверстниками.

Цель программы — создание условий для развития внутренних ресурсов несовершеннолетнего, способствующих его успешной социальной адаптации, направленной на снижение случаев употребления ПАВ.

Задачи:

- повышение уровня информированности о последствиях употребления ПАВ;
- развитие критического отношения к своим действиям и поступкам через осознанное принятие решений;
- включение подростка в социально приемлемое окружение и проявление социально одобряемой активности.

Целевая аудитория, описание ее социально-психологических особенностей

Вне семьи развитие ребенка идет по особому пути, с формированием специфических черт личности, проявляющихся в особых эмоциональных комплексах (незащищенность, импульсивность, низкая эмпатия и др.). И.В. Климова, Л.Н. Водопьянова и Н.И. Салькова выделяют следующие отличительные особенности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей: повышенная агрессивность, сверхчувствительность, капризность, упрямство, враждебность, нетерпеливость, часто проявляющиеся невротические тенденции, трудность в общении, признаки психического напряжения.

Программа рассчитана на подростков в возрасте от 14 до 16 лет, имеющих статус «ребенок-сирота» или «ребенок, оставшийся без попечения родителей» и относящихся к группе риска по употреблению психоактивных веществ.

Научные, методологические, теоретические и нормативно-правовые основания программы

Нормативно-правовой основой для разработки данной программы явились следующие нормативно-правовые акты:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 03.08.2018 № 329-ФЗ);
- Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 04.06.2018 № 136-ФЗ);
- Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями и дополнениями от 27.06.2018 № 170-ФЗ);
- Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 марта 2017 года № 520-р, с изменениями на 18 марта 2021 года);

- Письмо Минобрнауки России от 10 февраля 2015 года № ВК-268/05 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»;
- Комплекс мер, направленных на развитие системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в системе образования Мурманской области, на период 2021–2023 годы (утвержден Приказом Министерства науки и образования Мурманской области от 29 декабря 2020 года № 1777);
- Устав ГОБУ МО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Теоретической основой программы явились труды отечественных авторов: А.Е. Личко и В.С. Битенский считали, что для подростков термин «аддиктивное поведение» является наиболее адекватным, и выделили пути, по которым оно развивается; Л.А. Сухинский и Э.А. Татаревский предложили схему алкогольной зависимости; В.С. Собкин с сотрудниками провели детальный анализ мотивации приобщения к употреблению алкоголя и наркотиков и выявили гендерные различия в реализации данных форм девиантного поведения, а также предположили, что имеет место возрастная динамика изменения мотивации.

Методологической основой данной программы явились следующие принципы.

1. *Принцип системности* предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа актуальной социальной и эпидемиологической ситуации в отношении наркоситуации.
2. *Принцип стратегической целостности* определяет единую целостную стратегию профилактической деятельности, обуславливающую основные стратегические направления и конкретные мероприятия.
3. *Принцип многоаспектности* предполагает сочетание различных аспектов профилактической деятельности:
 - образовательный аспект, формирующий базовую систему представлений и знаний об организации профилактической работы, социально-психологических, медицинских, правовых и морально-этических последствиях злоупотребления ПАВ;
 - социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни;
 - психологический аспект, направленный на формирование стрессоустойчивых личностных ресурсов, позитивно-когнитивных оценок, а также установок «быть успешным», быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации.
4. *Принцип аксиологичности (ценностной ориентации)*. Этот принцип включает формирование у детей и подростков мировоззрения, основанного на понятиях об общечеловеческих ценностях, привлекательности здорового образа жизни, законопослушности, уважения к личности, государству, окружающей среде, которые являются ориентирами и регуляторами их поведения. Принятие общечеловеческих ценностей и норм поведения является одним из основных морально-этических барьеров злоупотребления ПАВ.
5. *Принцип ситуационной адекватности* означает соответствие профилактических действий реальной социально-экономической ситуации в образовательной среде, обеспечение непрерывности, целостности, динамичности, постоянства, развития и совершенствования профилактической деятельности с учетом оценки эффективности и мониторинга ситуации.
6. *Принцип индивидуальной адекватности* подразумевает разработку профилактических программ с учетом возрастных, культурных, национальных и других особенностей целевых групп.
7. *Принцип соблюдения прав человека* — профилактические действия не должны нарушать права и свободы человека.

Описание используемых методик, технологий, инструментов

В процессе создания профилактической программы преимущественно использовались работы следующих авторов:

- Людмила Анн «Психологический тренинг с подростками» (СПб: Питер, 2005);
- Энвер Джулиман, Лиллиан Юрт «Стройте мосты, не стены. Методическое пособие для некоммерческих организаций, занимающихся вопросами правового просвещения» (Архангельск: АРОО «Рассвет», 2010. 448 с.);
- Методические рекомендации для педагогических работников, родителей и руководителей образовательных организаций по педагогическому, психологическому и родительскому попечению и сопровождению групп риска вовлечения обучающихся в потребление наркотических средств и психотропных веществ (М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 2016. 42 с. https://minobr.49gov.ru/common/upload/22/editor/file/Metodicheskie_rekomendatsii_narkotiki.pdf);
- Методика выявления обучающихся с отклоняющимся поведением с маркерами отклоняющегося поведения, рекомендована к использованию письмом Министерства образования Московской области от 11.02.2021 г. № исх-2114/16-21а (использование рекомендаций и карт наблюдения внесено после апробации программы в 2021 г., https://psiholog-rmo.ru/wp/wp-content/uploads/2021/02/20210212-otkl_poved_markery.pdf).

Для более эффективного достижения поставленной цели в рамках программы используются следующие **методы и приемы работы**:

- *ролевые игры* — позволяют рассмотреть различные решения проблемы с разных сторон и увидеть другие пути разрешения сложных ситуаций;
- *мини-лекции* — позволяют эффективно передать теоретическую информацию;
- *дискуссии* — предоставляют возможность каждому высказать свое мнение, защищать его, учиться взаимодействовать, слушать и слышать других;
- *релаксационные методы* — способствуют снятию мышечного и нервного напряжения;
- *разминки* — используются для активизации работы и снятия напряжения;
- *арт-терапевтические упражнения* — помогают проявиться психологическим переживаниям, о которых трудно говорить.

Сроки, этапы и алгоритм реализации программ

На базе общеобразовательной организации или организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, формируются группы из 7–12 подростков, относящихся к «группе риска» по употреблению ПАВ. Программа рассчитана на реализацию в течение 2 месяцев. Профилактическая работа с несовершеннолетними заключается в проведении 8 занятий с элементами тренинга по 1,5 астрономических часа каждое периодичностью 1 раз в неделю.

Программа состоит из **трех основных этапов**.

1. *Подготовительный этап* включает в себя мотивационную работу с подростками с целью комплектации группы подростков, которые будут посещать тренинговые занятия. По итогам работы составляется график занятий, регулируются вопросы с местом проведения встреч и ответственными лицами. При необходимости составляется приказ со списком участников и всеми организационными вопросами. Срок работы на данном этапе составляет около 2 недель.

2. *Основной этап*. На данном этапе происходит реализация конспектов занятий. Срок реализации — 2 месяца.

3. *Заключительный этап*. Анализируются результаты работы на основе итоговой диагностики и сопоставления ее с первичной диагностикой для отслеживания эффективности проделанной работы. При необходимости составляются рекомендации для дальнейшего планирования работы. Срок подведения итогов — 1 неделя.

Перечень и описание программных мероприятий

Каждое занятие имеет свое наименование, цель и задачи. Включает в себя часть теоретического и часть практического блока.

№	Наименование занятия	Краткое содержание занятий	В том числе		Форма контроля
			теор.	практ.	
1	«Знакомство»	Информирование участников группы об основных вопросах, связанных с профилактикой ПАВ в подростковой среде; формирование мотивации к работе по программе; первичная диагностика отношения к различного рода зависимостям.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение, анкета по проблеме наркомании, тест потребности в поиске ощущений.
2	«Повышение уровня информированности о последствиях употребления ПАВ»	Расширение представлений участников группы о различных последствиях употребления ПАВ.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
3	«Миф или реальность»	Расширение представлений участников группы о наркоситуации в обществе и отношении человека к наркотикам.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
4	«Стресс и стрессоустойчивость. Способы поведения в стрессовых ситуациях»	Актуализация представлений подростков о стрессе, стрессовых ситуациях, стрессоустойчивости; обучение участников группы конструктивным способам преодоления негативных переживаний.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
5	«Ценности человека»	Расширение представлений участников группы о ценностях человека, которыми он обладает.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
6	«Формирование зависимости. Созависимость»	Информирование участников группы по вопросам опасности формирования зависимых состояний; формирование правильной оценки подростками своих взаимоотношений с окружающим миром.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
7	«Самоконтроль и постановка целей в достижении жизненного успеха»	Обучение участников группы навыкам развития самоконтроля и постановки целей.	30 мин	1 час	Рефлексия, наблюдение.
8	«Внутренние и внешние ресурсы как защитный фактор в стрессовых ситуациях»	Формирование позитивной Я-концепции, внимания к собственной личности и активизация ресурсного состояния участников группы. Выявление уровня усвоения группой информации по основным вопросам, связанным с профилактической про-	30 мин	1 час	Анкета обратной связи, анкета по проблеме наркомании, тест потребности в поиске ощу-

	граммой и употреблением ПАВ в подростковой среде.			щений.
Всего часов:		4 час	8 час	
		12 час		

Структура каждого занятия соответствует структуре тренинга.

1. *Приветствие.* Создание в группе положительной эмоциональной атмосферы, благоприятных условий для работы во время тренинга.
2. *Основная часть.* Изучение заявленных тем занятий. Использование упражнений и игр исходя из задач тренинга.
3. *Рефлексия занятий.* Обсуждения результатов тренинга. Выявление затруднений, с которыми столкнулись участники в ходе занятий.

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Реализовывать профилактическую программу рекомендовано специалистам социально-психологической или психологической службы образовательной организации или организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, имеющим опыт ведения практических занятий с подростками в вопросах профилактики употребления ПАВ, а также имеющим знания о психологических особенностях детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Реализовывать программу могут педагог-психолог, социальный педагог, возможно привлечение классного руководителями или воспитателя. Более эффективную работу возможно построить, если подростки уже имеют контакт с ведущим до реализации программы. При отсутствии кадрового ресурса возможно приглашение специалистов городских или областных центров психолого-педагогической и социальной помощи. Для повышения профессиональной компетенции ведущим программы рекомендовано ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы.

Перечень необходимых учебных и методических материалов представлен внутри программы в конспекте каждого занятий.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы

Ответственность	Администрация образовательной организации или организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей	Организация системы работы по реализации профилактической программы. Контроль за исполнением назначенными лицами реализации программы.
	Педагог-психолог и социальный педагог	Организация качественных психолого-педагогических занятий. Контроль за качеством, адаптированностью и актуальностью материала программы. Сбор и хранение актуальной информации о несовершеннолетних, которые участвуют в реализации программы.
	Классный руководитель или воспитатель	Инициативное и ответственное участие в реализации программы с участием воспитанников или подопечных.
	Ребенок	Личное самочувствие, активность и заинтересованность в освоении программы.
Права	Администрация образовательной организации или организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей	Своевременное оповещение о невозможности участия в каком-либо занятии или выходе из программы.
	Педагог-психолог и социальный педагог	Адаптация материала и внесение изменений в его содержание при необходимости.

	Классный руководитель или воспитатель	Адаптация материала и внесение изменений в его содержание при необходимости.
	Ребенок	Дополнительная индивидуальная работа со специалистами учреждения по запросу, возможность выйти из программы, если это будет необходимо.
Обязанности	Администрация образовательной организации или организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей	Организация системы работы учреждения по реализации программы. Контроль за исполнением реализации программы назначенными лицами.
	Педагог-психолог и социальный педагог	Проведение качественного психологического тестирования подростков. Сопровождение классного руководителя или воспитателя по вопросам реализации программы. Организация и проведение занятий с подростками.
	Классный руководитель или воспитатель	Наблюдение за динамикой группы в промежутках между занятиями. Включенность в реализацию занятий. Анализ положения детей в группе.
	Ребенок	Своевременное оповещение о невозможности участия в каком-либо занятии или выходе из программы.

Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников

Гарантией прав участников при реализации программы выступают следующие принципы, помогающие легче включиться в работу, создать комфортную психологическую атмосферу в группе, снять эмоциональное напряжение:

- принцип добровольного участия как во всей программе, так и в отдельных занятиях и упражнениях;
- принцип учета возрастных особенностей участников;
- принцип диалогового взаимодействия, равноправного полноценного межличностного общения на занятиях, основанного на уважении участников;
- принцип обратной связи, получение от всех участников информации о результатах их действий в ходе занятий для дальнейшей корректировки профилактического эффекта;
- принцип самодиагностики, самораскрытия участников, осознание и формулирование ими собственных лично значимых достижений и трудностей;
- принцип постоянного состава, способствующий групповой динамике и самораскрытию участников;
- принцип конфиденциальности.

Гарантией прав участников программы также является соблюдение Конвенции о правах ребенка, соблюдение законодательства Российской Федерации и персональная ответственность ведущих программы за психологическую атмосферу, приемы и техники, используемые на занятиях, этического кодекса и прав всех участников программы.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Контроль за реализацией программы осуществляют директор ППМС-центра, начальник структурного подразделения по работе с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, директор организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Система организации контроля за реализацией программы включает в себя следующие мероприятия:

- анализ текущей документации по реализации программы;
- текущий контроль реализации программы (посещение занятий);
- итоговый контроль по результатам реализации программы.

Ожидаемые результаты реализации программы

Для анализа качества освоения программы используется система оценки достижения планируемых результатов, которая включает в себя входную и итоговую оценки с использованием «Анкеты для проверки знаний по проблеме ПАВ» и теста «Диагностика потребности в поиске ощущений» М. Цукермана, Карты наблюдений благополучия учащегося (элемент из методики выявления обучающихся с отклоняющимся поведением с маркерами отклоняющегося поведения).

Участники, успешно освоившие программу, должны знать:

- о влиянии употребления ПАВ на состояние здоровья и социальные последствия для общества;
- о способах преодоления различных негативных ситуаций;
- о методах саморегуляции и противостояния стрессу.

Участники, успешно освоившие программу, должны уметь:

- конструктивно взаимодействовать с окружающими и выражать собственные эмоции;
- осознанно отказываться от опасных предложений и критически оценивать информацию о ПАВ.

Критерии оценки достижения планируемого результата. Оценка достижения планируемого результата возможна через применение измерения ряда показателей.

Критерий	Методика оценки / диагностический инструментарий	Кто заполняет / оценивает
Информированность участников о последствиях употребления ПАВ	Анкеты для проверки знаний по проблеме ПАВ	Подросток
Самоконтроль поведения — сознательная активность по управлению своими поступками в соответствии с убеждениями и принципами	Тест «Диагностика потребности в поиске ощущений» М. Цукермана	Подросток
Принятие одноклассниками — оценочное поведение сверстников, формирующее у учащегося чувство принадлежности к группе и причастности	Индикатор карты наблюдения из Методики выявления обучающихся с отклоняющимся поведением с маркерами отклоняющегося поведения (индикатор: положение в классе и взаимоотношения со сверстниками)	Классный руководитель / воспитатель
Социальная активность — активная жизненная позиция, выражающаяся в стремлении влиять на свою жизнь и окружающие условия	Индикатор карты наблюдения из Методики выявления обучающихся с отклоняющимся поведением с маркерами отклоняющегося поведения (индикатор: свободное время)	Классный руководитель / воспитатель

После заполнения бланков ответственные специалисты анализируют и сопоставляют данные, отмечают изменения в количественных и качественных характеристиках. Возможна оценка каждого воспитанника, анализ его результатов, а также данных группы в целом.

Факторы, влияющие на достижение результатов программы. На наш взгляд, наиболее значимые факторы, которые влияют на достижение поставленных целей и задач, следующие:

- *квалификация специалистов:* знания об особенностях детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, об особенностях детей подросткового возраста; наличие опыта ведения тренинговых занятий; опыт занятий с детьми и подростками, имеющими склонность к деструктивному поведению;

- **мотивация:** заинтересованность участников, которые включены в реализацию программы, в достижении поставленной цели;
- **коммуникация:** умение выстраивать эффективную коммуникацию между ведущими и участниками программы; ведущими и администрацией, осуществляющей контроль за реализацией программы;
- **организация рабочего пространства:** тренинговые занятия проводятся в одном помещении, которое оснащено необходимым оборудованием; имеет комфортные условия для проведения занятий, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям.

Сведения о практической апробации программы

Практическая апробация проходила на базе ГОБУ «МЦПД «Ровесник» г. Мурманска в период с 06.02.2020 г. по 26.03.2020 г. Программа проводилась с воспитанниками учреждения в возрасте 14–17 лет, списочный состав участников — 18 (восемнадцать) человек.

Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

Результаты проведения тренинговых занятий по программе «НЕзависимость» за период апробации с 06.02.2020 по 26.03.2020 представлены в двух гистограммах. В диагностической процедуре приняли участие все участники программы (18 воспитанников организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей).

На гистограмме «Уровень информированности» (рис. 1) представлены результаты заполнения «Анкеты для проверки знаний по проблеме ПАВ» участниками программы.

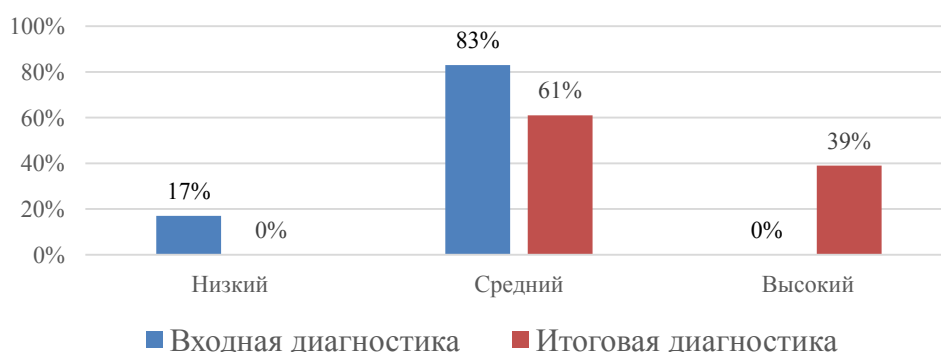


Рис. 1. Уровень информированности

Входная диагностика уровня информированности о влиянии ПАВ выявила следующие результаты:

- отмечается преимущественно средний уровень информированности участников о причинах употребления и последствиях употребления ПАВ;
- в большинстве вопросов у участников возникают затруднения в выборе ответа.

Такие результаты указывают на то, что воспитанники организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, не всегда осознают причины и последствия употребления ПАВ, что часто подростки не задумываются о влиянии ПАВ на жизнь человека.

При анализе итоговой диагностики, также представленной на гистограмме, выявлена группа участников программы, которые имеют высокий уровень информированности, также значительно снизился процент неопределенных ответов участников. Данные результаты свидетельствуют о положительной динамике по критерию информированности участников программы о последствиях употребления ПАВ.

На гистограмме «Уровень потребности в поиске ощущений» (рис. 2) представлены результаты оценки уровня самоконтроля поведения, измеряемого с помощью теста «Диагностика потребности в поиске ощущений» М. Цукермана.

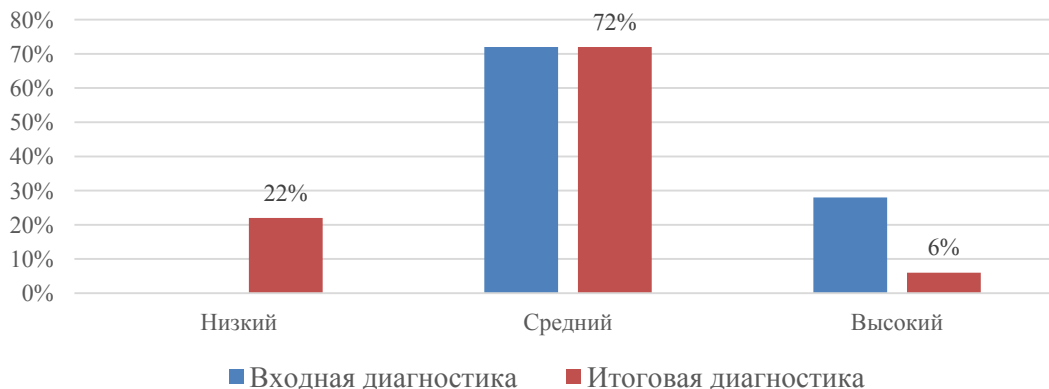


Рис. 2. Уровень потребности в поиске ощущений

На этапе входной диагностики у большинства участников выявлен средний уровень поиска ощущений. Выявлен процент детей, около 1/3 всех респондентов, которые имеют высокий уровень поиска ощущений. Данных воспитанников легко спровоцировать на участие в рискованных мероприятиях и авантюрах, они сложно контролируют степень риска и опасности.

По результатам итоговой диагностики выявлено снижение количества воспитанников с высоким уровнем поиска ощущений (с 28% в начале реализации программы до 6% после ее завершения). У ряда несовершеннолетних отмечается низкий уровень потребности в поиске ощущений (22%). На этапе вводной диагностики участников, попавших в данную категорию, выявлено не было. Дети с низким уровнем поиска ощущений предпочитают стабильность и упорядоченность всему неизвестному и неожиданному.

Данные результаты свидетельствуют о положительной динамике участников программы по критерию самоконтроля и саморегуляции поведения. Выявлено повышение предусмотрительности и осторожности у воспитанников, даже в ущерб получению новых впечатлений и информации.

Одним из результатов апробации программы стало выявление необходимости введения дополнительного диагностического инструментария, направленного на измерение различных способов преодоления негативных жизненных ситуаций и способах взаимодействия с окружающим социумом.

В 2021 году в программу «НЕзависимость» была включена методика «Карта наблюдений благополучия учащегося», направленная на выявление принятия / непринятия подростка его социальным окружением, на выявление способов взаимодействия с социумом. Карта является элементом методики выявления обучающихся с отклоняющимся поведением с маркерами отклоняющегося поведения, рекомендованной к использованию письмом Министерства образования Московской области от 11.02.2021 г. № исх-2114/16-21а.

Описание занятий¹

Занятие 1. «Знакомство».

Цель: информирование группы по основным вопросам, связанным с профилактикой ПАВ в подростковой среде; формирование мотивации к работе по программе; первичная диагностика отношения к различного рода зависимостям.

¹ Описание занятий дается в сокращенном виде. Полная версия: <https://rospsy.ru/node/859>

Материал и оборудование: флипчарт, листы бумаги, ручки, фломастеры или цветные карандаши, таблички с утверждениями «Перспективы наркомана», бланки анкет для диагностики.

Ход занятия.

1. Знакомство.

Цель: познакомить участников с содержанием совместной работы.

Ход упражнения: презентация ведущих. Информирование участников тренинга о количестве и частоте встреч, продолжительности каждого занятия, формах работы.

2. Разминка «Снежный ком».

Цель: создание доброжелательной атмосферы, снятие напряжения.

Ход упражнения: участники поочередно называют свое имя и показывают какое-либо действие (необходимо придумать свое уникальное действие, оно не должно повторяться у других участников). И так, пока все участники до последнего в круге не произнесут имена и не повторят действия всех тех, кто уже представился до него.

3. Упражнение «Выработка правил группы».

Цель: демонстрация участникам группы демократического и безопасного стиля общения; выработка толерантных правил групповой работы.

Необходимый материал: наглядный материал — правила группы.

Ход упражнения: ведущий предлагает участникам ознакомиться с правилами группы, комментирует, а участники голосуют за принятие правил.

Рекомендуемый список толерантных правил группы.

1. Конфиденциальность.
2. Принимать другого участника группы таким, какой он есть.
3. Сотрудничать с другими участниками группы.
4. Быть готовым слышать и не оценивать мнение другого участника, отличающееся от вашего.
5. Не доминировать.
6. Право сказать «нет».
7. Уважать права другого человека.

4. Анкетирование.

Цель: выяснение отношения участников к употреблению ПАВ, алкоголя и табакокурению в подростковой среде.

Необходимый материал: анкеты, ручки.

5. Упражнение «Зависимость-независимость».

Цель: анализ качеств, способствующих формированию позиций «зависимой» и «независимой» личности.

Ход упражнения: ведущий предлагает назвать ассоциации, которые возникают у подростков при слове «зависимость». Ответы фиксируются на доске или листе бумаги. Далее подбираются синонимы к слову «независимость». Акцент делается на позитивной окраске этого понятия (сила, уверенность, ответственность, решительность, самостоятельность и т. д.). Ребята отвечают на вопрос: «Какие слова вызывают больше позитива?»

Ведущий: «В юности у человека имеется огромный выбор жизненных дорог. О нем человек начинает задумываться рано. Но среди подростков есть такие, кто уже в начале жизненного пути резко ограничивает свои возможности: это те, кто оказался в зависимости от своих собственных пагубных пристрастий. Давайте попробуем разобраться в причинах, почему подростки выбирают такой путь» (ребята называют причины, а ведущий записывает их на доске или листе ватмана).

Наиболее типичные ответы:

- любопытство (60% попробовавших наркотик становятся наркозависимыми);
- давление группы, отсутствие навыка отказа;
- попытка решить семейные или школьные проблемы, установить дружеские отношения со сверстниками;
- возможность привлечь внимание;
- скука, неумение интересно проводить свободное время.

К чему это приведет, обсудите в группах, заполняя таблицу «Перспективы наркомана».

6. Упражнение «Перспектива».

Цель: выявить причины возникновения зависимого поведения, способствовать осознанию причин выбора подростками здорового образа жизни.

Ход упражнения: участники разбиваются на группы, получают таблицу и при обсуждении друг с другом заполняют бланк на тему «Перспектива зависимого человека».

Утверждение	всегда	часто	редко
1. Ухудшение здоровья			
2. Потеря доверительных отношений с близкими людьми			
3. Потеря друзей			
4. Уголовная ответственность			
5. Физическая зависимость			
6. Снижение успехов в школе			
7. Потеря возможности учиться, работать			
8. Денежные проблемы			
9. Контакт с криминальным миром			
10. Духовная бедность, узость интересов			
11. Использование сильных наркотиков			
12. Преждевременная смерть			

7. Упражнение «Создание образа зависимого человека».

Цель: выявить причины возникновения зависимого поведения, способствовать осознанию причин выбора подростками здорового образа жизни.

Ход упражнения: заполнение таблицы из предыдущего упражнения «Перспектива зависимого человека» помогут в выполнении этого задания. В группе создается образ человека, который соответствует признакам, отмеченным в таблице. Участники разбиваются на 6 групп, каждая группа рисует одну из частей тела человека: голова, туловище, правая нога, левая нога, правая рука, левая рука. Далее все части собираются в единую фигуру и происходит обсуждение того, как он выглядит; как сложилась семейная жизнь и карьера; каковы его жизненные перспективы и т. д. Назовите чувства, которые вызывает в вас этот человек. Что чувствуют по отношению к нему его родственники?

Ведущий: «Люди, употребляющие ПАВ, болезненно выглядят, их семьи распадаются, они не держатся на работе, в перспективе их ждет смерть. В начале нашего занятия мы говорили о том, что подростки стоят в начале жизненного пути, они начинают задумываться о том, какой будет их жизнь. Начинают ее постепенно выстраивать. Подросток, становясь зависимым от ПАВ, отрезает себе этот путь».

8. Подведение итогов.

Цель: выяснить степень удовлетворенности участников занятием, получить отзывы, закрепить положительные эмоции, позитивное настроение.

Ход выполнения: участники группы дают обратную связь относительно занятий, своего самочувствия и настроения.

Занятие 2. «Повышение уровня информированности о последствиях употребления ПАВ».

Цель: расширение представлений участников группы о последствиях различных видов зависимостей.

Материал и оборудование: мяч, 3 листа формата А2, фломастеры, карточки с названиями ролей для игры «Полет жизни».

Ход занятия.

1. Шерринг.

Цель: актуализировать эмоциональное и физическое состояние участников, создать доверительную атмосферу, узнать настрой на работу.

Ход выполнения: участники группы дают обратную связь относительно своего состояния, эмоций, чувств перед началом работы.

2. Разминка. «Я не тормоз».

Цель: сплочение группы, создание доверительных отношений, настрой на работу.

Ход выполнения: все участники стоят в кругу. Ведущий просит рассчитаться по порядку и запомнить каждому свой номер. Затем в круг встает первый из участников и называет 2 числа, например, 3 и 15. Те подростки, чьи это номера, меняются местами, и тот, кто стоит в кругу, пытается встать на место одного из названных номеров. Тот, кто не успел занять место игрока с номером, встает в центр круга и говорит «Я не тормоз». Все участники ему отвечают: «А мы заметили» и т. д. Далее идет обсуждение того, как участники чувствовали себя во время игры, что ощущали те, кто стоял в кругу.

3. Упражнение «До и после».

Цель: расширение представлений о последствиях различных негативных привычек.

Оборудование: 3 листа формата А2, фломастеры.

Ход выполнения: участники делятся на три группы, каждой группе предоставляется лист формата А2 и фломастеры. Каждая группа получает карточку с названием одной из вредных привычек человека.

Первый этап упражнения. Задача участников — изобразить человека, который в течение десяти лет имел названную привычку (на выполнение задания дается 15 минут). Группы демонстрируют свои работы, рассказывают о последствиях привычки для организма человека.

Второй этап упражнения. Инструкция: «Человек, которого вы изобразили, в один прекрасный день решил изменить свою жизнь. Он полностью отказался от своей вредной привычки и заменил ее полезными. Возьмите фломастеры и изобразите на этом же человеке, как он будет выглядеть через десять лет после отказа от своей привычки» (15 минут). По окончании рисования группы демонстрируют свои работы и отвечают на следующие вопросы:

- удалось ли исправить человека?
- в чем возникли трудности?
- в реальной жизни возможно ли исправить все последствия?

4. Информационный блок «Последствия зависимостей».

Наркомания. Если обратиться к «Большому энциклопедическому словарю», то в нем мы находим следующее определение: наркомания (от греч. *narke* — оцепенение и *mania*) — болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающим в малых дозах эйфорию, в больших — оглушение, наркотический сон.

Основные причины начала употребления наркотиков:

- из любопытства,

- за компанию,
- от скуки,
- чтобы успокоиться после ссоры, конфликта, «снять стресс»,
- чтобы не быть «белой вороной»,
- для самоутверждения, чтобы казаться старше, популярнее среди сверстников,
- ради удовольствия,
- потому что не умеют отказывать,
- думают, что смогут остановиться, когда захотят.

Наркозависимость — это заболевание, которое полностью разрушает все важнейшие сферы человеческой жизни. За небольшой срок приема наркотических веществ наркоман приобретает целый ряд болезней и теряет дорогих и близких людей. Вместе с ним страдает вся его окружение.

Интенсивная работа жизненно важных систем вынуждена забирать энергию у других частей организма, что приводит к их истощению и заболеванию. Истощенные резервы не успевают пополняться — начинается интенсивный износ органов. Сопутствующие наркомании заболевания: сифилис, гепатиты В и С, рак, ВИЧ, сепсис, тромбофлебиты, воспаления легких, туберкулез, костные заболевания, выпадение зубов, поражения кожи, некроз. В мозге человека наркотические вещества вплетаются в обменные процессы нервных клеток. Их наличие вносит путаницу и дисбаланс, что ведет к нарушениям работы мозга и организма в целом, в отдельных случаях к его гибели. В общем, эта болезнь затрагивает все существующие органы в теле человека, нарушает их работу, вплоть до отказа функционирования.

Болезнь прогрессирует, для получения удовольствия наркозависимый вынужден постоянно повышать дозу.

В среде молодежи бытует ошибочное мнение, что употребление каннабиноидов не вызывает привыкания. Эти так называемые «легкие наркотики» со временем приводят к необратимым последствиям в организме человека. Гашиш часто служит своеобразным «трамплином» к более тяжелым наркотикам.

Также остро стоит вопрос о социальных последствиях наркозависимых. Постоянный гормональный дисбаланс приводит к изменениям поведения, характера и личности, что неизбежно влечет разрушение социального статуса и благополучия. Известно множество случаев, когда даже после разового употребления люди сходили с ума.

Наркозависимый неизбежно скатывается по социальной лестнице. Он утрачивает контакты с близкими, семьей, затем знакомыми, своим кругом общения и становится изгоем, антисоциальным элементом.

У человека, пристрастившегося к наркотикам, меняется поведение. Он склонен к колебаниям настроения, вспышкам насилия, мнительности и другим формам экстремального поведения.

Человек, который болен наркоманией, часто испытывает финансовые трудности. Во многих случаях наркоман прибегает к насилию в отчаянии, из-за «ломки». Если он или она жаждет выпить, сигарету или наркотик, но не в состоянии удовлетворить эту тягу, то прибегает к насилию, чтобы выместить свою злость.

Пребывая в подобном состоянии, такой человек теряет интерес ко многим сферам жизни, легко утрачиваются ценности и принципы, сформированные в прошлом. Ведущей потребностью является стабилизация своего состояния, т. е. получение очередной порции наркотика. Наркоманами управляет пристрастие к наркотикам, и они сделают все, чтобы удовлетворить его.

Подростковый возраст наиболее уязвим для возникновения зависимостей. Это напрямую связано с гормональными изменениями в организме, активно происходящими в теле подростка, нарушением баланса определенных гормонов (дофамина, норадреналина и т. п.), который изначально присутствует у подростка.

Последствия начинаются с первого применения и увеличиваются в прогрессии по мере продолжения употребления ПАВ.

Алкоголизм. В медицинской энциклопедии алкоголизм определяется так: это заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающего этим заболеванием. Не следует ставить знак равенства между пьянством (неумеренным потреблением спиртных напитков) и алкоголизмом как болезнью. Пьянство порождает алкоголизм, но не является болезнью.

На сегодняшний день алкоголизм является одной из главных причин высоких показателей смертности в нашей стране.

Алкоголь всасывается в кровь и разносится по всем системам и органам, нарушает физиологические процессы, затрудняет работу органов. Организм воспринимает поступившее вещество как яд и пытается избавиться от него или расщепить на безопасные элементы.

Первое время последствия воздействия этанола на организм не так заметны, однако при регулярном употреблении уже очень скоро после приема алкоголя начинают проявляться тревожные симптомы.

Из-за губительного воздействия алкоголя на клетки головного мозга и центральную нервную систему у пьющего человека наблюдается множество психоэмоциональных расстройств. Последствиями чрезмерного употребления алкоголя в течение продолжительного времени могут стать серьезные патологии: умственная деградация, слабоумие, галлюцинации, амнезия, инсульт, психозы (в частности, белая горячка) и т. д.

Вследствие хронического алкоголизма сосуды головного мозга становятся чрезвычайно хрупкими, появляется риск их разрыва.

Большая часть выпитого спиртного попадает в желудок. Всасываясь в стенки, этанол вызывает ожог слизистой, провоцирует воспалительные процессы и сопутствующие заболевания.

Печень — этот тот орган, который страдает от отравляющего действия алкоголя, пожалуй, наиболее значительно. В органе начинают происходить патологические изменения, вызывающие появление и развитие опасных заболеваний.

Жидкость, попавшая в организм, фильтруется почками. Накопившиеся токсины становятся причиной нарушения кровообращения в тканях почек. Далее почки перестают образовывать и выводить мочу, что приводит к сильнейшей интоксикации.

Проходя через легкие, токсины высушивают легочную поверхность, бронхи, трахею. Как следствие, алкоголик испытывает недостаток кислорода, одышку, приступ удушья.

После злоупотребления алкоголем как у мужчин, так и у женщин страдают репродуктивные функции. Употребления алкоголя в больших количествах увеличивает риск патологий плода и негативно влияет на здоровье будущего ребенка. Кроме того, алкоголизм одна из наиболее частых причин беспорядочных половых связей. Проходящие зачастую в антисанитарных условиях, со случайными партнерами, без предохранения, они значительно увеличивают риск заражения инфекциями и венерическими заболеваниями.

У детей и подростков зависимость развивается гораздо более стремительно, чем у взрослых. Последствия приема алкоголя для здоровья у детей и подростков также проявляется значительно быстрее, вследствие чего нарушается качество разных сфер жизни: учебы, отношений с близкими, друзьями, социальным окружением. У подростков часто меняется настроение от безудержной веселости до глубочайшей депрессии, что имеет свои последствия в виде причинения непоправимого ущерба здоровью и жизнедеятельности.

Употребление алкоголя часто приводит к следующим социальным последствиям: драки, скандалы, потеря близких людей, кражи, сексуальное насилие, материальный ущерб, оскорби-

тельное поведение, сопротивление полиции при аресте, вождение в нетрезвом виде, высокий процент суицидов среди алкоголиков.

Курение. Курение формирует у человека труднопреодолимую зависимость. Эффект от употребления никотина схож с действием наркотика. Процесс курения способствует выработке мозгом дофамина. Гормон отвечает за получение удовольствия организмом, по этой причине у человека возникает стойкое привыкание к табаку.

Табак — это медленный яд. Первыми начинают развиваться болезни, для которых в организме созданы наиболее благоприятные условия. Снижается функция регенерации тканей. Курение оказывает влияние на мозг, легкие, сердце, желудок, кожные покровы, иммунитет, конечности, а также на нервную, репродуктивную, мочевыводящую системы. Список патологий, которые возникают вследствие его употребления, широк.

Внешний вид человека вполне явно отражает постепенные изменения, которые со временем происходят в организме курильщика: дряблая кожа неестественного оттенка, преждевременные морщины, темный или желтый налет на зубах и кончиках пальцев, ломкие тусклые волосы, деформация губ, вызванная постоянным держанием сигареты, кариес, «кашель курильщика», осиплость голоса, постоянный запах сигаретного дыма от одежды, волос и дыхания.

Вторичный никотиновый дым имеет те же негативные последствия для организма, что и его употребление напрямую. По этой причине запрещается курение во многих местах общественного пользования.

Результатом вдыхания табачного дыма является повышение риска развития у человека онкологических заболеваний. У детей многократно повышается риск развития рака мозга.

У потомства курящих мужчин отмечается в 5 раз больше физических и психических аномалий. Сигаретный дым крайне негативно влияет на развитие плода в утробе матери.

Человек, страдающий пагубной привычкой, больше подвержен стрессу. Вялость, апатия, отсутствие сил — такие состояния может отмечать у себя курильщик еще с утра.

Исследования показали, что курение снижает продолжительность человеческой жизни на 10–13 лет. Свыше 4 миллионов погибает от последствий никотиновой зависимости.

5. Упражнение «Марионетка».

Цель: дать участникам на собственном опыте испытать как состояние полной зависимости, так и состояние, когда другой полностью зависит от тебя.

Ход выполнения: участники разбиваются на две группы. В каждой выбирается «марионетка» и «кукловоды». Упражнение заключается в том, что каждой подгруппе предлагается «марионетку» переместить из пункта А в пункт Б. Перемещение осуществляется полностью «кукловодами». После того как все выступят, ведущий проводит групповое обсуждение, во время которого все желающие делятся своими впечатлениями. Хорошо, если в обсуждении будет сделан акцент как на чувствах «марионетки», так и на чувствах «кукловодов», управляющих ее движениями.

Участники могут говорить о разных чувствах: неудобстве, напряжении или, наоборот, чувстве собственного превосходства, комфорта; важно показать, что состояние зависимости и гиперопека делают отношения между людьми искаженными и неполноценными. Это упражнение имеет широкое поле ассоциаций, связанных как с ситуацией «наркоман — наркотик», так и со своеобразными отношениями, возникающими в семье подростка или в компании сверстников.

6. Скульптура «Полет жизни».

Цель: дать возможность участникам почувствовать на себе силу поддержки значимых для человека сфер жизни.

Ход занятия: участникам раздаются их роли: «Полет жизни», «Друг», «Воспитатель», «Спорт», «Общество», «Свобода выбора», «Самореализация», «Успех», «Доверие», «Счастье», «Творчество», «Работа», «Правила» и т.д. Ведущий или участник (при наличии достаточного ко-

личества человек) может играть роль «Зависимости». Каждому можно раздать по поддерживающей фразе исходя из роли («У тебя все получится», «Горжусь тобой», «Будешь здоровым», «Заработаем на отдых» и т. д.).

Создается фигура, олицетворяющая «Полет жизни»: участник на одной ноге (на носочках) парит в процессе жизни, руки расправлены в стороны, как крылья у птицы. Участник пробует занять такую позицию.

- Легко ли находиться в таком положении?
- Какие чувства испытываешь в этом состоянии?

После чего остальные участники по очереди помогают первому удержать равновесие в таком положении. Допускается аккуратно наклонять фигуру в разные стороны. Участникам необходимо поддерживать основную фигуру.

Затем, когда фигура находится в обычном положении, «Зависимость» уводит остальные роли по одному, по мере того, как идет нарушение сфер жизни из-за приема наркотических веществ, алкоголя и т. д.

После упражнения необходимо снять роли со всех участников.

Обсуждение:

- как фигура себя чувствовала: с поддержкой? когда фигуру наклоняли в разные стороны? когда сферы жизни покидали основную фигуру?
- какие эмоции испытывали остальные участники?

7. Подведение итогов.

Цель: выяснить степень удовлетворенности участников занятием и получить отзывы, закрепить положительные эмоции, создать позитивное настроение.

Ход выполнения: участники группы дают обратную связь относительно занятия, своих чувств и настроения.

Занятие 3. «Миф или реальность».

Цель: расширение представлений о наркоситуации в обществе и отношении человека к наркотикам.

Материал и оборудование: картинки со сферами жизни; таблички с названиями «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не имею точного мнения»; листы с циферблатом; фломастеры.

Ход занятия.

1. Шерринг.

Цель: актуализировать эмоциональное и физическое состояние участников, создать доверительную атмосферу, узнать настрой на работу.

Ход выполнения: участники группы дают обратную связь относительно своего состояния, эмоций, чувств перед началом работы.

2. Разминка.

Цель: налаживание доверительных отношений с группой.

Ход выполнения: каждый из участников (по кругу или в произвольном порядке) дополняет фразу: «Никто в группе не знает, что я на этой неделе...» Например: «Никто в группе не знает, что я сегодня не услышал звонок будильника», или «Никто в группе не знает, что больше всего на свете я люблю соленые огурцы», или «Никто в группе не знает, что мне снилось сегодня ночью... И я никому не скажу!»

3. Упражнение «Сферы жизни».

Цель: формирование представлений о влиянии алкогольного и наркотического опьянения на сферы деятельности человека.

Ход упражнения: что же такое ПАВ и в чем их коварные свойства? Крупнейшие умы мира отмечали, что беды, причиняемые потреблением ПАВ, превышают те беды, что несут человечеству чума, голод и война вместе взятые. Чем же они опасны? Перед вами ряд картинок, изображающих различные сферы деятельности (школа, производство, транспорт, самолет, магазин, улица, дорога и пр.). Выберите любую картинку и подумайте, какие последствия для окружающих могут быть, если присутствует человек в наркотическом или алкогольном опьянении.

Примерные ответы детей:

- наркоман-водитель или пешеход могут стать причиной аварии на дороге;
- наркоман-пассажир может получить травму, может травмировать других (например, в метро упасть с эскалатора);
- наркоманы-водители теряют контроль над собой, устраивают гонки на дорогах;
- наркоман-водитель может уснуть за рулем, и машина станет неуправляемой;
- на дороге обстановка меняется очень быстро. Нужно обладать хорошей реакцией, трезво оценивать ситуацию. У наркотически пьяного человека реакция заторможена, он невольно может стать виновником несчастия. Потом придется ремонтировать машины, оплачивать лечение пострадавших. Наркомания дорого обходится на транспорте.

На картинках представлены некоторые случаи, однако сложно себе представить какую-либо сферу деятельности человека, на которую бы не влияли вещества.

4. Ролевая игра «Цель».

Цель: формировать у подростка осознанную позицию в отношении вредных привычек и выработать у него навыки аргументированной защиты.

Ход упражнения: выбирается ведущий, который задает себе цель, которую он хотел бы достичь. На доске написано слово «цель», до которой ведущий должен добраться. Между ведущим и целью стоят вредные привычки — участники занятия, которые выполняют свою роль («наркотик», «сигарета», «пиво», «энергетические напитки», «компьютер», «социальные сети»). Ведущий старается пробиться сквозь них к цели, но «вредные привычки» не дают это ему сделать. Каждая из «привычек» говорит от имени своей роли о том, как она будет мешать главному герою, а он должен придумать способ справиться с ней. Каждый из учащихся со своей позиции приводит аргументы.

5. Информационный блок.

Привычки, наносящие вред здоровью, называются вредными. Иногда человек совсем не задумывается над тем, что читать лежа — это вредная привычка, которая наносит серьезный вред здоровью. Наиболее опасное влияние на здоровье оказывает употребление табака, алкоголя, наркотиков.

Под воздействием табакокурения, алкоголя, наркотиков поражаются внутренние органы (сердце, легкие, желудок, сосуды, головной мозг). Снижается работоспособность человека, ослабевает зрение, слух, память. Меняется и поведение людей: они становятся неуправляемыми и способны совершать поступки, опасные для собственной жизни и жизни окружающих. Также определенный вред здоровью и формированию личности человека наносит и стремление часто играть в компьютерные игры, общение online. Жизнь таких людей становится однообразной, они перестают стремиться к цели, их не интересуют окружающий мир, они многого могут не успеть узнать в жизни. Вредными эти привычки называются еще и потому, что от них очень трудно отказаться, т. к. они вызывают зависимость (болезнь). Последствия, которые наступают в результате их ограничения, настолько болезненны, что человек не может справиться с ними сам и в результате погибает.

6. Упражнение «Миф или реальность».

Цель: повышение информационной грамотности в вопросах о ложных представлениях влияния наркотической зависимости на общество.

Ход упражнения: ведущий предлагает участникам занять определенные места в кабинете в соответствии со следующими утверждениями: «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не имею точного мнения». После выбора позиции ведущий поясняет каждое из утверждений.

Миф	Описание
Употребление алкоголя и сигарет не способствует распространению наркомании	Алкоголь и сигареты являются легализованными наркотиками. Как правило, первая проба курительной смеси или какого-то другого нелегального наркотика происходит именно в тех компаниях, где просто принято курить сигареты и выпивать алкоголь. Когда человек находится под воздействием алкоголя или табака — ему уже не представляется чем-то опасным попробовать «нечто новое», поскольку алкоголь и сигареты лишают его адекватного, трезвого восприятия реальности. Согласно исследованиям специалистов, практически все наркозависимые начинали свой путь в наркоманию с курения сигарет и употребления алкоголя.
В жизни все надо попробовать, в том числе и наркотики	Часто так говорят люди, заинтересованные в том, чтобы новички решились и продолжали «пробовать» наркотики всю оставшуюся недолгую жизнь. После пробы наркотиков просто «за компанию» вряд ли вы захотите (и сможете) попробовать что-то другое. Многие, что для вас на самом деле интересно сейчас, после начала употребления наркотиков окажется недоступным. Кажется, что наркотики — это одна из дверей, которую интересно открыть. На самом деле эта дверь сама захлопывается за вами, и вы оказываетесь запертыми в маленькой камере.
Наркотики помогают общению и сближают людей	Фактически наркотики сближают людей подобно алкоголю. А много ли у вас друзей, которых вы приобрели в состоянии алкогольного опьянения? Вряд ли. С течением времени круг интересов наркоманов неизбежно сужается. В конце концов его интересы сводятся к наркотикам и всему, что с ними связано. Вот и выходит, что алкоголиков объединяет бутылка, а наркоманов объединяет наркотик. О каком-то духовном единстве речь не идет. Просто им легче так добывать наркотики. Практически у наркоманов нет друзей, есть только знакомые. Существует довольно интересный факт, что любой наркотический препарат обладает поразительным свойством развивать эгоизм. Наркоман не считает зазорным кинуть своего недавнего партнера по приобретению наркотика.
Есть люди, которые принимают наркотики много лет и прекрасно живут	Довольно редко они рассказывают о себе, что «живут прекрасно», только чтобы не признавать свои проблемы. Чаще же от них можно услышать примерно следующее: «Дурак я, что связался с наркотиками, теперь никак не бросить...» И каждый из тех, кто употребляет наркотики много лет, хоть раз, да пытался отказаться от них. Если у тебя все в порядке, то зачем вообще наркотики?
Наркотические препараты помогают создавать позитивное настроение	Этот миф не обманывает, он только не договаривает часть правды. Нельзя отрицать тот факт, что наркотики могут улучшить настроение. Но мало кто из наркоманов говорит об обратной стороне медали подобного способа улучшения настроения. Вполне понятно, что чем чаще наркоман обращается к наркотикам для получения позитивного настроения, тем меньше у него появляется возможностей приобрести положительное настроение без них. Такой процесс практически необратим. Вся суть состоит в том, что такие маленькие радости жизни, как дружба, любовь, юмор и т. п., практически становятся неконкурентоспособными с ощущением состояния, которое дает наркотик. Говорить о том, что такие чувства у наркомана полностью отсутствуют, нельзя. Они у него есть, но они извращены нарко-

	тиком до крайней степени и неразрывно связаны с ним в его сознании. В конце, концов создается такая ситуация, когда без наркотика не может быть никакого положительного настроения. Сознание наркомана становится рабом наркотика, который становится единственным шансом испытывать радости жизни. Для наркомана наркотик становится единственным лучом света в «сумраках обыденной» жизни. Стоит ли менять свою свободу и радости жизни на сомнительные, возможно, более яркие, но мимолетные ощущения от приема наркотиков?
Чистые наркотики безвредны	Наркотики вызывают зависимость, неважно, «чистые» они или нет. А зависимость «выбивает» из нормальной жизни — теряешь друзей, не можешь ни работать, ни учиться. Возникают проблемы в отношениях с близкими людьми и с властями. Потом из-за этой зависимости начинаешь увеличивать дозу. К тому же не существует «чистых» нелегальных наркотиков — все, что продается, в той или иной степени загрязнено побочными «и иногда ядовитыми» примесями.
Употреблять или не употреблять наркотики — личное дело каждого	Если жить в полном одиночестве, то это могло бы быть личным делом. А так за это расплачиваются другие: лечат травмы и болячки, оплачивают больничные листы, работают — пока человек «балдеет», страдают от его выходок и «вытаскивают» его из полиции после них же. Кроме того, наркоманы неизбежно встают на путь преступлений, чтобы добыть средства на наркотики, втягивают в наркоманию других людей, в первую очередь, детей. Потребление наркотиков не является личным делом, так же как и не является личным делом воровство и грабеж. Государство с помощью законов регулирует некоторые виды общественных отношений и деяний своих граждан именно потому, что они не являются «личным делом», в т. ч. производство, распространение и употребление наркотиков.

7. Упражнение «Круг нашей жизни».

Цель: задуматься о своей жизни и о жизни людей рядом с вами.

Ход упражнения: психолог чертит на доске большой круг и предлагает задание: это срез вашей жизни, одного типичного дня. Сначала разделим круг на четыре части пунктирными линиями.

В каждой четверти шесть часов. Пусть теперь кто-нибудь покажет, сколько времени у него уходит на:

- школу,
- сон,
- друзей,
- домашнее задание,
- семью,
- одиночество,
- работу по дому,
- на все остальное.

Глядя на круг своей жизни, задайте себе следующие вопросы:

- доволен ли тем, как проходит день?
- пусть в идеале, но какие границы хотелось бы вы изменить в этом круге?
- что легко, а что сложно изменить в вашей жизни?
- чего не хватило для верного отображения вашей жизни?
- почему мы все-таки ждем и стремимся к изменениям?

8. Подведение итогов.

Цель: выяснить степень удовлетворенности участников занятия, получить отзывы, закрепить положительные эмоции, позитивное настроение.

Ход выполнения: участники группы дают обратную связь относительно занятия, своего самочувствия и настроения.

Литература

1. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. СПб: Питер, 2005.
2. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб: Речь, 2014.
3. Колесов Д. В. Болезни поведения. Воспитание здорового образа жизни. М.: Дрофа, 2002.
4. Корнилова Т., Григоренко Е., Смирнов С. Подростки групп риска. СПб: Питер, 2005.
5. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками». Практическое руководство для школьного психолога. М.: Генезис, 2015.
6. Кристева Ю. Бахтин, слово, диалог и роман // Вестник Московского университета. Серия 9. Филология. 1995. №1. С. 97–125.
7. Образование в области профилактики аддиктивных форм поведения. В помощь образовательному учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / Хасан Б.И. и др. М.: Вариант, 2003.
8. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1982.
9. Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажиллина И.И., Видерман Н.С. Профилактика наркомании у подростков. От теории к практике. М.: Генезис, 2017.
10. Шабанов П.Д., Штакельберг О.Ю. Наркомании: патопсихология, клиника, реабилитация. СПб, 2000.
11. Шилова Т.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. Практическое пособие. М.: Айрис Пресс, 2015.

References

1. Ann L. Psikhologicheskii trening s podrostkami. Saint Petersburg: Piter, 2005 (In Russ.).
2. Breslav G.E. Psikhologicheskaya korrektsiya detskoj i podrostkovoij agressivnosti. Uchebnoe posobie dlya spetsialistov i diletantov. Saint Petersburg: Rech', 2014 (In Russ.).
3. Kolesov D. V. Bolezni povedeniya. Vospitanie zdorovogo obraza zhizni. Moscow: Drofa, 2002 (In Russ.).
4. Kornilova T., Grigorenko E., Smirnov S. Podrostki grupp riska. Saint Petersburg: Piter, 2005 (In Russ.).
5. Krivtsova S.V., Mukhamatulina E.A. Trening "Navyki konstruktivnogo vzaimodeistviya s podrostkami". Prakticheskoe rukovodstvo dlya shkol'nogo psikhologa. Moscow: Genezis, 2015 (In Russ.).
6. Kristeva Yu. Bakhtin, slovo, dialog i roman. Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 9. Filologiya = Moscow University Philology Bulletin, 1995, no. 1, pp. 97–125 (In Russ.).
7. Khasan B.I. et al. Obrazovanie v oblasti profilaktiki addiktivnykh form povedeniya. V pomoshch' obrazovatel'nomu uchrezhdeniyu: "Profilaktika zloupotrebleniya psikhoaktivnymi veshchestvami". Moscow: Variant, 2003 (In Russ.).
8. Selye H. Stress bez distressa [Stress without distress]. Moscow: Progress, 1982 (In Russ.).
9. Sirota N.A., Yaltonsky V.M., Khazhilina I.I., Viderman N.S. Profilaktika narkomanii u podrostkov. Ot teorii k praktike. Moscow: Genezis, 2017 (In Russ.).
10. Shabanov P.D., Shtakelberg O.Yu. Narkomanii: patopsikhologiya, klinika, reabilitatsiya. Saint Petersburg, 2000 (In Russ.).
11. Shilova T.A. Psikhodiagnostika i korrektsiya detei s otkloneniyami v povedenii. Prakticheskoe posobie. Moscow: Airis Press, 2015 (In Russ.).

Информация об авторах

Колесник Светлана Александровна

педагог-психолог, Координационный центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи), г. Мурманск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2884-5358>, e-mail: kolesnik.s.a@yandex.ru

Огородникова Наталья Евгеньевна

педагог-психолог, Координационный центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи), г. Мурманск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2033-0763>, e-mail: ruby306@yandex.ru

Шмуйлович Елена Вячеславовна

педагог-психолог, Координационный центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ГОБУ МО ЦППМС-помощи), г. Мурманск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5930-512X>, e-mail: elenashmuilovich@gmail.com

Information about the authors

Svetlana A. Kolesnik

Teacher-Psychologist, Coordinating Center for Assistance to the Family Placement of Orphans and Children Left Without Parental Care, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2884-5358>, e-mail: kolesnik.s.a@yandex.ru

Natalia E. Ogorodnikova

Teacher-Psychologist, Coordinating Center for Assistance to the Family Placement of Orphans and Children Left Without Parental Care, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2033-0763>, e-mail: ruby306@yandex.ru

Elena V. Shmuylovich

Teacher-Psychologist, Coordinating Center for Assistance to the Family Placement of Orphans and Children Left Without Parental Care, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance, Murmansk, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5930-512X>, e-mail: elenashmuilovich@gmail.com

Получена 16.09.2022

Received 16.09.2022

Принята в печать 04.12.2022

Accepted 04.12.2022

Развитие региональных практик психологического сопровождения в образовании и социальной сфере

Development of Regional Psychological Support Practices in Education and Social Sphere

Психолого-педагогическая программа «ГИА: Шаг вперед (режим online)»

Ботова Н.Д.

*Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Курчатовского района г. Челябинска (МАУ «ЦППМСП Курчатовского района г. Челябинска»), г. Челябинск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6688-2411>, e-mail: natalya_mihalkova@bk.ru*

Программа «ГИА: Шаг вперед (режим online)» является одним из вариантов психопрофилактической помощи выпускникам в русле формирования компетенций, способствующих обеспечению психологической готовности школьников к ГИА. Особенностью курса является возможность реализации в онлайн-формате на всех этапах, опора на интерактивные возможности онлайн-технологий с помощью сочетания традиционных методов (тренинг, мини-лекция, дискуссия) и инновационных, реализуемых с помощью современных технологий (интерактивные проективные упражнения, создание участниками «диджитал сториз»). Программа эффективна в качестве профилактики факторов стресса, связанных с необходимостью соблюдать повышенные меры безопасности, тревогой о здоровье близких, со снижением количества и качества непосредственного общения. В апробации программы приняло участие 36 учащихся общеобразовательных школ г. Челябинска. В качестве определяющего фактора для участия в программе выступал фактор личной заинтересованности и желания выпускников участвовать в программе.

Ключевые слова: психологическая профилактика, психологическая готовность, сопротивляемость стрессу, государственная итоговая аттестация (ГИА).

Для цитаты: Ботова Н.Д. Психолого-педагогическая программа «ГИА: Шаг вперед (режим online)» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 52–72. DOI:10.17759/bppe.2022190303

Psychological and Pedagogical Program “State Final Attestation: Step Forward (Online Mode)”

Natalya D. Botova

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance of the Kurchatovsky District of Chelyabinsk, Chelyabinsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6688-2411>, e-mail: natalya_mihalkova@bk.ru

The program “State Final Attestation: Step Forward (online mode)” is one of the options for psychoprophylactic assistance to graduates in line with the formation of competencies that help ensure the psychological readiness of schoolchildren for the State Final Attestation. A feature of the course is the ability to implement it in an online format at all stages, relying on the interactive capabilities of online technologies using a combination of traditional methods (training, mini-lecture, discussion) and innovative methods implemented using modern technologies (interactive projective exercises, creation of a “digital story” by the participants). The program is effective as a prevention of stress factors associated with the need to comply with increased security measures, anxiety about the health of loved ones, with a decrease in the quantity and quality of direct communication. 36 students of comprehensive schools in the city of Chelyabinsk took part in the approbation of the program. The factor of personal interest and desire of graduates to participate in the program acted as a determining factor for participation in the program.

Keywords: *psychological prevention, psychological readiness, resistance to stress, State Final Attestation.*

For citation: Botova N.D. Psychological and Pedagogical Program “State Final Attestation: Step Forward (Online Mode)”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 52–72. DOI:10.17759/bppe.2022190303 (In Russ.).

Актуальность программы

Единый государственный экзамен является сильным стрессом для многих обучающихся, и этот стресс может негативно повлиять как на результаты экзамена, так и на все аспекты функционирования личности. Изменить предэкзаменационную и экзаменационную ситуацию невозможно, однако личностные характеристики выпускника, его восприятие ситуации и собственных возможностей играют решающую роль в успешном прохождении аттестации.

Объективные и субъективные факторы развития в подростковом возрасте могут способствовать более интенсивному развитию тревожности по сравнению с другими возрастными периодами. Противоречивость Я-концепции подростка, возникновение чувства взрослости и реакция эмансипации, возросшая роль референтной группы, многочисленные ситуации выбора, в том числе необходимость профессионального самоопределения, могут выступать в качестве факторов, усиливающих тревогу и затрудняющих формирование психологической готовности к ГИА.

Большинство учащихся не уверены в своих знаниях, недостаточно осведомлены о процедуре проведения ГИА, не освоили в полной мере эффективные способы саморегуляции. Многие выпускники испытывают трудности с организацией процесса самостоятельной познавательной

деятельности, не ощущают достаточной мотивации для систематических занятий, а страх, связанный с вероятностью не оправдать собственные ожидания и ожидания значимых людей, оказывает дополнительное «парализующее» воздействие на процесс подготовки.

Психологическая готовность к экзамену предполагает процесс мобилизации, актуализации внутренних ресурсов учащихся и позволяет личности целенаправленно использовать свою компетентность в решении конкретных деятельностных задач, сохранять самоконтроль собственных текущих психических процессов и компонентов деятельности на протяжении необходимого времени, структурировать деятельность и перестраивать ее в соответствии с постоянно меняющимися условиями этой деятельности. Формирование психологической готовности к экзамену зачастую требует специально организованной психолого-педагогической поддержки.

Эта поддержка особенно важна для определенных категорий учащихся: школьников с высоким уровнем личностной тревожности; с низким уровнем развития произвольности, самоорганизации; для учащихся с нестабильной, низкой или неадекватной самооценкой; для быстро утомляющихся, астеничных школьников с низкой работоспособностью. Многие выпускники недооценивают свой интеллектуальный и академический потенциал, что также негативно влияет на мотивацию к подготовке.

Содействие формированию психологической готовности к ГИА должно быть комплексным, воздействующим на все основные составляющие феномен компоненты.

Когнитивный компонент связан с комплексом упорядоченных знаний, навыков работы с материалом, а также с особенностями развития когнитивной сферы учащегося, сформированностью понятийного мышления, смыслового запоминания, категоризации. Работа с тестовыми заданиями требует высокой концентрации и переключаемости внимания. Знание своих индивидуальных особенностей позволяет учащимся осознанно управлять познавательными процессами и сформировать индивидуальную стратегию деятельности.

Эмоциональный компонент связан с общим настроением выпускника на экзамен, с комплексом эмоций, определяющимся, в первую очередь, оценкой выпускником своих знаний, умений, способностей. Важной составляющей эмоционального компонента является оптимальный уровень тревоги (не превышающий пороговое значение, за которым эффективность деятельности падает) и параметры стрессоустойчивости школьника.

Умение осознанно проживать, вербализовывать и регулировать свое эмоциональное состояние позволяет выпускникам переживать ситуацию экзамена как ситуацию успеха, получить опыт совладания с трудностями и уверенность в своих возможностях. Поведенческий компонент включает в себя выбор адекватной ситуации и собственным особенностям стратегии деятельности на экзамене.

Проблема формирования комплексной психологической готовности к экзамену сохраняет свою актуальность на протяжении последних десятилетий, однако современные условия требуют новых способов ее решения. В частности, требования к безопасности, доступности и мобильности психолого-педагогической помощи обуславливают обращение к дистанционному онлайн-формату реализации психолого-педагогических программ.

Несмотря на наличие новых технологических возможностей, которые позволяют беспрепятственно проводить дистанционное обучение и расширять каналы коммуникации, в системе онлайн-образования мы встречаемся и с новыми проблемами. Одна из них — это проблема выстраивания межличностной коммуникации, а также необходимость адаптации методов и подходов при сохранении эффективности образовательного процесса.

В случае когда общение опосредовано применением компьютерных технологий, естественный процесс взаимодействия перемещается в техническую среду — в киберпространство, взаимосвязь технических, информационных и социальных реалий мира. Общение, опосредованное интернетом, имеет ряд особенностей, таких, как своеобразие протекания процессов межличност-

ного восприятия в условиях фактического отсутствия невербальной информации, нерегламентированность поведения в силу отсутствия четких правил онлайн-коммуникации.

Отсутствие полноценной перцепции в процессе психолого-педагогического взаимодействия определяет большую сложность в распознавании непосредственных эмоциональных реакций, затрудненность восприятия невербальных реакций участников процесса (жесты, мимика, позы) и, как следствие, трудности в установлении непосредственного контакта и регуляции эмоционального климата в группе.

В связи с этим актуальной является разработка психолого-педагогической программы, направленной на создание комплексных условий для формирования психологической готовности учащихся к ГИА и адаптированной под дистанционный онлайн-формат реализации.

Цель и задачи программы

Цель программы «ГИА: Шаг вперед (режим online)» — создание условий для формирования психологической готовности учащихся к ГИА, актуализация возможностей личности выпускника, обеспечивающих максимальную эффективность и экологичность в процедуре сдачи экзамена.

Задачи программы.

1. Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ГИА.
2. Создание оптимального психологического настроения у учащихся, их родителей и педагогов во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.
3. Повышение сопротивляемости стрессу, отработка навыков уверенного поведения у учащихся.
4. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.
5. Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
6. Развитие эмоционально-волевой сферы, развитие чувства эмпатии, внимания к себе и доверия к окружающим.
7. Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок и стратегий поведения.
8. Развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников.

Программа опирается на следующие **принципы**:

- принцип системности (обеспечивает единство всех составляющих программы: целей и задач, форм, методов и приемов);
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей личности (предполагает ориентацию на зону ближайшего развития учащихся, а также возможность индивидуализации форм и приемов психологического сопровождения);
- принцип субъектности означает направленность действий педагога-психолога на развитие у учащихся способностей осознавать себя в связях с окружающим миром, на побуждение самостоятельного осмысления происходящего и своего «Я», на формирование способностей быть стратегом своего поведения, действий и собственной жизни;
- принцип эмоциогенности ориентирует на эмоциональную окрашенность содержания занятия, на психологическую комфортность и эмоциональное благополучие каждого обучающегося;
- принцип активности позволяет удовлетворить потребность учащихся в активных действиях, творческом выражении, самореализации и самоактуализации через реализацию интерактивных технологий в освоении умений и навыков.

Основные направления в реализации программы

Программа включает следующие основные направления: диагностическое направление; психокоррекционная и развивающая работа со школьниками; консультирование учащихся, родителей, педагогов; профилактическая работа; психологическое просвещение.

Психокоррекционная и развивающая работа с учащимися включает цикл групповых тренинговых занятий с элементами лекции, игр и рефлексии; используются такие методы работы, как дискуссия, беседа, мини-лекция, игры, упражнения.

Психодиагностическое направление в реализации программы предполагает получение информации об уровне психического развития учащихся, выявление индивидуальных особенностей и проблем участников образовательного процесса. Диагностический комплекс включает диагностику тревожности, саморегуляции и общего уровня психологической готовности к ГИА. Результаты диагностики являются базой для определения зоны ближайшего развития учащихся, составления индивидуальных рекомендаций для выпускников и их родителей.

Профилактическая работа направлена на предотвращение возможных проблем в развитии и взаимодействии участников образовательного процесса. Психологическое консультирование направлено на оптимизацию взаимодействия участников образовательного процесса. Психологическое просвещение направлено на создание условий для повышения психологической компетентности участников образовательного процесса (повышение уровня психологических знаний и включение имеющихся знаний в структуру деятельности). Взаимодействие с родителями выпускников и педагогами (в форме тематических родительских собраний, консультаций) охватывает такие направления, как: обсуждение и коррекция нереалистических установок и ожиданий по отношению к экзамену; разработка индивидуальной стратегии по психологической подготовке выпускников; ознакомление с психологической спецификой ГИА в целом и трудностями отдельных групп выпускников.

Используемые методы и методики

На предварительном этапе реализации программы применяются теоретические методы работы: анализ психолого-педагогической и специальной литературы.

На профилактическом этапе реализации программы используются методы психологического просвещения участников реализации программы: наглядные (рассылка информационных буклетов о программе) и вербальные (проведение видеоконференции — анонса программы, ответы на вопросы учащихся и родителей по вопросам проведения программы).

На диагностическом этапе реализации программы применяются следующие методы исследования: анкетирование, тестирование. Диагностика реализуется в дистанционном формате (с помощью средств видеосвязи и электронной почты). Для реализации диагностического этапа программы используются следующие методики: анкета «Готовность к ОГЭ/ЕГЭ» М.Ю. Чибисовой, методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка, опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой.

На организационном этапе на основе методов количественного и качественного анализа результатов диагностики с учетом возможных противопоказаний участников и оптимального количества участников осуществляется комплектование групп.

Основной этап реализации программы включает проведение тренинговых занятий онлайн с учащимися и их родителями, видеолекций в соответствии с тематическим планированием, консультирование родителей и педагогов по вопросам психологической подготовки учащихся к ГИА онлайн, предоставление родителям обратной связи о динамике развивающей работы. Методы, используемые на основном этапе реализации программы: групповая дискуссия, мини-лекция, беседа, арт-терапевтические методы (изотерапия, нарратив, сторителлинг), методы саморегуляции и телесно-ориентированные техники (нервно-мышечная релаксация, дыхательные техники, кине-

зиологические упражнения), психогимнастические игры, методы психологического консультирования, метод групповой рефлексии.

Завершающий этап предполагает диагностику уровня психологической готовности к ГИА участников по окончании реализации программы, оценку результатов программы с точки зрения достижения прогнозируемых результатов, составление психолого-педагогических рекомендаций для родителей и специалистов, обсуждение итогов развивающей работы с родителями, специалистами. Итоговая диагностика после реализации программы для оценки эффективности выполняется с помощью основного блока методик.

Новизна профилактической программы «ГИА: Шаг вперед» заключается в проектировании курса с возможностью реализации онлайн на всех этапах, в максимизации интерактивных возможностей онлайн-технологий с помощью сочетания традиционных методов (тренинг, мини-лекция, дискуссия) и инновационных, реализуемых с помощью современных технологий (интерактивные проективные упражнения, создание участниками «диджитал стори»).

Необходимость реализации программы профилактической направленности в онлайн-формате для обучающихся выпускных классов связана с тем, что выпускники и их семьи в настоящее время испытывают влияние сразу нескольких стрессовых факторов, в том числе связанных с необходимостью соблюдать повышенные меры безопасности, тревогой за здоровье близких, снижением количества и качества непосредственного общения. Все это создает неблагоприятный фон для формирования всех компонентов психологической подготовки к ГИА: когнитивного (в условиях стресса систематическая интенсивная интеллектуальная деятельность затруднена), эмоционального (большинство выпускников регулярно испытывают негативные эмоциональные состояния, затрудняющие подготовку к экзамену, и не умеют их эффективно регулировать), поведенческого (даже при наличии знаний в области регуляции эмоций, стратегий разрешения проблем многие выпускники затрудняются применять эти знания на практике). В современных условиях важно создать условия для актуализации возможностей личности выпускника, для осознания каждым учащимся своего интеллектуального и личностного потенциала, с опорой на который совладание с экзаменационной ситуацией будет более эффективным. Использование современных дистанционных технологий позволит обеспечить безопасность, доступность и мобильность психолого-педагогической поддержки выпускника, а также предоставит возможности самореализации в инновационных формах деятельности.

Критерии и противопоказания к участию в освоении программы

Программа «ГИА: Шаг вперед (режим online)» рассчитана на проведение групповых занятий в дистанционном формате с обучающимися выпускных классов, которые по результатам психолого-педагогической диагностики были включены в группу риска.

Критериями включения обучающихся в группу риска являются высокий уровень тревоги (высокие показатели по шкалам «Тревожность» по методике диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка, по шкале «Уровень тревожности» анкеты «Психологическая готовность к ОГЭ и ЕГЭ» М.Ю. Чибисовой) и наличие ряда индивидуально-психологических особенностей личности: низкий уровень самоорганизации, произвольности и самоконтроля, высокая утомляемость, низкая работоспособность, низкая или неадекватная самооценка (низкие показатели уровня саморегуляции по методике «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой).

В реализацию программы могут быть включены также выпускники с результатами диагностики, соответствующие диапазону средних возрастных показателей, в целях профилактики последствий экзаменационного стресса.

Важным принципом при комплектовании групп является добровольность участия в программе.

Для включения обучающегося, имеющего статус ОВЗ, необходима консультация ведущего специалиста. Противопоказанием к участию в программе является наличие психиатрического диагноза.

Повышению эффективности тренинга в онлайн-формате также способствует оптимальное число участников. В традиционной тренинговой группе нежелательно число участников, превышающее 18 человек, — это ведет к резкому снижению уровня продуктивной обратной связи, уменьшению времени, уделяемого каждому участнику, исчезновению условий для проявления активности каждого человека.

Неудобство большого числа членов группы особенно заметно при фиксации времени, затрачиваемого на групповую рефлексию после проведения упражнений. Оптимальное число участников составляет 8–12 человек.

Нежелательно включать в одну группу близких родственников (сиблингов); гетерогенные по полу группы также являются предпочтительными при комплектовании групп.

Описание сфер ответственности, прав и обязанностей участников реализации программы

Контингент участников реализации программы: директор центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (либо директор школы), заместитель директора, обучающиеся на этапе окончания средней (9-е классы) и старшей (11-е классы) школы в возрасте от 14 до 17 лет и их родители (законные представители), педагог-психолог, классные руководители 9-х и 11-х классов.

Директор осуществляет контроль за организацией занятий по программе «ГИА: Шаг вперед (режим online)»; утверждает списки обучающихся 9-х и 11-х классов, включенных в реализацию программы.

Заместитель директора утверждает сроки и этапы реализации проводимых мероприятий по программе «ГИА: Шаг вперед (режим online)», при необходимости координирует действия участников реализации программы.

Классные руководители 9-х и 11-х классов доводят до сведения обучающихся выпускных классов и их родителей (законных представителей) сроки и время проведения занятий по программе «ГИА: Шаг вперед (режим online)»; участвуют в реализации программы (посещают онлайн-видеолекции, получают консультации ведущего специалиста по вопросам организации условий в образовательной организации для обучающихся, способствующих формированию психологической готовности к ГИА).

Родители (законные представители) участвуют в реализации программы (посещают онлайн-видеолекции и тренинговые занятия для родителей выпускников, получают консультации педагога-психолога по вопросам организации условий в семье для обучающихся, способствующих формированию психологической готовности к ГИА).

Педагог-психолог осуществляет диагностику выпускников с целью выявления уровня психологической готовности к ГИА, анонсирует возможности программы для всех участников, формирует по результатам проведения психолого-педагогической диагностики список обучающихся группы риска; реализует проведение тренинговых занятий и видеолекций онлайн с учащимися, родителями и классными руководителями, консультирование родителей и педагогов по вопросам психологической подготовки учащихся к ГИА онлайн; анализирует динамику уровня психологической готовности обучающихся выпускных классов в процессе и по итогам реализации программы, предоставляет родителям обратную связь о динамике профилактической и развивающей работы.

Программа разработана в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка; Конституцией Российской Федерации; Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»; Национальной доктриной образования Российской Федерации.

Сроки и этапы реализации программы

Этап	Содержание	Сроки реализации
Профилактический	Информирование потенциальных участников программы о возможностях и условиях реализации программы (рассылка информационных буклетов, проведение видеоконференции)	1 неделя
Диагностический и организационный	Проведение и анализ результатов диагностики, комплектование групп	1 неделя
Основной этап	Проведение тренинговых занятий онлайн с учащимися и их родителями, видео-лекций, консультаций	8 недель
Завершающий этап	Диагностика психологической готовности участников к ГИА, оценка результатов программы и ее эффективности, составление индивидуальных рекомендаций.	2 недели

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Кадровые: специалисты, принимающие участие в реализации программы, имеют опыт педагогической работы с выпускниками в период сдачи итоговых экзаменов, учитывают возрастные особенности обучающихся 9-11 классов, владеют интерактивными технологиями работы с подростками.

Материально-технические условия: компьютер с доступом к онлайн-сервису организации видеоконференций, наушники, камера и микрофон для обеспечения качественной видео- и аудиосвязи.

Информационные: информирование всех участников реализации программы об условиях проведения групповых и тренинговых занятий (сроки, период и форма реализации, сферы ответственности участников, необходимых ресурсов).

Документальное сопровождение реализации программы: наличие нормативно-правовой и регламентирующей документации, которая обеспечивают деятельность учреждения; локальные акты о реализации программы.

Организационно-методические: памятки, брошюры, содержащие рекомендации по психологической подготовке к экзаменам; диагностический инструментарий.

Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы.

Онлайн-формат проведения программы предполагает сохранение интерактивности коммуникации, соблюдение основных принципов тренинга. Поэтому важен выбор онлайн-платформы, программы для организации видеоконференций, обеспечивающей достаточно высокое качество аудио- и видеосвязи, общий доступ к экрану (для демонстрации презентаций и документов, рисования схем и т. д.), коллективные чаты в группах.

Основные требования, которые предъявляются к таким сервисам, — это воспроизводство трех действительностей тренинга:

- действительность синхронной коммуникации (видео, аудио, чат);
- действительность содержательной работы и трансляции контента (демонстрация презентаций, работа с текстом);
- действительность взаимодействия (деление на группы, возможность взаимодействовать в парах / тройках и т. д.).

Интерактивность взаимодействия обеспечивается правилом активности: включенные камеры всех участников группы в качестве обязательного условия занятий способствуют вовлечению

всей группы в живой диалог, сохранению интереса участников к тренингу. В этом случае ведущий получает возможность не только оперативно получать «обратную связь» от участников, но и использовать активные формы работы и механизмы групповой динамики для поддержания мотивации участников и повышения результативности тренинга.

Ожидаемые результаты программы

- повышение уровня психологической готовности к ГИА учащихся выпускных классов;
- повышение психолого-педагогической компетентности по вопросам психологической подготовки к ГИА учащихся и их родителей;
- снижение уровня тревоги выпускников и их родителей;
- развитие навыков самоконтроля, совладающего поведения, достижение оптимального уровня стрессоустойчивости у выпускников.

Внутренний контроль реализации программы «ГИА: Шаг вперед (режим online)» проводится в процессе и в конце реализации программы заместителем директора учреждения и педагогом-психологом, реализующим программу.

Критерии оценки планируемых результатов: эффективность и результативность профилактической программы «ГИА: Шаг вперед (режим online)» рассматривается через динамику результатов диагностики до и после реализации программы. Диагностический комплекс позволяет выявить основные характеристики, лежащие в основе когнитивного и эмоционального компонентов психологической готовности к ГИА (уровень тревожности и фрустрации, владение навыками самостоятельного планирования и контроля познавательной деятельности), а также гибкость в выборе поведенческих стратегий в условиях стресса (поведенческий компонент). Показателями результативности программы являются снижение уровня тревоги, повышение уровня способности к самоорганизации и самоконтролю, повышение уровня саморегуляции личности.

Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения

Практическая апробация профилактической программы «ГИА: Шаг вперед» для обучающихся выпускных классов была проведена с 1.02.2020 по 01.06.2020 в Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Курчатовского района г. Челябинска. Всего в апробации приняло участие 36 учащихся общеобразовательных школ г. Челябинска (в том числе МБОУ СОШ № 115, МБОУ СОШ № 3, МАОУ СОШ № 152 г. Челябинска, МАОУ Гимназия №26 г. Челябинска, МОУ Вишневогорская СОШ № 37). Из них в группу риска (высокие показатели тревожности, низкий уровень саморегуляции) были включены 19 человек; 17 учащихся с результатами диагностики, не превышающими средние возрастные показатели, были включены в участие в программе с целью профилактики экзаменационного стресса.

В качестве определяющего фактора для участия в программе выступал фактор личной заинтересованности и желания выпускников участвовать в программе. Тренинговые занятия в трех группах учащихся проводились онлайн во второй половине дня один раз в неделю по согласованию с участниками. Видеолекции, занятия в тренинговой форме и консультации для родителей и педагогов проводились в дистанционном формате в вечернее время.

Оценка эффективности реализации программы

Полученные данные в ходе исследования по методике «Диагностика самооценки психических состояний» (по Г. Айзенку) показали, что 52% испытуемых по шкале «тревожность» имеют высокий уровень тревожности, допустимый уровень — у 39%, нетревожны — 9%. Результаты диагностики по итогам реализации программы: высокая тревожность — 22 %, допустимый уровень — у 69 %, нетревожны — 9% (рис. 1).

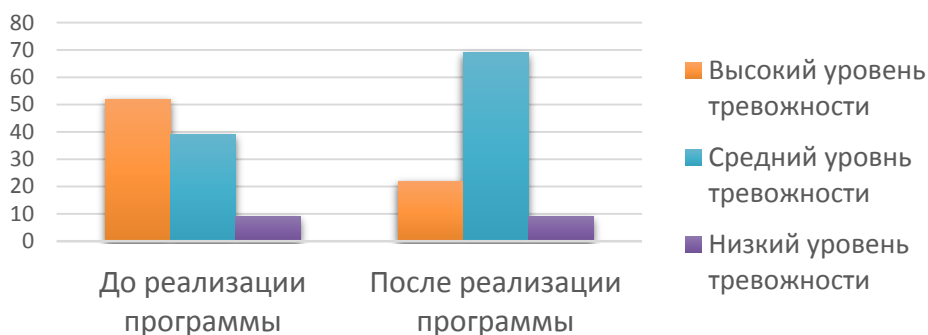


Рис. 1. Результаты диагностики тревожности с использованием методики «Диагностика самооценки психических состояний» (по Г. Айзенку)

В результате исследования саморегуляции и ее психологических механизмов по методике В.И. Моросановой до реализации программы по шкале «общий уровень саморегуляции» у участников программы преобладал низкий уровень саморегуляции (72%); около четверти испытуемых продемонстрировали средний уровень саморегуляции (28%). После проведения программы средний уровень саморегуляции был диагностирован у 47% учащихся, у 31% выявлен низкий уровень саморегуляции, и у 22% — высокий (рис. 2).

Согласно результатам диагностики общего уровня психологической готовности к ГИА с использованием анкеты «Психологическая готовность учащихся к ОГЭ и ЕГЭ» М.Ю. Чибисовой, 58% участников на момент начала реализации программы имели низкий уровень общей психологической готовности к ГИА, 25% — средний, и 17% — высокий. По результатам реализации программы средний уровень общей психологической готовности к ГИА диагностирован у 56% испытуемых, высокий — у 35%, и низкий — у 12% испытуемых (рис. 3).

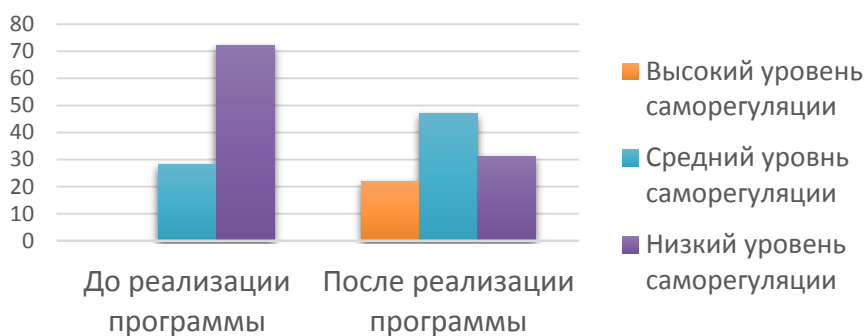


Рис. 2. Результаты диагностики саморегуляции с использованием методики «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой



Рис. 3. Результаты диагностики уровня психологической готовности к ГИА с использованием анкеты «Психологическая готовность учащихся к ОГЭ и ЕГЭ»

Представленные результаты диагностики свидетельствуют о положительной динамике исследуемых показателей и позволяют сделать вывод об эффективности профилактической программы.

Тематический план программы

№	Тема занятия для участников программы	Кол-во уч. часов
0*	Программа «ГИА: Шаг вперед»: анонс основных направлений и ожидаемых результатов программы	1
Блок занятий для родителей		
1	Как помочь выпускникам эффективно и экологично подготовиться в ГИА?	1,5
2	Мой ребенок — выпускник: профилактика стресса	2
3	Как говорить с детьми, чтобы они учились	2
Блок занятий для учащихся		
1	Мои ресурсы	2
2	Мотивация	2
3	Тайм-менеджмент	2
4	Тревога	2
5	Тревога и саморегуляция	2
6	Суперпамять	2
7	Вдохновение и самоподдержка	2

Содержание занятий¹

1. Блок занятий для родителей

Занятие 1. «Как помочь выпускникам эффективно и экологично подготовиться к ГИА?» (конспект видеолекции для родителей и педагогов).

Цель занятия: формирование представлений о трудностях, с которыми может столкнуться выпускник, и возможностях семьи в их преодолении.

В программе «ГИА: Шаг вперед» есть частные цели, которые связаны со снижением тревоги, освоением навыков саморегуляции и т.д. Но глобальная цель, над которой мы с вами работаем, — чтобы выпускной экзамен стал для вашего ребенка историей успеха. Успех будет у каждого разный; но важно, чтобы у ребенка осталось ощущение «я смог, у меня получилось», т. к. ситуации экзамена и шире — ситуации оценки обязательно ребенку еще встретятся, и на положительный опыт, который он получит в период подготовки и сдачи ГИА, он сможет опираться.

Очень важно помнить, что эмоциональное состояние членов семьи не бывает изолированным, обособленным; семья — сообщающиеся сосуды. Если вы сами очень сильно тревожитесь за результаты экзаменов, то вы не сможете организовать взаимодействие с ребенком таким образом, чтобы общение по поводу экзамена было «спокойное деловое» (этот вариант считается наилучшим). Родителю важно справиться с собственной тревогой относительно будущего ребенка и быть способным принимать сильные эмоции ребенка (страх, тревогу, злость) спокойно. «Все, что родитель говорит ребенку, он принесет с собой на экзамен», поэтому важно транслировать спокойствие и поддержку.

¹ Содержание занятий дается в сокращенном виде. Полная версия: <https://rospsy.ru/node/857>

Процент не сдавших ОГЭ год от года не превышает 2–5%; подавляющее большинство тех, кто попадает в непривлекательную статистику, — подростки, которые в силу возраста решили бросить школы, поскольку не видят необходимости в аттестате.

Важно разделить зоны ответственности за результаты экзамена (где ответственность ребенка, а где родителя?). Замечательно, что вы вовлечены, вы готовы помочь, но вы не «основной игрок». Важно, чтобы у ребенка осталось чувство «я сам».

Что происходит с выпускником?

Для некоторых детей ситуация оценки — большой стресс: «если не сдам, тогда все».

Многие боятся разочаровать родителей, боятся, что будущее будет испорчено.

У некоторых есть тревога, которая не осознается, такие дети часто производят впечатление спокойных, позитивных, но тревога может «вылезти» на экзамене.

Важно, чтобы ребенок подошел к экзамену на пике своей подготовки, притом не только академической, но и психологической, в хорошей «эмоциональной» форме, а не в фазе «истощения».

Какие действия родителя нежелательны: очень неблагоприятно для состояния ребенка слышать от родителя негативный прогноз исхода экзамена, негативные оценки его возможностей; крайне нежелательно рисовать перед ребенком «мрачное будущее». Важно помнить: к успеху ведет множество дорог, и «пятерка» на экзамене — только один из этих путей.

Проблемы, с которыми сталкиваются выпускники и их родители.

Проблема: тревожность. Как помочь ребенку? Учить вербализовывать свое эмоциональное состояние. Осваивать вместе с ним техники саморегуляции. Укреплять уверенность ребенка в том, что минимальную планку он перейдет. Акцентировать его сильные стороны, которые могут помочь как в сдаче экзамена, так и в дальнейшем развитии; искать пути их эффективного использования. Составить с ним «запасной план»: что делать, если на экзамене что-то пойдет не так, как он планирует. Если есть возможность и ребенок хочет, можно как-то минимально вовлечься в подготовку — рисовать интеллект-карты, или работать с карточками (даты, иностранные слова), или обсуждать какие-то важные для экзамена темы — чтобы ребенок почувствовал, что он не один. При этом родителю важно избегать обесценивания — «да ладно тебе, не бойся, чего бояться-то». Вместо этого можно транслировать посыл «я понимаю, что ты волнуешься, давай вместе подумаем, что с этим делать».

Проблема: отсутствие мотивации, трудности самоорганизации. Чтобы что-то делать, мы должны: 1) хотеть куда-то попасть; 2) верить, что вот эти шаги точно меня туда приведут; 3) иметь ресурсы, силы для достижения целей. Многим подросткам полезна помощь в составлении плана подготовки к экзамену; план должен быть реалистичным и исключать перегрузки (как правило, лучше каждый день по 40 минут, чем раз в неделю потратить на подготовку полдня).

Проблема: отвлекаемость. Трудности концентрации. Варианты решения: помогать структурировать время и создавать внешние опоры для этого (планы, расписания); согласовать с ребенком систему поощрений; если ребенок чем-то занят, не отвлекать его до того, как он завершит работу; помощь в организации рабочего пространства (тишина, минимум отвлекающих факторов).

Проблема: перфекционизм. Перфекционисты и «отличники»: очень высокая ответственность, организованность, исполнительность. Стремление делать все великолепно, быть самым лучшим (в силу неустойчивой самооценки: или я самый лучший, или «все пропало»). Отсюда тревога и трудности контроля эмоционального состояния. Важно помочь таким детям скорректировать их ожидания и помочь осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». Им необходимо понять, что для получения отличной оценки нет необходимости выполнять все задания идеально. Необходимо избегать сравнения с другими и помочь снизить субъективную значимость ЕГЭ. Важно помочь составить щадящий режим дня и регулировать степень загруженности.

Проблема: трудности «правополушарных детей». Так называемые «правополушарные» дети имеют, как правило, богатое воображение, хорошо развитое образное мышление. Прекрасно воспринимают метафоры, образные сравнения, теряясь при необходимости мыслить логическими категориями. Как правило, они хорошо справляются с гуманитарными предметами. Само по себе тестирование сложно для них, т. к. больше ориентировано на логику, анализ, оперирование фактами. Чтобы учебный материал лучше усваивался, правополушарным детям важно задействовать воображение и образное мышление: использовать сравнения, образы, метафоры, рисунки (использовать сильные стороны). Полезно применять упражнения на снятие эмоционального напряжения.

Проблема: переутомление. Варианты решения: помощь ребенку в организации режима дня, полноценного и регулярного питания, достаточного количества сна и отдыха; включать в планирование дела, которые помогут ребенку восстановить силы, эмоциональные ресурсы (прогулки, хобби, встречи с друзьями, семейные мероприятия и т. д.).

Занятие 2. Мой ребенок — выпускник: профилактика стресса (занятие-тренинг для родителей).

Упражнение «Я — родитель выпускника».

Интерактивное проективное упражнение «Экзамен в моей жизни».

Цель упражнения: рефлексия актуального эмоционального состояния и родительских ожиданий, связанных с экзаменом.

Участники выбирают из предложенных либо находят и демонстрируют самостоятельно изображение, образ, который наилучшим образом характеризует их отношение к экзамену (это может быть рефлексия собственного прошлого опыта родителя или отношение к конкретному предстоящему ребенку экзамену).

Участники делятся своими впечатлениями, эмоциями; в том случае если выбранный образ воспринимается участником в преимущественно негативном ключе, рекомендуется поиск ресурсных сторон образа либо его трансформация. Обсуждается вопрос, «каким образом мой личный опыт может влиять на то, как я отношусь к ситуации экзамена моего ребенка?».

Игра-упражнение «Путешествие в прошлое».

Цель: содействие формированию поддерживающей установки по отношению к ребенку в ситуации экзаменационного стресса.

Родителям предлагается «примерить» на себя роль выпускников 9-х / 11-х классов, «вернуться в прошлое» на определенное количество лет, в то время, когда они сами были выпускниками школы.

Участникам предлагается на несколько минут погрузиться в воспоминания и вспомнить свои эмоции, состояния, которые они испытывали в юности в ситуациях оценки; затем нарисовать образ, который мог бы отразить «себя в прошлом», и ответить на вопросы: «Чего хочет этот подросток? О чем тревожится? Какой поддержки от важных для него людей хотел бы?» и т. д.

Занятие 3. Как говорить с детьми, чтобы они учились (занятие-тренинг для родителей).

Упражнение «Сообщающиеся сосуды».

Родителям выпускников предлагается вообразить сосуд (вазу, стакан и т. д.) и «наполнить» его эмоциями, которые вызывает у них предстоящий экзамен ребенка. Какие состояния «перельются» в «стакан» ребенка? Какими бы эмоциями хотелось бы его наполнить?

2. Блок занятий для учащихся

Занятие 1. Мои ресурсы.

Мини-лекция «Ресурсы: как повысить работоспособность».

Цель: формирование представлений о видах и характере ресурсов, необходимых для подготовки к экзамену.

Чтобы двигаться вперед, развиваться, мы используем «ресурсы». Ресурсы — это все источники, запасы и средства человека. Ресурсы бывают внешние (все, что вокруг нас, — люди, техника, материалы, деньги) и внутренние (здоровье, настроение, эмоциональное состояние, знания, навыки, наши сильные качества). В число внутренних ресурсов входят тесно связанные между собой физические и психологические. И те, и другие важны.

Сегодня я предлагаю нам сосредоточиться на таких внутренних ресурсах, которые связаны с вашим общим физическим состоянием, тонусом, работоспособностью, с общим самочувствием и настроением.

Поскольку подготовка к экзамену — скорее марафон, чем спринт, вовремя восполнять силы, следить за самочувствием — одна из первостепенных задач. Чем более напряженным является жизненный этап, тем более внимательны мы должны быть к своему состоянию.

Упражнение «Мне помогает восстанавливать силы...».

Занятие 2. Мотивация.

Мини-лекция «Мотивация».

Цель: формирование представлений о видах и способах самомотивации.

Как сделать так, чтобы хватило мотивации — движущей силы регулярно заниматься? Многие ребята жалуются на «лень». Но чаще всего речь идет вовсе не о лени, а об одном из вариантов (каких?):

- нет сил и энергии (необходим отдых);
- есть что-то, что сейчас более важно для нас;
- нет личной заинтересованности («надо» вместо «хочу»);
- само понимание цели расплывчато, нет четких критериев ее достижения;
- нет уверенности, что предпринимаемые действия действительно приведут к цели.

Если речь идет об экзамене, какие действия нам необходимо предпринять, чтобы повысить уровень мотивации? (Обсуждение вариантов: определить критерии «успеха» на экзамене, подумать, каков мой личный интерес в процессе подготовки и т. д.)

Полезно также использовать уникальную возможность нашего мозга — не только воспринимать, но и конструировать, придумывать образы. Помните: мозг реагирует в равной степени на все, о чем вы думаете. В эмоциональном смысле для него практически нет разницы между объективной реальностью и вашими фантазиями. Поэтому на предыдущем упражнении мы включали воображение и представляли желанное будущее в мельчайших подробностях.

Помочь нам обрести уверенность в том, что предпринимаемые действия действительно приведут к цели (то есть «я делаю вот это и это на протяжении такого промежутка времени, и тогда с очень высокой долей вероятности достигну желаемого») нам может формулировка не одной, а двух видов целей.

Цели бывают *результативные* и *процессуальные*. Например, результативная цель — сесть на шпагат через год. Процессуальная цель — делать растяжку (предположим) три раза в неделю в течение часа, пропуская тренировку только в особых случаях (каких?). Если нет процесса, не будет и результата.

Когда мы стремимся к чему-то, нужно поставить *две* цели. Цель-результат — сдать экзамен на определенную оценку. Цель-процесс — регулярно (как это? каждый день по полчаса, три раза в неделю по полтора часа?) готовиться к экзамену.

Это поможет нам «есть слона по частям»: мы делим большую цель (сдать экзамен) на маленькие (например, освоить разделы учебного курса). По сути, мы превращаем большую Цель в

последовательность подцелей, задач, которые, в общем-то, вполне можно достичь. Когда вы определите цель, вы сможете приступить к планированию действий.

Занятие 3. Тайм-менеджмент.

Мини лекция «Волшебство тайм-менеджмента».

Цель: формирование представлений о приемах и техниках тайм-менеджмента.

Почему одни люди вечно «ничего не успевают», а у других, кажется, в сутках больше 24 часов? Как успевать вместить в свое расписание занятия, отдых и сон, общение с друзьями, хобби?

«20% усилий дают 80% результата, а остальные 80% усилий — лишь 20% результата», — выяснил один итальянский инженер больше ста лет назад. Этот закон он назвал в честь себя: «Закон Парето», или «Правило 80 на 20».

Конечно, эти цифры (к сожалению) не абсолютные, а наши усилия — не точная наука. Но многие психологи согласны с Парето: правильная расстановка приоритетов действительно способна помочь нам стать эффективнее и «управлять временем». Какие приемы могут нам в этом помочь?

Если нужно «все успеть» — *планируем день заранее и расставляем приоритеты*. Если у нас сегодня (или завтра, т. к. лучше всего планировать с вечера) действительно много дел, многие составляют “To do list” — список дел на день. А можно не просто составить список дел, а расставить их по срочности и важности — и тогда сразу понятно будет, в каком порядке их выполнять. В этом нам может помочь схема (рис. 1).

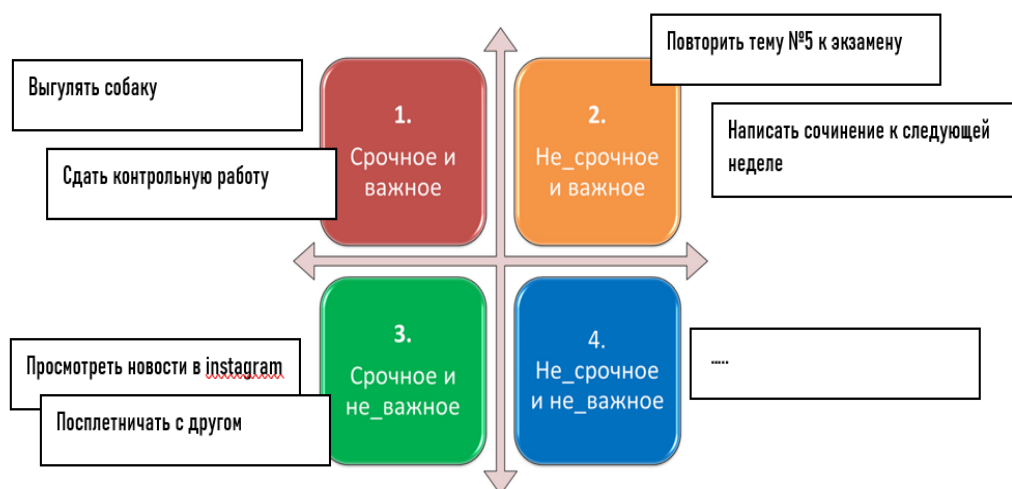


Рис. 1. Приоритеты планирования

Сначала мы делаем важные и срочные дела, потом — важные и несрочные. А дела, которые попали в пункты 3 и 4, никак не влияют на нашу жизнь — ничего не изменится, если мы их не выполним. Их нужно делать только в одном случае: если они помогают нам восстанавливать силы, качественно отдыхать.

Все, что запланировали, обязательно фиксируйте — как вам удобнее. Хоть на бумаге, хоть в мобильном приложении, хоть в ежедневнике. Еще лучше — указывайте время, в течение которого задача будет выполнена.

Не забывайте при планировании дня: сон и еда — это всегда важно и срочно. Помним о наших физических ресурсах!

Занятие 4. Тревога.

Мини-лекция «Тревога: зачем она нужна и что с ней делать».

Цель: формирование представлений о природе и способах снижения тревоги.

Стресс и тревога — реакции организма, которые помогли человечеству выжить как виду. Нашим предкам, сталкивавшимся с хищниками и врагами, стрессовая реакция была необходима для выживания. Она обеспечивала дополнительный выброс энергии, чтобы люди могли сражаться с врагами или быстро убежать от них. Поэтому такую реакцию называли «бей или беги». Схема такая: вижу льва → организм понимает, что чтобы справиться с ситуацией, нужны дополнительные силы, → начинает работать поток гормонов, которые готовят нас к драке или бегу → сердце начинает сильнее биться, повышается кровяное давление, чтобы кровь лучше приливалась к мышцам, обеспечивая их энергией. Мы чувствуем тепло, сильнее потеем (чтобы избежать «перегрева»), может появиться дрожь в руках или ногах.

Тревожность связана со стрессом. Организм предчувствует угрозу; с точки зрения эволюции тревога — важная эмоция. Она помогала нашим предкам подготовиться к трудностям: нападению хищников или нехватке еды. Благодаря тревоге наши предки строили убежища, делали запасы пищи и были всегда «на чеку» — услышав шорох, думали о хищниках, поэтому все органы восприятия обострялись, организм готовился к тому, что нужно будет бежать / драться (тревога вызывает схожие со стрессом реакции).

Реакция «бей или беги» отлично помогала нашим предкам выжить при нападении дикого животного, однако не так полезна сегодня, когда угрозы стали совсем другими. На экзамене нам совсем не поможет, если мы убежим или попытаемся затеять драку. Да и другие события, которые сегодня могут вызвать у нас стресс — например, выступление на публике, конфликты в общении — не предусматривают привычных организму «древних» реакций.

Небольшая степень тревожности нормальна и даже желательна. Небольшое волнение позволяет нам подготовиться и принять необходимые меры предосторожности, столкнувшись с непредсказуемыми событиями. Но если тревога и стресс растут, возникают слишком часто, то они мешают нам действовать спокойно и уверенно — например, на экзамене, когда важно находиться на интеллектуальном и эмоциональном «оптимуме», на стабильном максимуме своих возможностей. Что же делать? Мы можем постараться предотвратить чрезмерный стресс и управлять своим состоянием, когда ощущаем тревогу. Важно помнить, что сейчас нашу тревогу вызывает не «лев», как у наших предков, а некое событие, которые не представляет для нашего организма непосредственной угрозы; реакцию запускает не объект вовне, а наша оценка этого объекта и оценка своих возможностей. То есть, проще говоря, две главные мысли: «Это опасно для меня?» и «Я могу с этим справиться?» Если мы отвечаем «да» на первый вопрос и «нет» на второй, то организм начинает запускать реакцию тревоги, старается привести нас в состояние наилучшей «боевой готовности». Причем эту тревогу может вызывать событие, весьма отдаленное и даже воображаемое. Пример того, как мысли «запускают» эмоции и поведение, приведен на рис. 2.

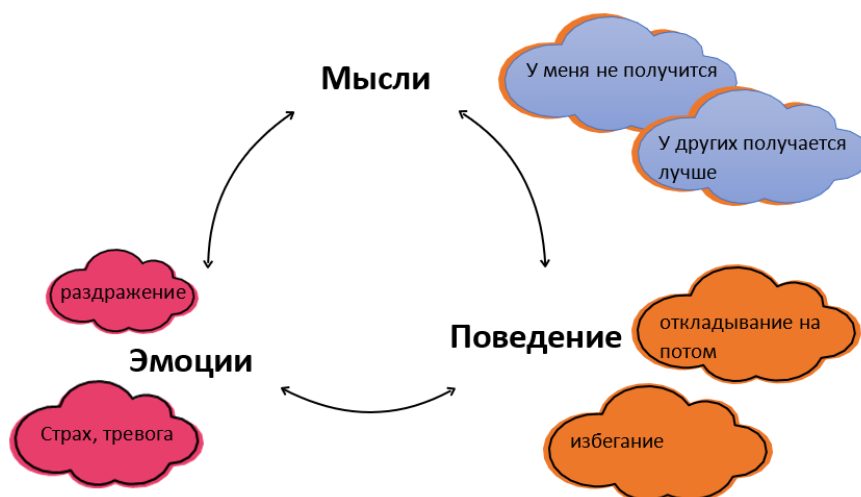


Рис. 2. Когнитивная модель тревоги

Если тревогу вызывают и поддерживают наши собственные мысли, есть замечательная новость для нас: наш мозг очень пластичен и быстро учится новому; саморегуляция — полезный навык, которому стоит научиться.

Что может нам в этом помочь?

Научиться замечать свою тревогу. Бывает так, что мы даже не замечаем это ощущение, оно где-то на «фоне». Мы можем отдыхать, листать соцсети, а внутри при этом ощущать «что-то не то», какое-то неприятное чувство. Или мы отправляемся на поиски вкусностей, хотя при этом на самом деле не голодны — пытаемся «заесть» непонятное чувство. Или избегаем тревоги еще каким-то образом. Важно распознать, заметить тревогу и признать, что это именно она (чувство неясной опасности, угрозы). Ага, какое-то неприятное чувство. Может, это тревога? Так о чем я тревожусь?

Научиться превращать тревогу в страх (как бы парадоксально это ни звучало, но это помогает). Как это работает? Тревога — чувство «непонятно, чего я боюсь». Тревожимся мы чаще всего о будущем, о наступлении чего-то туманного, размытого, но «плохого». Страх — я боюсь чего-то конкретного, понятного, и обычно здесь и сейчас. Боюсь вон того паука, например, который прямо тут и идет ко мне. Важно выяснить, какого конкретного события вы боитесь и как вы справитесь с ним, если оно все-таки наступит. Для этого попробуйте выполнить упражнение «Дно страха» и/или вести «Дневник тревог».

Не забывайте, что время от времени тревожатся все, это нормально. Важно, чтобы тревога не мешала нам полноценно отдыхать, учиться, радоваться жизни и достигать успеха.

Занятие 5. Тревога и саморегуляция.

Памятка для учащихся «Экспресс-способы: как снять нервное напряжение».

Список простых приемов, которые помогут снять напряжение в домашних условиях.

- Походить, побегать на месте. Попрыгать на месте легко, почти не отрывая пяток от пола, стараться расслабить руки, чтобы все тело слегка тряслось от прыжков.
- Сделать простые физические упражнения (приседания, прыжки, махи руками). Включить музыку и потанцевать под нее, не заботясь о том, как это выглядит.
- Скомкать газету / лист бумаги и выбросить ее. Газету порвать на мелкие кусочки, «еще мельче». Затем выбросить.
- Закрасить лист бумаги (лучше склеить несколько) целиком с помощью красок (можно использовать ладони, пальцы), карандаша, мелков (не заботимся о красоте!).
- Громко спеть любимую песню. Покричать то громко, то тихо. Сделать себе «коробку крика» (например, коробка из-под обуви с вырезанным отверстием и набитая ватой / ветошью) и кричать в нее. *Внимание! Для упражнений с криком найти отдельное помещение и/или предупредить домашних.*
- Классический прием: побить подушку кулаками.
- Поиграть в «Бешеную руку»: упражнение из голливудской школы актерского мастерства. Представьте, что ваша левая рука «взбесилась» и «сошла с ума». Ее невозможно удержать! Она хаотично дергается, бьется в конвульсиях и т. п. А теперь — правая рука. Потом — ноги, живот, голова все тело!.. Через 5 минут встаньте ровно и восстановите дыхание.
- Кроме того, все методы, связанные с времяпрепровождением на свежем воздухе, концентрацией на сенсорных впечатлениях окружающего мира (цветах, запахах, текстуре) и собственных телесных ощущениях в настоящем моменте, также являются эффективным средством совладания с тревогой.

Занятие 6. Суперпамять.

Игра-упражнение «Закодируй предмет через два других».

Цель: создание позитивного настроения, развитие логического мышления и воображения участников.

В процессе игры называется какой-либо хорошо известный всем предмет (явление, существо), например «змея». Остальные игроки придумывают два других предмета, признаки которых позволяют его «закодировать»: например, змею можно закодировать через горную дорогу (потому что она извилистая, длинная) и ящерицу (т. к. это тоже пресмыкающееся).

Нужно найти как можно больше вариантов такого загадывания и выбрать наиболее точный и оригинальный.

Мини-лекция «Суперпамять».

Цель: формирование представлений о способах систематизации и эффективного запоминания информации.

Память — это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение информации. Для «записи» информации в память ее необходимо «переработать» — придать ей упорядоченную структуру, организовать ее, структурировать. Мы запоминаем лучше: ту информацию, которой мы постоянно пользуемся; то, что мы воспринимаем в определенном контексте (к которому нам еще предстоит вернуться); то, что нам приятно, интересно (тут вовлечены наши эмоции, и это повышает концентрацию внимания); прерванные действия (т. к. приходится возобновлять). Кроме того, полезно включать при запоминании разные типы памяти — моторную и зрительную (рисовать красивые яркие картинки, формулы, схемы), слуховую (наговорить текст на диктофон и прослушивать его).

Чтобы запомнить информацию, используйте *секрет магической «семерки»*. Оказывается, таков в среднем объем нашей оперативной памяти. При одновременном восприятии она способна удержать и затем воспроизвести в среднем лишь семь объектов. Следовательно, подлежащий заучиванию материал необходимо разбить на смысловые куски, стараясь, чтобы их количество не превышало семи. Кроме того, смысловые куски материала необходимо укрупнять и обобщать, выражая главную мысль одной фразой или с помощью ключевого слова.

Для запоминания как фраз, так и больших по объему текстов можно составлять *цепочку ключевых слов*, следующих друг за другом и связанных между собой. В каждом из разделов текста выделяются основные мысли, для каждой из которых выделяется минимальное количество ключевых слов: их необходимо связать между собой и запомнить.

Заучивание. Иногда материал нужно просто выучить, «зазубрить» (как таблицу умножения). Но и у этого способа есть правила: повторить про себя или вслух то, что нужно запомнить; повторить через 1 секунду, через 2 секунды, через 4 секунды; повторить, выждав 10 минут, и через 2–3 часа. Повторить через 2 дня, через 5 дней (для закрепления в долговременной памяти).

Для запоминания конкретных чисел, формул, фактологии полезны методы визуализации.

Метод карточек для работы с терминами или иностранными словами. Нарезаем квадраты из бумаги одного размера или покупаем квадратные блоки бумаги для записок. На одной стороне пишем слово, на другой — перевод / определение. Проходим карточки по кругу несколько раз, откладывая те, которые знаем хорошо. Время от времени повторяем пройденное, чтобы освежить. Полезно при этом повторять определения вслух. Из минусов — если слов очень много, а времени мало, вы потратите время на создание самих карточек.

Ментальные карты. Разместите главное слово в информации, которую нужно запомнить, в центре листа, а затем рисуйте от него «ветви» — ассоциации, разделы, части понятия; раскрасьте их, заполните рисунками и сносками. Используя образ, наглядность, легче вспомнить общую картину, особенно если она красочная и наполненная.

Проще освоить изучаемый материал, если запоминание будет происходить на уровне ассоциативного мышления, с использованием мнемонических приемов. Мнемонические упражнения использовались в Древнем Египте, Индии, Греции и Риме и дошли до нас во многих вариациях: в виде использования рифмы и ритма; применение сокращений-аббревиатур и других.

Сокращение слов и составление фразы. Например, при изучении химии нужно запомнить незаменимые для человека аминокислоты: валин, изолейцин, лейцин, лизин, метионин, фенилаланин, треонин и триптофан. Очень легко запомнить эти аминокислоты с помощью простой фразы: «Валя изобрела лейку, Лиза метлу, Феня трещит трижды».

Аббревиатуры. Все кровеносные сосуды в системе можно представить, используя: вены, артерии, капилляры — сокращенно ВАК. Развитие эмбриона — БеГоНия (бластула, гастрюла, нейрула и я родился).

Рифмизация. Широко известен прием рифмизации при запоминании числа пи. (Пи — математическая константа, выражающая отношение длины окружности к длине ее диаметра. Обозначается буквой греческого алфавита «пи». Примерно равна 3,1415926.) Запоминаются цифры при помощи стихотворения:

Чтобы нам не ошибаться, надо правильно прочесть:
Три, четырнадцать, пятнадцать, девяносто два и шесть.
Надо только постараться и запомнить все как есть:
Три, четырнадцать, пятнадцать, девяносто два и шесть.
Стихи используются и для запоминания норм ударения.

Использование приемов запоминания поможет улучшить скорость и качество запоминания; пробуйте различные варианты мнемотехник и находите те, что окажутся для вас более эффективными.

Тем не менее, важно не только эффективно запоминать фактологическую информацию, но и уметь структурировать и осмысливать массивы информации.

Метод ОВОД. Метод ОВОД позволяет усвоить текст за 4 повторения. Расшифруем название метода ОВОД — 1) основные мысли, 2) внимательное чтение, 3) обзор, 4) доводка. Основные мысли: прочитайте текст с целью восприятия основных мыслей и их взаимосвязи. Если необходимо — выпишите или выделите основные мысли. Не подглядывая в текст, ответьте себе на вопрос, каковы основные мысли текста. Внимательное чтение: прочитайте текст еще раз, но только внимательно, обращая внимание на подробности. Читайте не торопясь — ваша основная задача на этот раз увязать подробности с основными мыслями. На этом этапе можете использовать известные вам техники запоминания. Обзор: теперь просмотрите текст бегло, особенно не углубляясь в него. На этот раз начните просмотр текста с конца. Просмотрите, насколько верно вы связали основные мысли с подробностями. Проведите параллели с уже имеющимися у вас знаниями. Составьте приблизительный план текста. Если текст большой, можете использовать сетку. Доводка: повторите по памяти текст. Начинайте рассказ с существенных моментов, постепенно вспоминая все подробности, к ним относящиеся. Перечитайте текст еще раз, посмотрите, что вы упустили, подумайте, почему это произошло. Обязательно повторите материал через пару часов, а затем используйте уже известный вам график повторения материала. Стремитесь запомнить немного больше того, что вам необходимо.

Метод ОЧОГ. Эта формула работы с текстом немного отличается от метода ОВОД. Название составлено тоже по первым буквам названий этапов работы с текстом. ОЧОГ — ориентировка в тексте с целью выделения основной мысли, повторное и внимательное чтение, обзор текста с целью его более глубокого осмысления, осознания главного и второстепенного, мысленный пересказ с выделением главной мысли.

Эти формулы (ОВОД и ОЧОГ) очень похожи между собой. И обе они дают прекрасный результат по сравнению с обычным заучиванием. А какой метод применять — решать вам.

Занятие 7. Вдохновение и самоподдержка.

Упражнение «Те, кто меня вдохновляют».

Мини-лекция «Самоподдержка».

Цель: формирование представлений о способах самоподдержки.

Подготовка к экзамену — это долгосрочный проект. Он требует вложения времени, сил, при этом результат мы получаем не сразу. Именно поэтому некоторые выпускники теряют мотивацию к подготовке и действуют по принципу «все равно не поможет, не буду особо готовиться». Но на самом деле каждый(!) выпускник может хорошо сдать выпускной экзамен. Если он(а) действительно этого хочет. При этом не всегда подготовка может идти «по плану». Все мы устаем, иногда не укладываемся в заданные сроки, встречаются сложные темы, которые требуют гораздо больше сил, чем мы рассчитывали. Бывают дни, когда у нас нет мотивации, нет сил, нет ресурса. Мы берем паузу, устраиваем себе день отдыха, заряжаем свою «батарейку», но не бросаем подготовку.

Замечательно, если есть поддерживающие друзья, семья. Если вам не хватает поддержки, не стесняйтесь попросить о ней. Но главный наш друг и главная поддержка — мы сами. Самоподдержка — мощнейший ресурс. Нужно уметь не только поддержать близкого человека, но и поддержать самого себя, «быть другом самому себе». Тогда неудачи (а они есть у всех) будут просто опытом, и мы будем двигаться вперед гораздо быстрее.

Как это работает? Во-первых, не ругаем себя. Даже если вы поленились / что-то не сделали / сделали не так. Не говорите себе не «у меня не получилось, я плохой, ленивый, (вставьте свое слово)». Найдите другую фразу. Например: «У меня обязательно получится. Я всему научусь».

Любому навыку можно научиться; но если ругать себя за попытки, это будет намного сложнее. Вот представьте ситуацию: вы решили испечь пирог, хотя раньше этого не делали. Вы нашли рецепт, замесили тесто, подготовили начинку, испекли пирог и... он пригорел. Или развалился. Или начинку пересолили. И ваши домашние посмеялись. Или поругали вас как кулинара в целом и ваш пирог, в частности. Вы захотите снова печь? Конечно, нет. Вы близко больше к этим пирогам не подойдете. Так вот, в разговоре с самим собой происходит то же самое. Поэтому — учимся себя поддерживать, не только когда все идет «по плану», но и во всех остальных случаях.

Как научиться себя поддерживать? Отслеживайте свою «внутреннюю речь». Когда начнете себя ругать, заметьте это. И постепенно старайтесь остановиться, заменить негативные мысли нейтральными / позитивными. Когда вам плохо, вы «не в ресурсе», подумайте, как бы вы поддержали своего друга в сложной ситуации? А можете ли вы так же поддержать себя?

Литература

1. Абабков В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб: Речь, 2004. 166 с.
2. Бочева Н.А., Хотеева Е.В. Психологическая подготовка учащихся к ЕГЭ [Электронный ресурс] // Наука, образование, общество. 2015. № 1 (93). С. 194–201. doi:10.17117/но.2015.01.194
3. Брайт Дж., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 352.
4. Васильева М.В. Единый государственный экзамен: как подготовиться? // Эксперимент и инновации в школе. 2012. №4. С. 49–54.
5. Грачева Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования. СПб: Речь, 2004. 120 с.
6. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. СПб: Питер, 2011. 416 с.
7. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психологическое здоровье и защитные механизмы личности: учебное пособие. 2-е изд. Барнаул: Изд-во Алтайского университета, 2005. 132 с.
8. Лукашенко М. Тайм-менеджмент для детей: Книга продвинутых родителей. 2-е изд. М.: Альпина Паблишер, 2013. 200 с.

9. Новара Д. Не кричите на детей! Как разрешать конфликты с детьми и делать так, чтобы они вас слушали. М.: Альпина Диджитал, 2014.
10. Фабер А., Мазлиш Э. Как говорить с детьми, чтобы они учились. М.: Эксмо, 2015. 288 с.
11. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. М.: Генезис, 2009. 184 с.

References

1. Ababkov V.A., Perre M. Adaptatsiya k stressu. Osnovy teorii, diagnostiki, terapii. Saint Petersburg: Rech', 2004. 166 p. (In Russ.).
2. Bocheva N.A., Hoteeva E.V. Psikhologicheskaya podgotovka uchashchikhsya k EGE [The psychological preparation of students for Centralized Testing] [Elektronnyi resurs]. *Nauka, obrazovanie, obshchestvo = Science, Education, Society*, 2015, no. (93), pp. 194–201. doi:10.17117/no.2015.01.194 (In Russ.).
3. Bright J., Jones F. Stress. Teorii, issledovaniya, mify [Stress: Myth, Research and Theory]. Saint Petersburg: praim-EVROZNAK, 2003. 352. (In Russ.).
4. Vasil'eva M.V. Edinyi gosudarstvennyi ekzamen: kak podgotovit'sya? *Ekspert i innovatsii v shkole = Experiment and Innovations at School*, 2012, no. 4, pp. 49–54 (In Russ.).
5. Gracheva L.V. Emotsional'nyi trening: iskusstvo vlastnovat' soboi. Samoinduktsiya emotsii, uprazhneniya akterskogo treninga, issledovaniya. Saint Petersburg: Rech', 2004. 120 p. (In Russ.).
6. Gretsov A.G. Treningi razvitiya s podrostkami: tvorchestvo, obshchenie, samopoznanie. Saint Petersburg: Piter, 2011. 416 p. (In Russ.).
7. Demina L.D., Ral'nikova I.A. Psikhologicheskoe zdorov'e i zashchitnye mekhanizmy lichnosti: uchebnoe posobie. 2nd ed. Barnaul: Izd-vo Altaiskogo universiteta, 2005. 132 p. (In Russ.).
8. Lukashenko M. Taim-menedzhment dlya detei: Kniga prodvinutykh roditel'ei. 2nd ed. Moscow: Al'pina Pabliisher, 2013. 200 p. (In Russ.).
9. Novara D. Ne krichite na detei! Kak razreshat' konflikty s det'mi i delat' tak, chtoby oni vas slushali. Moscow: Al'pina Didzhital, 2014. (In Russ.).
10. Faber A., Mazlish E. Kak govorit' s det'mi, chtoby oni uchilis'. M.: Eksmo, 2015. 288 p. (In Russ.).
11. Chibisova M.Yu. Psikhologicheskaya podgotovka k EGE. Rabota s uchashchimisya, pedagogami, roditel'yami. Moscow: Genезis, 2009. 184 p. (In Russ.).

Информация об авторах

Ботова Наталья Дмитриевна

педагог-психолог Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Курчатовского района г. Челябинска (МАУ «ЦППМСИП Курчатовского района г. Челябинска»), г. Челябинск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6688-2411>, e-mail: natalya_mihalkova@bk.ru

Information about the authors

Natalya D. Botova

Teacher-Psychologist, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance of the Kurchatovsky District of Chelyabinsk, Chelyabinsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6688-2411>, e-mail: natalya_mihalkova@bk.ru

Получена 11.09.2022

Received 11.09.2022

Принята в печать 29.11.2022

Accepted 29.11.2022

Развитие региональных практик психологического сопровождения в образовании и социальной сфере

Development of Regional Psychological Support Practices in Education and Social Sphere

Сенсорный мир на кончиках пальцев

Савенко Е.И.

Школа-интернат № 2 (КГБОУ ШИ 2), г. Хабаровск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5734-6182>, e-mail: savenkoei81@mail.ru

В статье представлена программа, разработка которой обусловлена своеобразием эмоционально-волевой сферы, характера, чувственного опыта слабовидящих и слепых обучающихся. Программа направлена на снижение психоэмоционального напряжения, обучение детей навыкам психологической саморегуляции в условиях сенсорной комнаты. Сенсорная комната для слабовидящего и слепого ребенка создает возможность обучающемуся смягчить либо устранить свои внутренние проблемы. Периодическое посещение обучающимися с ОВЗ по зрению сенсорной комнаты позволяет решать задачи по профилактике трудностей в обучении, воспитании и социализации, отклонений в развитии и поведении обучающихся. Эффективность данной программы отслеживалась по данным диагностики на основе разработанных критериев до и после прохождения обучающимися цикла занятий. Реализация программы выявила положительную динамику личностных и социальных результатов.

Ключевые слова: *слабовидящие дети, компенсация сенсорных впечатлений, навыки психологической саморегуляции, развитие двигательных функций.*

Для цитаты: Савенко Е.И. Сенсорный мир на кончиках пальцев [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 73–89. DOI:10.17759/bppe.2022190304

Sensory World at Your Fingertips

Elena I. Savenko

Residential School No. 2, Khabarovsk, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5734-6182>, e-mail: savenkoei81@mail.ru

The article presents a program, the development of which is due to the originality of the emotional-volitional sphere, character, sensory experience of visually impaired and blind students. The pro-

gram is aimed at reducing psycho-emotional stress, teaching children the skills of psychological self-regulation in a sensory room. A sensory room for a visually impaired and blind child gives an opportunity for the student to mitigate or eliminate their internal problems. Periodic visits by students with visual impairments to the sensory room allows solving the problems of preventing difficulties in learning, upbringing and socialization, deviations in the development and behavior of students. The effectiveness of this program was monitored according to diagnostic data based on the developed criteria before and after the trainees completed the cycle of classes. The implementation of the program revealed a positive trend in personal and social results.

Keywords: *visually impaired children, compensation for sensory impressions, psychological self-regulation skills, development of motor functions.*

For citation: Savenko E.I. Sensory World at Your Fingertips. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 73–89. DOI:10.17759/bppe.2022190304 (In Russ.).

Обоснование необходимости реализации программы

Разработка программы «Сенсорный мир на кончиках пальцев» обусловлена своеобразием эмоционально-волевой сферы, характера, чувственного опыта слабовидящих и слепых обучающихся. Чаще всего дети с нарушениями зрения страдают от пониженного тонуса мышечной мускулатуры. Это, в первую очередь, связано с плохой ориентацией в пространстве, из-за чего ребенок ведет малоподвижный образ жизни.

Для развития определенных навыков необходимо акцентировать внимание на анализаторах слуха, тактильной чувствительности, вибрации и других функциях организма.

Ребенок с нарушениями зрения чувствует себя неполноценным членом общества и, помимо ограничения физической активности, он страдает еще и психологически. В ситуации общения проявляются эмоциональная возбудимость, напряженность, страхи, тревожность, агрессия, так как они не способны адекватно оценивать эмоциональное состояние партнера. И это может повлиять на успешное развитие и социализацию обучающихся. Сенсорное развитие составляет фундамент общего умственного развития ребенка. С восприятия предметов и явлений окружающего мира начинается познание. Психическое развитие, развитие интеллектуально-познавательной сферы происходит в процессе интеграции внешнего мира во внутренний. Чтобы обучающиеся могли выражать свои чувства, справляться с эмоционально напряженными ситуациями, разработана программа «Сенсорный мир на кончиках пальцев», направленная на снижение психоэмоционального напряжения, обучение навыкам психологической саморегуляции в условиях сенсорной комнаты.

При отсутствии специально организованных условий психолого-педагогической коррекции недостатков зрительной ориентации наблюдаются вторичные отклонения в развитии познавательной, эмоциональной и личностной сфер ребенка с патологией зрения.

Именно поэтому чем раньше обучающимся с нарушением зрения будет оказана коррекционная психолого-педагогическая помощь, тем лучше прогноз формирования личности обучающегося и его социализации.

Сенсорная комната для слабовидящего и слепого ребенка — это идеальная обстановка, в которой он расслабляется, заряжается энергией для активной деятельности. Особенность сенсорной комнаты в виде «волшебных и сказочных» эффектов объемных предметов, света, звука и

ощущений создает возможность обучающемуся смягчить либо устранить свои внутренние проблемы. Периодическое посещение обучающимися с ОВЗ по зрению сенсорной комнаты позволяет решать задачи по профилактике трудностей в обучении, воспитании и социализации, отклонений в развитии и поведении обучающихся.

Цели и задачи программы

Цель программы: создание оптимальных условий для снятия мышечного и психоэмоционального напряжения у обучающихся с ОВЗ по зрению, компенсация сенсорных впечатлений, сохранение и поддержка индивидуальности обучающегося через гармонизацию его внутреннего мира.

Задачи программы:

- реализация комплекса профилактических мер, направленных на снижение ситуативной тревожности, агрессивности, импульсивности;
- реализация комплексных мероприятий, направленных на сохранение и поддержку индивидуальности обучающегося с ОВЗ по зрению через гармонизацию его внутреннего мира;
- создание условий, способствующих снижению мышечного и психоэмоционального напряжения у обучающихся с ОВЗ по зрению;
- формирование у обучающихся с ОВЗ по зрению навыков психологической саморегуляции (умения расслабляться, освобождаться от напряжения);
- развитие умения передавать свои ощущения в речи;
- развитие двигательных функций;
- создание положительного эмоционального фона, повышение мотивации к проведению других лечебных процедур.

Научные, методологические и методические основания программы

Сам факт отсутствия зрения для слепых обучающихся не является фактором психологическим, они не чувствуют себя «погруженными во мрак». Психологическим фактором слепота становится только тогда, когда они вступают в общение с нормально видящими людьми.

Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на нее. Положительные переживания воодушевляют обучающихся, а отрицательные тормозят процесс их развития. Еще Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции. Эмоции сопровождаются определенными физиологическими изменениями в организме. По современным оценкам, приблизительно 80% всех физиологических и медицинских проблем включают эмоциональные компоненты. Проблемы психоэмоциональной сферы развития нашли свое отражение в отечественной детской и социальной психологии в работах таких ученых, как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина, Л.И. Божович, а также их учеников и последователей (Я.З. Неверович, Т.И. Репина, Е.О. Смирнова, Л.П. Стрелкова и др.). «Сенсорный приток, предоставляя информацию в центральную нервную систему, является основным фактором, обеспечивающим созревание мозга ребенка, и предопределяет развитие поведения и психики... Поиск средств и методов избирательного использования средовых воздействий, мобилизующих резервные возможности нервной системы, имеет большое значение в практике медицины и педагогики». Мы воспринимаем окружающий мир и события, происходящие внутри нас, при помощи органов чувств. Каждый из этих органов реагирует на влияние окружающей среды и передает соответствующую информацию в ЦНС. Мозг активизируется через стимуляцию базовых органов зрения, слуха, обоняния, осязания, вестибулярных и других рецепторов.

Сенсорное восприятие часто включает эмоциональную окраску, которую можно выразить парами слов: приятно — неприятно, комфортно — дискомфортно, прекрасно — безобразно. В сенсорной комнате возможно создать условия, в которых человек будет получать только положи-

тельные эмоции. Сенсорная комната — это организованная особым образом окружающая среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и вестибулярные рецепторы.

Сенсорная комната представляет собой реальную возможность расширить жизненный опыт обучающихся с ОВЗ по зрению, обогатить их чувственный мир. Она используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений», предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. В сенсорной комнате с помощью различных элементов создается ощущение комфорта и безопасности. Это способствует быстрому установлению теплого контакта между специалистом и детьми. Комплексная терапия детей, имеющих эмоциональные нарушения вследствие различных травмирующих ситуаций, направлена на снижение проявлений посттравматического синдрома, снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, развитие коммуникативных навыков. Сенсорная комната используется как дополнительный инструмент терапии и повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического здоровья ребенка.

Структура и содержание программы

Данная программа включает в себя 15 занятий. Занятия проводятся с подгруппой обучающихся с ОВЗ по зрению не более 4 человек и носят игровой характер. Продолжительность занятий составляет 30 минут (развивающие занятия).

Структура занятия:

1. ритуал начала занятия;
2. игровые задания на развитие психических процессов;
3. релаксационное упражнение, позволяющее обучающимся расслабиться, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение;
4. ритуал окончания занятия.

Методики и технологии, используемые при реализации программы:

- *беседа* — помогает изучить личность ребенка, его прошлую жизнь, домашнюю обстановку, его родителей, товарищей, его интересы и т. д.;
- *психологическое тестирование* — позволяет выявить уровень тревожности, узнать психоэмоциональное состояние обучающегося;
- *релаксационные упражнения* — позволяют детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие;
- *стимулирующие упражнения* — помогают развить слуховое восприятие, осязание и пространственное восприятие;
- *игровые упражнения* — позволяют уменьшить эмоциональное напряжение, формируют доверительные отношения к окружающему миру, стимулируют слуховые, тактильные ощущения;
- *арт-терапевтические методы (музыкотерапия, сказкотерапия)* — направлены на коррекцию эмоционально-личностных проблем у обучающихся с ОВЗ по зрению, повышают самооценку детей и степень их самопринятия, помогают разрешать конфликты и налаживать отношения между участниками группы.

Игровые технологии. Используя игровые технологии в образовательном процессе, педагог-психолог должен обладать доброжелательностью, уметь осуществлять эмоциональную поддержку, создавать радостную обстановку, поощрять любые выдумки и фантазии ребенка. Игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования обучающихся к деятельности. Игра полезна для развития обучающихся и создания положительной атмосферы сотрудничества со взрослым. Игры направлены на развитие восприятия, внимания, памяти, мышления, творческих способностей. Через игру обу-

чающиеся приобретают способность управлять своим поведением, становятся более гибкими в общении и менее застенчивыми.

Личностно-ориентированные технологии. Применение личностно-ориентированных технологий предполагает использование следующих правил. На занятиях необходимо:

- обращаться с детьми ласково, с улыбкой;
- стремиться установить доверительные отношения, проявлять внимание к их настроению, желаниям, достижениям и неудачам;
- поощрять самостоятельность в выполнении заданий, учитывая индивидуальные особенности детей;
- слушать детей внимательно и с уважением;
- вежливо и доброжелательно отвечать на вопросы и просьбы, обсуждать проблемы;
- успокаивать и подбадривать расстроенных детей.

Здоровьесберегающие технологии. Данные технологии направлены на сохранение, формирование и укрепление здоровья обучающихся с ОВЗ по зрению. Атмосфера доброжелательности, ситуация успеха для каждого ребенка, смена видов деятельности, чередование периодов напряженной работы и расслабления — системообразующий компонент здоровьесберегающих технологий.

Дидактические разделы программы.

Программа содержит один дидактический раздел «Сенсорный мир на кончиках пальцев», разделенный на темы.

Основные методы работы:

- элементы сказкотерапии, арт-терапии с импровизацией;
- психогимнастика;
- элементы психодрамы;
- игры на развитие навыков общения;
- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- ролевые игры;
- релаксация;
- метод поощрения и похвалы.

В ходе каждого занятия с обучающимися использовались практические и словесные игровые методы. На занятиях осуществлялось прослушивание музыкальных произведений, музыкально-театрализованная деятельность, подвижные игры. Вышеперечисленные методы способствуют активной смене деятельности обучающихся.

Формы организации коррекционно-развивающих занятий:

- индивидуальная работа;
- групповая работа.

Критерии ограничения и противопоказания к участию в освоении программы

Противопоказанием для проведения занятий в сенсорной комнате являются соматические и психоневрологические заболевания (учитываются специальные рекомендации невропатолога), аллергия, инфекционные заболевания.

Затруднена работа в группе обучающихся с ТМНР, имеющих тяжелые нарушения неврологического генеза — сложные формы ДЦП (спастический тетрапарез, гиперкинез и т. д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависят от помощи окружающих их людей в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности, коммуникации.

Обучающиеся с аутистическими расстройствами с выраженными нарушениями поведения, проявляющимися в расторможенности, «полевом», нередко агрессивном поведении, стереотипи-

ях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия, нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистами.

Частичным противопоказанием являются наличие у ребенка частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приемы.

Сфера ответственности, основные права и обязанности участников программы

Педагог-психолог.

Обязанности:

- осуществляет профессиональную деятельность, направленную на сохранение психического, соматического и социального благополучия детей в процессе реализации программы;
- проводит психологическую диагностику (первичную, итоговую), знакомит родителей (законных представителей) с результатами диагностики;
- следует принципу конфиденциальности — не разглашает результаты диагностики, личные данные третьим лицам;
- ведет необходимую документацию на протяжении всего времени реализации программы.

Права:

- адаптировать задания, занятия, игры в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ОВЗ по зрению;
- обмениваться информацией со специалистами смежных специальностей в интересах обучающегося.

Родители (законные представители) обучающихся.

Права и обязанности:

- участвовать в реализации программы, присутствовать на занятиях, во время диагностического обследования;
- знакомиться с ходом и содержанием данной программы, с рекомендациями по профилактике трудностей в обучении, воспитании и социализации, отклонений в развитии и поведении.

Сроки и этапы реализации программы

Сроки реализации программы. Программа реализуется в течение 4-х месяцев (15 занятий) при условии проведения 1 занятия в неделю.

Этапы реализации программы

Этап	Сроки	Ожидаемые результаты
1 этап. Первичная диагностика	до 2 недель	Формирование банка данных, состава групп
2 этап. Основной коррекционный этап	12 недель	Качественные изменения психоэмоционального состояния обучающегося
3 этап. Вторичная диагностика	1 неделя	Выявление качественных изменений психоэмоционального состояния обучающегося

Для проведения диагностики рекомендуется следующий **комплекс методик**:

- Цветовой тест Люшера (основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности);
- Методика «Лесенка» (В.Г. Щур, С.Г. Якобсон) предназначена для определения самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как оценивают его другие люди;

- Проективный тест «Кактус» (М.А. Панфилова). Данный тест предназначен для определения состояния эмоциональной сферы ребенка, наличия агрессивности, ее направленности и интенсивности;
- Анкета школьной мотивации (Н.Г. Лусканова). Цель: выявляются ведущие тенденции в сфере отношений обучающихся к школьному обучению.

Результат реализации программы

Эффективность данной программы отслеживалась по данным диагностики в начале курса занятий и обследования обучающихся после прохождения цикла занятий.

В исследовании приняло участие 15 обучающихся с ОВЗ по зрению начальной школы. Результаты первичного и заключительного исследования по шкале «тревожность» были зафиксированы в таблицах (табл. 1, 2).

Табл. 1. Динамика развития уровня тревожности у обучающихся в 2019–2020 уч. г. (ноябрь, май), n=15

Уровни				Динамика	
средний		высокий		средний	высокий
ПД	ЗД	ПД	ЗД	ПД	ЗД
40% (6 чел.)	67% (10 чел.)	60% (9 чел.)	33% (5 чел.)	27%	34%

Примечание: ПД — первичная диагностика, ЗД — заключительная диагностика.

Табл. 2. Динамика развития уровня тревожности у обучающихся в 2020–2021 уч. г. (ноябрь, май), n=15

Уровни				Динамика	
средний		высокий		средний	высокий
ПД 1	ЗД 2	ПД	ЗД	ПД	ЗД
73% (11 чел.)	87% (13 чел.)	27% (4 чел.)	13% (2 чел.)	46%	74%

Примечание: ПД — первичная диагностика, ЗД — заключительная диагностика.

Анализируя результаты диагностики, можно сделать вывод о том, что у обучающихся, прошедших цикл занятий по программе, наблюдается положительная динамика личностных и социальных результатов.

Данный цикл занятий дает возможность обучающимся с ОВЗ по зрению адаптироваться к новым условиям жизни, создает у них чувство принадлежности к группе, положительный эмоциональный фон. Обучающиеся смогут овладеть определенными коммуникативными навыками, игровой деятельностью, умением понимать эмоциональные состояния других людей, научиться распознавать их чувства, расширят представления об окружающем мире.

Каждое занятие представляет собой сочетание коррекционно-развивающих упражнений с разнообразным познавательным материалом.

Занятия разработаны в игровой форме, способствуют непринужденной коррекции и развитию обучающихся с ОВЗ по зрению.

Методы отслеживания успешности овладения обучающимися содержанием программы: наблюдение; беседа; анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов.

Критерии результативности	Показатели результативности
Общее психофизиологическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физиологических, психоэмоциональных, интеллектуальных и речевых функций; • активизация мышления;

	<ul style="list-style-type: none">• улучшение эмоционального состояния;• активизация учебной деятельности;• развитие мелкой моторики
Эмоциональное развитие	<ul style="list-style-type: none">• обогащение эмоционального опыта;• преодоление страхов;• снижение уровня тревожности и агрессивности;• формирование эмоционально спокойного состояния, способствующего снятию негативных эмоций;• формирование коммуникативных навыков
Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none">• активизация словаря;• формирование диалогической речи;• формирование элементов словесного планирования;• формирование монологической речи;• формирование способности связно рассказывать, выделяя основную мысль;• развитие выразительности речи
Социальное развитие	<ul style="list-style-type: none">• формирование личностной ориентации;• формирование способностей осознания и переживания успеха-неуспеха деятельности;• ориентация ребенка на взрослого как на источник социального опыта;• формирование организационных умений• развитие умения переносить освоенные навыки в незнакомую ситуацию;• развитие умения подчинять свои поступки усвоенным моральным и этическим нормам;• формирование и развитие творческих способностей;• развитие самосознания, самоконтроля, адекватного отношения к себе и окружающим;• формирование правильного поведения в коллективе

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

В основу внутреннего контроля входит диагностика процесса профилактической деятельности в рамках программы «Сенсорный мир на кончиках пальцев», побуждение педагога к совершенствованию результатов своей деятельности, поиску новых возможностей.

Определены следующие **формы внутреннего контроля**:

- собеседование с педагогом-психологом и обучающимися;
- посещение и взаимопосещение занятий.

Внутренний контроль в виде мониторинга предусматривает сбор, системный учет, обработку и анализ информации о реализации программы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Качественные критерии:

- умение осознанно выбирать оптимальные способы взаимодействия с обучающимися;
- расширение знаний и представлений у обучающихся о способах снятия эмоционального напряжения.

Количественные критерии:

- проведение всех плановых занятий;
- присутствие на занятиях 100% участников.

Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Сенсорный мир на кончиках пальцев» была апробирована на базе КГБОУ ШИ 2.

Срок апробации: 2 года, с ноября 2019 года по май 2021 года

Количество участников: 20 человек.

Ведущий (педагог-психолог): 1 человек.

Тематическое планирование

	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие (знакомство с правилами работы в сенсорной комнате)	1
2	«Морская прогулка»	1
3	«Приключение в волшебном лесу»	1
4	«Необычный зоопарк»	1
5	«Путешествие в песочную страну»	1
6	«Волшебный круг»	1
7	«Пещера звуков»	1
8	«Рыбалка на волшебном озере»	1
9	«Путешествие в мир насекомых»	1
10	«Зеркало души»	1
11	«Остров дружбы»	1
12	«Таинственный мир эмоций»	1
13	«Море звуков»	1
14	«Прогулка по зимнему лесу»	1
15	Заключительное занятие. Рефлексия	1

Конспекты занятий (приводятся в сокращении)

Занятие 2. «Морская прогулка» (для слепых и слабовидящих обучающихся).

Цель: сохранение и укрепление психофизиологического и эмоционального здоровья обучающихся с помощью мультисенсорной среды сенсорной комнаты.

Задачи:

- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- создание положительного эмоционального настроения;
- формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласованности движений собственного тела;
- облегчение состояния тревожности;
- развитие внимания, достижение эффекта релаксации;
- развитие позитивного общения обучающихся при взаимодействии друг с другом.

Материалы к занятию: аудиозаписи звуков воды (водопроводный кран, дождь, ручеек в лесу, шум моря), плеер, набор камушков и декоративных ракушек, тактильные геометрические фигуры, емкости с водой по количеству детей, разные игрушки морских жителей.

Ход занятия.

Организационный момент. Настрой на занятие.

Психолог: Здравствуйте, дорогие ребята! Я приветствую всех вас на нашем занятии. Сегодня у нас будет необычное занятие: нас с вами ждет прогулка, но куда мы отправимся, вы догадаетесь после моей загадки.

Его не вычерпать ложкой
И не засыпать песком,

На нем не сделать дорожки,
Чтобы пройти пешком.
Оно бескрайнее, синее,
И ветры его стерегут,
А корабли красивые
По водной глади идут.

Догадались? Правильно, это море.

Ребята, кто из вас был на море? (ответы детей)

Я хочу вас пригласить на морскую прогулку. Давайте пожелаем друг другу удачи (пожелания детей).

Психолог:

Соленый ветер бьет в лицо!
Мы слышим голос моря.
На белой яхте поплывем
Мы по морским просторам.

Упражнение «Звуки воды».

Цель: обучающиеся с ОВЗ по зрению научатся сосредоточивать слуховое внимание, получат возможность расширить словарный запас и развить фразовую речь.

Инструкция: «Вы будете слушать разные звуки воды, и как только вы услышите звук моря, вам необходимо хлопнуть в ладоши 3 раза».

Детям включаются звуки воды (в хаотичном порядке): водопроводный кран, дождь, ручеек в лесу, шум моря (как только дети слышат шум моря, то хлопают в ладоши 3 раза). Здорово! Теперь вы легко определите шум моря.

Упражнение «Морские камушки»

Цель: развивать внимание, мыслительные операции.

Задачи: закреплять умение различать геометрические фигуры, анализировать положение предметов в пространстве; умение сравнивать геометрические фигуры по размеру.

Посмотрите, что это такое под ногами? Это камушки с морского дна. Вам необходимо из морских камушков выложить геометрические фигуры (детям раздаются карточки с тактильными геометрическими фигурами). Молодцы, вы с легкостью справились с этим заданием.

Физминутка «Морская прогулка».

Мы по берегу идем (шагаем на месте),
Камушки все обойдем (шаг влево, шаг вправо),
Наклонились над водой (наклон вперед),
Поиграли мы с волной (руки опустили вниз и раскачиваем влево-вправо),
Ветер морской нас встречает,
По плечам и по коленкам брызгами нас обливает (трогаем плечи и колени).
Повторяем 2 раза.

Упражнение «Подводные обитатели».

Ребята, посмотрите, в этом бассейне обитает множество морских жителей. Вам необходимо их найти (заранее в шариках сухого бассейна прячутся разные игрушки морских жителей. Включается веселая музыка, обучающиеся ищут эти игрушки). Молодцы! Теперь мы с вами знаем многих морских жителей.

Релаксационное упражнение «Море».

Цель: обучиться навыкам расслабления, снятию мышечного и эмоционального напряжения.

Вы, наверно, устали, я предлагаю вам отдохнуть и набраться сил (дети ложатся на палас, включается шум моря). Представьте, что вы находитесь на берегу моря. Вы стоите на теплом нежном песочке, любуетесь гладью моря. Светит ласковое солнышко. Вам хорошо и спокойно. Трудно удержаться и не шагнуть в прозрачную голубую гладь моря. И вы делаете это. Вода очень приятная. Вы заходите все дальше и дальше и отталкиваетесь ногами от дна. Скользите по морской глади. Вам хорошо и спокойно. Вода держит вас. Она настолько прозрачна, что видно все камешки и маленьких разноцветных рыбок. Вы долго плавали и устали. Выходите на берег и ложитесь на нежный теплый песок. Ваши руки тяжелые (3 раза), ваши ноги тяжелые (3 раза), ваши руки теплые (3 раза), ваши ноги теплые (3 раза), дыхание ровное и спокойное (3 раза), солнечное сплетение излучает тепло (3 раза). Но вот дунул легкий ветерок. Капелька морской воды упала прямо в центр лба. Ваш лоб прохладный (3 раза).

Вы чувствуете, как хорошо отдохнули, наполнились энергией солнца и моря. Тот, кто закрыл глаза, открывает их. Согните руки в локтях и разогните несколько раз, сделайте несколько велосипедных движений.

Упражнение «Ракушка».

В тазах, наполненных водой, лежат ракушки разных размеров и разные мелкие фигурки морских обитателей (рыбки, морские звезды, морские коньки). Необходимо по очереди доставать только «ракушки». Задача — собрать все ракушки.

Молодцы, вы и с этим заданием справились очень быстро.

Рефлексия.

Но вот наша прогулка подошла к концу. Нам пора возвращаться в школу. Ребята, где мы сегодня с вами были? Какие задания выполняли?

До новых встреч!

Занятие 3. «Приключение в волшебном лесу» (для слепых и слабовидящих обучающихся).

Цель: обучающиеся научатся приемам снятия физического и эмоционального напряжения и тревожности, получат возможность преодолеть неуверенность и нерешительность.

Задачи:

- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- создание положительного эмоционального настроения;
- формирование восприятия звука, ритма, согласованности движений собственного тела;
- облегчение состояния тревожности;
- развитие внимания, достижение эффекта релаксации;
- развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом.

Материалы к занятию: сенсорная дорожка, сухой бассейн, туча, огонь, мешочек с разными мелкими предметами, панно настенное развивающее, аудиозаписи (звуки дождя, воды, грома, звуки ночного леса, звук волшебства, песенка гнома).

Ход занятия.

Приветствие ребят.

Напоминание правил работы в группе: не кричим; не толкаемся; не перебиваем.

Ребята, к нам обращаются жители леса за помощью. Житель леса гном-весельчак потерял свой волшебный колпак. Без этого колпака перестали происходить чудеса в волшебном лесу. Поможем гному найти колпак? Для этого нам необходимо отправиться в волшебный лес, где нас ждут разные испытания. Готовы, ребята? А вот и первое испытание, посмотрите, это болото...

Упражнение «Кочки».

Чтоб в болото не упасть,
Чтоб в болоте не пропасть,

Мы болото все пройдем
И в волшебный лес попадем....

Идем по сенсорной дорожке: на цыпочках, на пяточках, боком, носочек к пяточке.

Какие вы молодцы!!! Справились с первым испытанием. Вот мы с вами и оказались в волшебном лесу

Упражнение «Рыбки в озере» (игры в сухом бассейне).

Ребята что это за звук? (включается звук воды, ответы детей)

Правильно, раз слышен звук воды, значит, рядом водоем. Посмотрите, какое прекрасное цветное озеро, оно никогда не замерзает и переливается цветами радуги. В нем живут рыбки. А вы когда-нибудь ловили рыбу руками? Давайте попробуем ее поймать (заранее в сухом бассейне прячутся рыбки, обучающимся нужно их найти).

(Звучит звук грома.) Что это за звук? (ответы детей). Кажется, начинается дождь (включаются звук дождя и туча).

Посмотрите, какой красивый дождь. Давайте постоим под летним теплым дождем (дети стоят под тучей, звучит музыка дождя).

Ой, мы с вами все промокли под дождем и нам нужно согреться, а как в лесу можно согреться? (ответы детей) Правильно, нужно разжечь костер. А что нужно, чтобы разжечь костер? (Ответы детей: спички, бумага, хворост, дрова.)

Посмотрите, у меня есть мешочек с разными предметами, а вам нужно будет найти те, которые понадобятся для розжига костра (когда ребенок ищет в мешочке предметы, просим описать тот предмет, который он хочет достать из мешочка).

Когда обучающиеся найдут все предметы для костра, зажигается огонь (включается шум костра) и мы просим детей сесть вокруг костра. Греем руки, ноги. Поворачиваемся спиной.

Упражнение «У страха глаза велики».

Ребята, мы так старались пройти все испытания, и наступила ночь. Посидим у костра ночью? Не боитесь? В ночном лесу много разных звуков, хотите послушать? Обучающиеся слушают разные звуки и должны отгадать, кто издает данный звук.

Релаксация «Прогулка в лесу».

Мы с вами славно потрудились, и я вам предлагаю отдохнуть, ведь впереди нас ждут еще испытания. Наберемся сил.

Предлагаем обучающимся лечь удобно, выпрямить ноги. Расслабиться и закрыть глаза. Звучит спокойная расслабляющая музыка.

Психолог: «Лягте удобно и закройте глаза. Представьте себе, что вы в лесу, вокруг много деревьев, кустарников и разных цветов. Впереди стоит белая каменная скамейка, присядем на нее... Прислушайтесь к звукам... Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля. Ветер доносит запах сосен, ароматы цветов. Солнце ласково нас греет. Почувствуйте, как оно нас заряжает теплом и энергией. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь с прогулки. Пусть они будут с вами весь день. Можете потихоньку возвращаться и открывать глаза».

Обсуждение упражнения: как вы себя чувствуете, получилось ли у вас отдохнуть, набрались сил, готовы продолжить путешествие?

Работа с настенным панно.

Посмотрите, ребята, это, наверно, та самая поляна, где живет гном. Но посмотрите внимательно, на поляне пусто, ни цветов, ни бабочек, и огород пустой. Совсем плохо гномику без его волшебного колпака, поможем гномику навести порядок на полянке? (ответы детей)

Обучающиеся должны посадить овощи на грядки, а фрукты прикрепить на дерево (выполняя задание, среди разных предметов, дети находят колпак).

Ну, какие вы молодцы, теперь у гномика порядок на полянке, а вот и его потерявшийся колпак, но он совсем не похож на волшебный, он какой-то скучный, украсим колпачок гномику?

Практическое задание «Волшебный колпак».

Обучающимся предлагаем украсить колпак гнома (детям предлагаются самоклеющиеся бусины, и они под музыку украшают колпак гнома).

Ну, вот, ребята, мы и справились с вами со всеми испытаниями. Вспомните, пожалуйста, о чем просили нас жители леса? Мы выполнили их просьбу? Мы помогли гному? (ответы детей)

Теперь гном в новом волшебном колпаке сможет снова творить чудеса в волшебном лесу. А за помощь, оказанную гному, он вас решил отблагодарить. Детям за активное участие вручаются леденцы.

Спасибо большое вам, ребята!

Занятие 5. «Путешествие в песочную страну» (для слепых и слабовидящих обучающихся).

Цель: обучающиеся научатся определять на ощупь свойства песка, активизируют в речи слова: «шершавый», «твердый», «мягкий». Получают возможность улучшить эмоциональный фон с помощью песочной техники.

Задачи:

- развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук;
- совершенствование навыков позитивной коммуникации, стабилизации психоэмоционального состояния;
- формирование согласованности действий обеих рук.

Материалы к занятию: ящик с песком.

Вводная часть.

Ребята, а знаю такую волшебную страну, где много песка, которым любят играть и взрослые, и дети. Хотите туда отправиться?

Давайте пофантазируем. Возьмитесь за руки, а я произнесу волшебные слова:

Я в песочную страну всех вас приглашаю,
Здесь вам будет интересно — это точно знаю,
Тонкой струйкой песок из рук рассыпается
И в различные фигуры сразу превращается.
Мы сегодня не скучаем и в песочек поиграем.

Вот мы в песочной стране.

Обучающиеся подходят к столу с песком.

Давайте поздороваемся с песком. Вытяните ручки ладошками вниз над песочницей.

Но прежде чем мы начнем играть с песочком, давайте вспомним правила игры с песком.

1. Нельзя брать песок в рот — можешь подавиться!
2. При игре с песком у детей всегда должны быть чистые руки и носы.
3. Нельзя бросать песок в лицо — можешь повредить глаза!
4. Нельзя вдыхать песок — будет трудно дышать!
5. После игры с песком — помой руки!

Молодцы! Все правила запомнили!

Основная часть.

Расскажите мне, ребята, в какие игры можно играть с песком? (ответы детей) А еще на песочке можно рисовать, давайте его разровняем и нарисуем круг, еще можно нарисовать цветочки. Молодцы!

Игра-упражнение «Песочный круг».

Цель: упражнение направлено на развитие моторики, творческих способностей, способствует снятию стресса и проработке непростых жизненных ситуаций, выравнивает самооценку. Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, пуговицами, монетами, бусинами, а потом дает название своему «песочному кругу».

Игра-упражнение «Песочные строители».

Цель: закрепление пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.

Ребята, а вы знаете животных, которые живут в песчаной стране? (Ответы детей: верблюд, черепаха, варан, змея, тушканчик, койот и т. д.) Да, действительно, очень много животных, которые живут в песчаной стране.

Включается звук «Песчаная буря». Ребята, что вы слышите? (ответы детей) Это звук песчаной бури. Здесь, в песчаной стране, часто бывают песчаные бури. После этой бури животные остаются без своих домов. Я предлагаю вам построить домики для обитателей песчаной страны.

Жители песчаной страны просят тебя помочь им построить домики. Для начала нам надо наметить на песке, где будет строиться тот или иной дом.

Обучающиеся выбирают себе животное и строят из кинетического песка дом.

Все животные теперь имеют свой дом и говорят вам спасибо за помощь.

А мы продолжим путешествие после отдыха.

Физминутка.

По сыпучему песку весело шагаем (шагаем на месте)

И повыше ноги поднимаем (шагаем на месте).

На носочки встали, руки вверх подняли,

К солнцу потянулись, друг другу улыбнулись (поднимаем руки вверх),

Вокруг себя повернулись и рукой песка коснулись (наклон вперед, касаемся пола руками).

Повторяем 2 раза.

Упражнение «Песочный дождик».

Цель: регуляция мышечного напряжения.

Ребенок кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-нибудь палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями.

Релаксационное упражнение «Песчаный берег» (спокойная музыка).

Ты лежишь на песчаном берегу синего озера. Ощущаешь легкость в руках, в теле, чувствуешь теплый песок и легкий ветерок, который овеивает свежим дыханием лицо. Ты видишь облака. Рассмотрю их. Какого они цвета, формы, кого они тебе напоминают? Ты медленно опускаешься на пушистое прохладное облако. Вокруг мелькают разноцветные огоньки — это твои мысли, которые радуются тебе и подмигивают своим светом. На твоём лице спокойная улыбка. Ты спокоен, расслаблен. Облако медленно опускает тебя на песчаный берег синего озера. Ты спокоен, расслаблен. Ты чувствуешь, как хорошо отдохнул, наполнился энергией песка и облаков.

Тот, кто закрывал глаза, открывает их.

Рефлексия.

Наше путешествие в песочную страну подошло к концу. Нам пора возвращаться в школу. Ребята, где мы сегодня с вами были? Какие задания выполняли? Как вы себя чувствуете?

До новых встреч!

Занятие 13. «Море звуков» (для слепых и слабовидящих обучающихся).

Цель: обучающиеся научатся различать многообразие звуков. Обучающиеся получают возможность преодолеть неуверенность и нерешительность.

Задачи:

- привлечь обучающихся к богатству и разнообразию звуков;
- развивать воображение, фантазию;
- развитие фонематического звука;
- снятие тревожности.

Материал и оборудование к занятию: аудиозаписи звуков (звуки природы, звуки, издаваемые предметами, звуки животных, звуки города), кисти, краски, листы для рисования.

Ход занятия.

Организационный момент. Приветствие.

Давайте послушаем тишину! В нашем помещении тихо? А на улице за окном тихо? На перемене в школе? Вокруг нас множество разных звуков. Мы можем сказать, что их целое море. Сегодня на нашем занятии мы будем говорить о звуках.

Упражнение «Отгадай звук».

Какие звуки знаете вы? (ответы детей) Есть звуки природы, звуки, издаваемые предметами, звуки животных, звуки города. Я предлагаю вам поиграть в игру «Отгадай звук?» (включаются по очереди звуки, а обучающиеся должны определить, кому или чему принадлежит данный звук).

Упражнение «Услышишь — хлопни».

Я буду произносить разные слоги, и как только вы услышите слог СА, хлопайте в ладоши. Игра повторяется 3–4 раза (со слогами МА, ДА, ТА). Молодцы!

Упражнение «Рисуем звуки».

Мы с вами сегодня прослушали «море звуков». А вы когда-нибудь рисовали звуки? Хотите попробовать? (ответы детей)

Проводится беседа о звуках природы: какие звуки природы вы любите слушать? Почему? Какие звуки природы вам не нравятся? Почему? Сейчас я вам включу звуки природы, вы их прослушайте, и каждый должен нарисовать то, что ему навеяли эти звуки (настроение, впечатление, какой-то предмет). Рисование 3–5 минут.

Рассматриваем рисунки и обсуждаем. Что получилось.

Рефлексия.

О чем мы сегодня говорили? Какие звуки вы слушали сегодня? Нужны ли звуки человеку?

До свидания.

Литература

1. Денискина В.З., Петрова Г.П. Развитие обоняния у детей с нарушением зрения // Дефектология. 2005. № 4. С. 58–62.
2. Завьялов В.Ю. Музыкальная релаксационная терапия. Новосибирск, 2004.
3. Игнатьева А.В. Эмоциональная сфера детей с нарушениями зрения // Психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья: Материалы Международной научно-

практической конференции (24–25 мая 2012 года, г. Уфа). Уфа: Издательство ИРО РБ, 2012. С. 202–204.

4. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб, 2008.
5. Комната психологической разгрузки (из опыта работы детско-подросткового отделения психоневрологического интерната № 10) / сост. Горошенкова Н.В. СПб, 2000.
6. Метиева Л.А., Удалова Э.Я. Развитие сенсорной сферы детей: Пособие для учителей специальных (коррекционных) образовательных учреждений. М., 2008.
7. Пахоменко Е.В. Программа коррекции психоэмоционального состояния у детей и подростков в условиях сенсорной комнаты. Surgut, 2016.
8. Ремезова Л.А., Сергеева Л.В., Юрлина О.Ф. Формирование у детей с нарушением зрения представлений о величине и измерении величин: Методическое пособие. Самара: Изд-во СГПУ, 2004.
9. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / под ред. В.Л. Женева, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. СПб: ХОКА, 2007.
10. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. М.: АРКТИ, 2008.
11. Хайдт К. Перкинс Школа. Руководство по обучению детей с нарушениями зрения и множественными нарушениями развития. Часть 1. Методические основы. М.: Центр лечебной педагогики, 2011.

References

1. Deniskina V.Z., Petrova G.P. Razvitie obonyaniya u detei s narusheniem zreniya. *Defektologiya = Defectology*, 2005, no. 4, pp. 58–62 (In Russ.).
2. Zavyalov V.Yu. Muzykal'naya relaksatsionnaya terapiya. Novosibirsk, 2004 (In Russ.).
3. Ignat'eva A.V. Emotsional'naya sfera detei s narusheniyami zreniya. *Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie detei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya: Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (24–25 maya 2012 goda, g. Ufa)*. Ufa: Izdatel'stvo IRO RB, 2012, pp. 202–204 (In Russ.).
4. Kiseleva M.V. Art-terapiya v rabote s det'mi. Saint Petersburg, 2008 (In Russ.).
5. Goroshenkova N.V. (ed.). Komnata psikhologicheskoi razgruzki (iz opyta raboty detsko-podrostkovogo otdeleniya psikhonevrologicheskogo internata № 10). Saint Petersburg, 2000 (In Russ.).
6. Metieva L.A., Udalova E.Ya. Razvitie sensornoi sfery detei: Posobie dlya uchitelei spetsial'nykh (korrektsionnykh) obrazovatel'nykh uchrezhdenii. Moscow, 2008 (In Russ.).
7. Pakhomenko E.V. Programma korrektsii psikhoemotsional'nogo sostoyaniya u detei i podrostkov v usloviyakh sensornoi komnaty. Surgut, 2016 (In Russ.).
8. Remezova L.A., Sergeeva L.V., Yurlina O.F. Formirovanie u detei s narusheniem zreniya predstavlenii o velichine i izmerenii velichin: Metodicheskoe posobie. Samara: Izd-vo SGPU, 2004 (In Russ.).
9. Zhenevov V.L., Baryaeva L.B., Gallyamova Yu.S. Sensornaya komnata — volshebnyi mir zdorov'ya: Uchebno-metodicheskoe posobie. Saint Petersburg: KhOKA, 2007 (In Russ.).
10. Titar A.I. Igrovye razvivayushchie zanyatiya v sensornoi komnate: Prakticheskoe posobie dlya DOU. Moscow: ARKTI, 2008 (In Russ.).
11. Heydt K. Perkins Shkola. Rukovodstvo po obucheniyu detei s narusheniyami zreniya i mnozhestvennymi narusheniyami razvitiya. Chast' 1. Metodicheskie osnovy [Perkins Activity and Resource Guide. A Handbook for Teachers and Parents of Students with Visual and Multiple Disabilities]. M.: Tsentr lechebnoi pedagogiki, 2011 (In Russ.).

Информация об авторах

Савенко Елена Ивановна

педагог-психолог, Школа-интернат № 2 (КГБОУ ШИ 2), г. Хабаровск, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5734-6182>, e-mail: savenkoei81@mail.ru

Information about the authors

Elena I. Savenko

Teacher-Psychologist, Residential School No. 2, Khabarovsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5734-6182>, e-mail: savenkoei81@mail.ru

Получена 19.09.2022

Received 19.09.2022

Принята в печать 04.12.2022

Accepted 04.12.2022

Развитие региональных практик психологического сопровождения в образовании и социальной сфере

Development of Regional Psychological Support Practices in Education and Social Sphere

Программа профилактики отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития «Красота внутри меня»

Замяткина И.М.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Гармония» (МУ Центр «Гармония»), г. Углич, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8918-0471>, e-mail: nemkaira@yandex.ru

Одной из задач современного образования является создание психолого-педагогических условий для успешной социализации ребенка. Однако социализация детей и подростков с задержкой психического развития (ЗПР) представляет собой острую актуальную проблему, с вхождением детей с ЗПР в подростковый возраст она лишь усугубляется; увеличивается развитие данной категории подростков в сторону девиации поведения. Целью профилактики отклоняющегося поведения подростков с ЗПР, их эффективной социализации актуальным является коррекция их психоэмоционального состояния и развитие способностей самовыражения и самопознания. Эффективным средством, облегчающим «вхождение» подростков с ЗПР в общество, является искусство, профилактические возможности которого обусловлены предоставлением личности возможностей для самовыражения и саморазвития, утверждения и самопознания. Одним из современных действенных инструментов профилактической работы с подростками является инновационная и не имеющая аналогов технология — комплекты игрового развивающего и реабилитационного оборудования «Мозартика» автора-разработчика П.Э. Русавской. Программа «Красота — внутри меня» основана на применении данной технологии. Она является краткосрочной (реализуется в течение одного учебного года), рассчитана на 34 академических часа.

Ключевые слова: социализация ребенка, задержка психического развития (ЗПР), девиации поведения, саморазвитие, самопознание.

Для цитаты: Замяткина И.М. Программа профилактики отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития «Красота внутри меня» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 90–110. DOI:10.17759/bppe.2022190305

Program of Prevention of Deviant Behavior in Adolescents with Mental Delay “Beauty Is inside Me”

Irina M. Zamyatkina

Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance “Harmony”, Uglich, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8918-0471>, e-mail: nemkaira@yandex.ru

One of the tasks of modern education is the creation of psychological and pedagogical conditions for the successful socialization of the child. However, the socialization of children and adolescents with mental retardation is an acute urgent problem, with the entry of children with mental retardation into adolescence, it only gets worse; the development of this category of adolescents in the direction of deviation of behavior is increasing. The goal of prevention of deviant behavior of adolescents with mental retardation, their effective socialization is relevant to the correction of their psycho-emotional state and the development of self-expression and self-knowledge abilities. An effective means of facilitating the “entry” of adolescents with mental retardation into society is art, the preventive possibilities of which are due to the provision of opportunities for self-expression and self-development, assertion and self-knowledge. One of the modern effective tools for preventive work with adolescents is an innovative and unparalleled technology — sets of game developing and rehabilitation equipment “Mozartika” by the author-developer P.E. Russavskaya. The program “Beauty is inside me” is based on the application of this technology. It is short-term (implemented within one academic year), is designed for 34 academic hours.

Keywords: *child socialization, mental retardation, behavioral deviations, self-development, self-knowledge.*

For citation: Zamyatkina I.M. Program of Prevention of Deviant Behavior in Adolescents with Mental Delay “Beauty Is inside Me”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 90–110. DOI:10.17759/bppe.2022190305 (In Russ.).

Актуальность программы

Одной из задач современного образования является создание психолого-педагогических условий для успешной социализации ребенка. А.В. Мудрик определяет социализацию как «развитие и самоизменение человека в процессе усвоения и воспроизводства культуры, что происходит во взаимодействии человека со стихийными, относительно направленными и целенаправленно создаваемыми условиями жизни на всех возрастных этапах» [23, с 21].

М.А. Галагузова понимает под данным понятием «процесс «вхождения» ребенка в общество, приобретения им определенного социального опыта в виде знаний, ценностей, правил поведения, установок» [4, с. 54].

Особенно острую актуальную проблему представляет собой на сегодняшний день социализация детей и подростков с задержкой психического развития (ЗПР). В наше время понятие «задержка психического развития» (ЗПР) употребляется по отношению к детям с минимальными ор-

ганическими повреждениями или функциональной недостаточностью нервной системы, а также длительно находящимися в условиях социальной депривации [24].

Р.Д. Тригер, рассматривая психологические особенности социализации детей с ЗПР, определяет детей данной категории как не имеющих нарушений отдельных анализаторов и не являющихся умственно отсталыми, но отличающихся от других детей тем, что они испытывают трудности при обучении по общеобразовательным программам [25].

Актуальность проблемы социализации детей и подростков с ЗПР обуславливает большая распространенность данного нарушения развития как в нашей стране в целом, так и в Угличском районе, в частности.

По данным различных источников, ЗПР является одним из самых распространенных нарушений развития в Российской Федерации. По данным Госкомстата, ЗПР имеют 2–4% населения; по отдельным регионам России распространенность ЗПР варьирует от 15% до 45% .

В Угличском муниципальном районе численность обучающихся с задержкой психического развития составляет на 2018 г. 91,32% от общего количества обучающихся по адаптированным образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования.

Как правило, включение таких детей в социальную жизнь происходит болезненно. Психологи, медики, изучающие детей с задержкой психического развития, отмечают, что у них значительно ослаблены «социальные возможности личности», низкая потребность в общении, сочетающаяся с дезадаптивными формами взаимодействия — отчуждением, избеганием или конфликтом (В.В. Ковалев, И.А. Коробейников, К.С. Лебединская, В.И. Лубовский, Л.М. Шипицына и др.). Педагоги обращают внимание на то, что в работе с такими детьми их социализация является самой трудной педагогической проблемой. Специфические особенности социализации детей, имеющих ЗПР, позволяют включить данную категорию детей в так называемую группу социального риска.

Поэтому если для ребенка с нормой развития социализация представляет собой естественный процесс, то для ребенка с ЗПР «вхождение» в общество — это кропотливая работа, результат которой зависит от тех условий, которые создают для этого взрослые.

Это объясняется тем, что социализация связана с аспектами, в которых дети с ЗПР проигрывают своим сверстникам, имеющим норму развития, по причине нарушений развития интеллекта и познавательных способностей, часто сопровождающихся неврологической и психиатрической симптоматикой. Данные нарушения приводят к формированию у детей сходных проблем в эмоционально-волевой, личностной сферах: эмоциональной депривации, переживанию эмоционального напряжения, чувства одиночества, трудностям эмоционального развития, импульсивности, повышенной тревожности, страхам и пр., а также к нарушению коммуникативно-рефлексивных процессов (наличию конфликтных межличностных отношений).

Нарушения в познавательном и личностном развитии в совокупности с негативным влиянием социальных факторов детерминируют своеобразие самооценки детей с ЗПР. Их самооценка отличается большей зависимостью от мнения окружающих, в сравнении с самооценкой детей с нормой развития. Исследования показали, что для формирования самооценки детей с ЗПР характерно сильное отставание от нормы и свойственна нерасчлененность, упрощенность, часто она бывает противоречива и неустойчива [7].

Благодаря изучению А.И. Липкиной, Е.И. Савонько, В.М. Синельниковым самооценки детей и подростков с задержкой психического развития было выявлено влияние обучения детей с ЗПР в общеобразовательной школе. В ходе исследований дети показали низкий уровень самооценки и неуверенность в себе, вызванные тем, что дети претерпевали учебные неудачи на фоне учеников с нормальным развитием.

Проблема социализации детей с ЗПР усугубляется с вхождением их в подростковый возраст. Особенности данного возраста являются бурные биологические и социальные измене-

ния, обуславливающие всю психологическую перестройку. Колоссальные изменения происходят в сфере самосознания подростка, в целом оформляется такое сложное образование как Я-концепция: претерпевают изменения образ Я, система самооценок подростка.

У подростков с ЗПР, несмотря на наличие возрастных особенностей и тенденций, процесс становления «образа Я» характеризуется своей спецификой, общей для всей рассматриваемой категории. Общие особенности обусловлены влиянием сходного нарушения развития, а специфика — разным влиянием микросред и генезисов, которые привели к ЗПР. Во-первых, в отличие от нормы, у младших подростков с ЗПР все же недостаточно развивается словесно-логическое мышление, что вызывает отклонение в когнитивной организации «образа Я»: он формируется на базе наглядно-образного мышления. Во-вторых, у подростков с ЗПР раньше, чем у подростков с нормой развития, наступает кризис самовосприятия — в 11–12 лет, что говорит о неблагоприятности самопознания, связанном с препятствиями на пути конструирования «образа Я» [9].

У подростков с ЗПР рефлексивность, дифференцированность, устойчивость адекватной самооценки не формируются в нужном возрасте, в силу наложения отпечатка первичного дефекта на развитие личности. В исследованиях личностных особенностей подростков с ЗПР Г.В. Грибанова особо выделяет неустойчивость и незрелость самооценки у подростков, недостаточный уровень осознания своего «Я». По мнению автора, именно это приводит к повышению внушаемости, несамостоятельности и неустойчивости поведения этих детей [11].

Следует также отметить, что задержка в формировании «образа Я» этой категории подростков, препятствия на пути построения конструктивных размышлений о себе обусловлены не только дефектом развития, но во многом — негативным восприятием их со стороны взрослых и сверстников. Формирующийся «комплекс неполноценности» мешает становлению «образа Я» на рефлексивной основе и, более того, установлению дружеского общения со сверстниками и адекватных взаимоотношений.

Глобальные неудовлетворенные потребности в общении и принятии фрустрируют подростков с ЗПР, снижают их самооценку и уровень притязаний. В дальнейшем, учитывая некоторый инфантилизм подростков данной категории, и их неумение эффективно взаимодействовать с окружающими, это предопределяет их развитие в сторону девиации поведения.

Таким образом, с целью профилактики отклоняющегося поведения подростков с ЗПР, их эффективной социализации актуальным является коррекция их психоэмоционального состояния и развитие способностей самовыражения и самопознания.

Эффективным средством, облегчающим «вхождение» подростков с ЗПР в общество, способствующим их полноценному существованию и взаимодействию в обществе, помогающим им познать и раскрыть свое «Я», является искусство.

Оказывая большое психотерапевтическое воздействие, влияние на эмоциональную сферу ребенка, искусство при этом выполняет также коммуникативную, регулятивную, катарсическую функции. Общение с искусством помогает ребенку «очиститься» от наслоившихся негативных переживаний, отрицательных проявлений и вступить на новый путь отношений с окружающим миром. Профилактические возможности искусства обусловлены предоставлением ребенку возможностей для самовыражения и саморазвития, утверждения и самопознания. Созданные ребенком творческие работы и их признание взрослым повышают его самооценку, степень его самопризнания.

Одним из современных действенных инструментов, в основе которого лежит идея соприкосновения детей с искусством, является инновационная развивающая игровая технология «Мозартика».

Новизна программы

Новизна программы заключается в применении в работе с подростками с ОВЗ инновационной и не имеющей аналогов технологии «Мозартика». «Мозартика» редко применяется в Ярославской области, в Угличском районе данная технология ранее не применялась.

Технология «Мозартика» представляет собой синтез игровой терапии, арт-терапии и психоанализа. Автором технологии является П.Э. Руссавская, математик, психолог, художник-дизайнер. Игровые комплекты «Мозартика» изготовлены при поддержке Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) и Минтруда России.

«Мозартика» прошла серию государственных и негосударственных экспертиз, в том числе: в Национальном медицинском исследовательском центре психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского Минздрава России, на кафедре психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования), в Институте мозга человека им. Н.П. Бехтеревой РАН. Также «Мозартика» запатентована как «Ментальная игра для лечения стрессовых состояний и для личностного развития пациентов, преимущественно детей» (патент № 31203).

Цели и задачи программы

Цель программы: профилактика отклоняющегося поведения обучающихся младшего и среднего подросткового возраста, имеющих ограниченные возможности здоровья (задержку психического развития).

Достижение данной цели предполагает решение следующих **задач**:

1. Создавать условия для:
 - формирования мотивации на самопознание, развития интереса к себе;
 - позитивизации Я-схем («я могу», «я значим», «я творец» и пр.);
 - повышения самооценки, уверенности в себе;
 - уменьшения эмоционального напряжения, тревожности, агрессивности, социальных барьеров;
 - накопления эмоционально-положительного опыта.
2. Поощрять позитивные формы активности подростков (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.).

Условия реализации программы

Программа реализуется с подростками младшего и среднего подросткового возраста, имеющими ограниченные возможности здоровья: задержку психического развития.

Занятия по программе могут проводиться в помещении сенсорной комнаты или в учебном кабинете. Занятия по программе проводит педагог (социальный педагог, педагог-психолог), хорошо знакомый с технологией применения комплексов «Мозартики».

В работе по программе важно учитывать общие проблемные зоны подростков, обусловленные их психофизическими особенностями, как то: однотипность выполнения действий; низкий уровень развития воображения; страх неудачи. Поэтому на начальном этапе работы важно давать самые простые задания, максимально конкретизировать их. Обязательна четкая максимально подробная и многократно повторенная инструкция, которая дается перед созданием картины (выкладкой).

На каждом занятии создаются творческие работы, которые нужно назвать, рассказать о сюжете, участниках действия. Если детей что-то не устраивает, они могут изменить картину.

Каждая работа фотографируется и протоколируется педагогом.

Занятия по программе предполагают индивидуальную работу, работу в парах, коллективную работу.

В целом, состав группы остается постоянным, однако он может изменяться по следующим причинам: отчисление обучающихся из ОО; смена места жительства и др.

Наполняемость групп выдержана в пределах требований СанПиН и информационного письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки РФ от 19.10.2006 № 06-1616 «О методических рекомендациях» (Приложение 7 «Примерная наполняемость групп»): до 15 человек.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы.

Права и обязанности участников программы определяются выработанными правилами группы.

Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе доверия, сотрудничества, взаимного уважения и предоставления свободы развития личности.

Происходящее в группе всегда определяется личностным выбором каждого участника, никто не может принудить его к совершению каких-либо поступков.

Участники программы имеют право: на добровольное участие в программе; на отказ от занятий при наличии обстоятельств, которые могут нанести вред их психическому или физическому здоровью; уважение человеческого достоинства, свободное выражение собственных взглядов и убеждений.

Участники программы обязаны: соблюдать правила, принятые участниками программы; уважать честь и достоинство других участников программы; не совершать действий, наносящих психологическую и физическую травму другим участникам программы; соблюдать режим посещения занятий.

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

1. Требования к специалистам, реализующим программу.

Реализация программы обеспечивается социальным педагогом и педагогом-психологом.

Специалисты должны иметь соответствующее образование и быть компетентны в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии; должны владеть знаниями и практическими компетенциями в области информационно-коммуникационных технологий, знанием возрастных, психологических особенностей, уметь организовывать групповую работу, знать методические основы работы с детьми и подростками. В список умений специалистов включаются их действия на всех этапах группового обсуждения, знание закономерностей групповой динамики и их использование в психологических целях, фасилитация, контроль за временем.

2. Требования к материально-технической оснащенности.

Обязательным требованием при проведении программы является наличие помещения для занятий, позволяющее активно перемещаться при выполнении упражнений. Необходимо наличие отдельного кабинета, оборудованного столами и стульями по количеству участников группы или мягким ковром для сидения на полу, и следующего оборудования и материалов: настольных раскладных игр «Витражи», «Туманы», «Городок» инновационной развивающей игровой технологии «Мозартика» автора П.Э. Руссавской; музыкального центра (колонки); записи музыкальных произведений на тему «Времена года» П.И. Чайковского «Январь. У камелька», «Весна. Песнь жаворонка», «Апрель. Подснежник», «Октябрь. Осенняя песнь», «Лето. Жатва»; демонстрационного материала (карточки с примерами мозаики, репродукции портретов, пейзажей, натюрмортов; карточки с изображением сказочных героев); мяча; бланков протокола; ручек, карандашей, восковых мелков; фотоаппарата и пр.

Структура программы

Всего программой предусмотрено 34 занятия.

Два из них являются вводными. На первом занятии педагог знакомится с детьми, знакомит их с правилами безопасного поведения в кабинете и учреждении, правилами работы в группе, особенностями работы на занятиях. На втором занятии педагог проводит диагностическое обследование участников группы.

Два занятия в завершении работы по программе предполагают повторную диагностику детей и подведение итогов работы по программе.

Структура занятия (по Н.А. Сакович).

1. Организационный момент.

Цели: включение в работу, повышение тонуса группы, создание настроения на коллективное творчество.

Содержание: ритуализованное индивидуальное, попарное или коллективное упражнение — простое, приемлемое для всех.

2. Основное задание.

Цель: приобретение нового опыта, применение технологии, освоение данного изобразительного материала.

Содержание: применение технологии «Мозартика», направленной на разработку какой-либо темы.

3. Обсуждение.

Цель: осознание проделанной работы, актуализированных чувств.

Содержание: выставка работ, обсуждение в парах, обмен чувствами, сочинение историй, названий к работам.

4. Завершение.

Цель: закрепление нового опыта, получение «группового ресурса», обратной связи.

Содержание: коллективные упражнения, позволяющие закрепить новый опыт и получить «ресурс», повысить самооценку, улучшить эмоциональный фон [19].

Система организации внешнего и внутреннего контроля реализации программы

Система организации внешнего контроля за реализацией программы осуществляется посредством заполнения журнала учета видов деятельности социального педагога, педагога-психолога, составления расписания занятий. При необходимости (учитывая добровольность участия) контроль за посещаемостью осуществляет специалист, реализующий программу.

Промежуточная оценка осуществляется при помощи наблюдения педагога. Также промежуточная и итоговая оценка результативности производится в форме рефлексии прошедшего занятия.

Контроль результативности работы по программе осуществляется на основе диагностического инструментария:

- методика изучения общей самооценки Г.Н. Казанцевой;
- шкала самоуважения М. Розенцвейга;
- проективная методика исследования личности «Тест руки (Hand test)» Э.Вагнера в адаптации Н.Я. Семаго;
- методика Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (адаптирована на русский язык Ю.Л. Ханиным);
- беседа;
- наблюдение;
- изучение продуктов деятельности;
- анализ документации.

Критерии результативности программы в процессе наблюдения

Критерии	Индикаторы
Улучшение эмоционального состояния подростка	Частота проявлений положительных чувств и эмоций (радость, удивление, восхищение, любопытство, интерес). Уменьшение проявлений лабильности (неустойчивость настроения, его резкие перепады без видимых причин). Отсутствие в поведении реакций обиды.
Снижение тревожности	Отсутствие мышечных напряжений, прежде всего в области лица и шеи. Отсутствие беспокойных движений. Интерес к новому заданию, отсутствие опасений в неуспехе.
Снижение агрессивности	Снижение частоты мимических, пантомимических и вегетативных проявлений агрессии (сжатые губы, кулаки, покраснение кожи). Отсутствие предметной агрессии. Снижение реактивности в ответ на действия других детей Отсутствие реакции сопротивления взрослому при попытке удержать в состоянии гнева.
Повышение самооценки	Выбор значимых ролей в деятельности. При наличии выбора сложности задания – берутся за более сложные. Умение адекватно оценить результаты деятельности, поступки свои и чужие.
Развитие коммуникативных способностей	Проявляют желание, инициативу к взаимодействию с другими. Умеют выслушать другого, способны согласовать свои действия с действиями других. Откликаются на эмоциональные переживания другого. По своей инициативе задают вопросы взрослому.

Практическая апробация программы

Программа была реализована социальным педагогом при участии педагога-психолога Центра «Гармония» Угличского муниципального района Ярославской области на базе Центра «Гармония» в течение 2020–2021 учебного года.

За данный период в программе приняли участие 10 подростков, имеющих задержку психического развития, — обучающихся 7–8-х классов ООШ Угличского муниципального района.

По результатам методики изучения общей самооценки Г.Н. Казанцевой на констатирующем этапе завышенный уровень самооценки был у 14% участников, на контрольном этапе — также у 14%. Адекватный уровень самооценки в начале реализации программы был у 14% участников, в конце программы — у 58%. Заниженный уровень самооценки в начале реализации программы был у 72% подростков, по итогам реализации программы этот показатель снизился до 28%.

По шкале самоуважения Розенберга: низкий уровень самоуважения в начале программы демонстрировали 72% участников и 28% — в конце программы. Высокий уровень самоуважения в начале реализации программы был у 14% участников и в конце — у 58% участников. Очень высокий уровень самоуважения отмечался у 14% участников, этот параметр не изменился к завершению реализации программы.

По результатам проективной методики Hand test на констатирующем этапе высокая вероятность открытого агрессивного поведения (тревожности) была у 72% участников, низкая — у 28% участников. На контрольном этапе высокая вероятность снизилась до 42% и низкая вероятность отмечалась у 58% участников.

По результатам методики Ч. Д. Спилбергера число участников с низкой личностной тревожностью не изменилось — 14% на констатирующем и на контрольном этапе. Участников с умеренной личностной тревожностью по итогам реализации программы стало больше — 42% и 56%, со-

ответственно; участников с высокой личностной тревожностью стало меньше — 44% в начале программы и 30% в конце. Число участников с низкой и умеренной ситуативной тревожностью к концу реализации программы увеличилось — 14% и 28% — с низкой; 28% и 42% — с умеренной. Число участников с высокой ситуативной тревожностью в результате реализации программы уменьшилось с 42% до 30%.

Таким образом, работа по программе способствовала формированию мотивации обучающихся на самопознание, развития интереса к себе, позитивизации Я-схем обучающихся, повышению самооценки, уверенности в себе, уменьшению эмоционального напряжения, тревожности, агрессивности.

В процессе работы по программе происходило накопление эмоционально-положительного опыта обучающихся, стимулирование позитивных форм активности подростков (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.).

Тем самым создавались условия для профилактики отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития посредством гармонизации личности подростков через развитие способностей самовыражения и самопознания и коррекции психоэмоционального состояния подростков путем соприкосновения с искусством.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов
1.	Знакомство	1
2.	Отправляемся в путь	1
3.	Мозартика — волшебная страна. Дорожки, круги и треугольники	1
4.	Подарок другу	1
5.	Выкладка на свободную тему	1
6.	Портрет	1
7.	Волшебный цветок	1
8.	Место, где мне хорошо	1
9.	Выкладка на свободную тему	1
10.	Дом и тот, кто в нем живет	1
11.	Моя планета	1
12.	Животные Мозартики	1
13.	Птицы Мозартики	1
14.	Мое настроение	1
15.	Мое желание	1
16.	Времена года	1
17.	Строим город	1
18.	Выкладка на свободную тему с использованием трех цветов	1
19.	Выкладка на свободную тему с использованием двух цветов	1
20.	Выкладка на свободную тему с использованием одного цвета	1
21.	То, что я люблю	1
22.	Радость	1
23.	Мозаика	1
24.	Выкладка в парах на свободную тему	1

25.	Коллективная выкладка на свободную тему	1
26.	Автопортрет	1
27.	Роботы	1
28.	Создаем волшебный мир!	1
29.	Выкладка на свободную тему	1
30.	Мой сказочный герой	1
31.	Сочиняем сказку!	1
32.	Выкладка на свободную тему	1
33.	Красота — внутри меня!	1
34.	Возвращение домой!	1
Итого		34

Содержание занятий по программе¹

Занятие 1. «Знакомство»

1. Игра с мячом «Мой любимый цвет».

Каждый ловящий мяч называет свое имя и свой любимый цвет. В упражнении должен принять участие каждый.

2. Упражнение «Я сегодня вот такой».

Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» — и показывает невербально свое состояние. Остальные говорят: «Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой», — и копируют его жесты, мимику, позу. В упражнении должен принять участие каждый. В заключение все берутся за руки и хором говорят: «Здравствуйте все!»

3. Упражнение «Поздороваемся».

Педагог предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только тогда, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т.е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача — поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Занятие 2. «Отправляемся в путь»

1. Диагностическое обследование.

Занятие 3. «Мозартика — волшебная страна. Дорожки, круги и треугольники»

1. Знакомство детей с технологией «Мозартика».

В кабинете на столе подготовлены карты-поля, фантазийные фигурки игрового набора «Витражи», входящего в состав технологии «Мозартика».

Педагог знакомит участников с технологией «Мозартика»: говорит, что они отправляются в удивительный волшебный мир «Мозартики», который создала Полина Руссавская, где можно с помощью различных цветных деталей построить все, что захочется. Педагог просит участников закрыть глаза и произносит: «1, 2, 3 — в мир Мозартики лети!» Далее педагог говорит, что участники уже перенесли в мир Мозартики. Главные здесь — они, поэтому можно придумывать все, что хочется. Правил в этой игре нет, только одно — нужно аккуратно относиться к волшебным деталям (не кусать их, не мять, не бросать), и тогда у всех получатся замечательные картины.

¹ Содержание занятий дается в сокращенном виде: показано только основное задание и часть занятий. Полная версия: <https://rospsy.ru/node/858>

Педагог показывает участникам поля и фигурки. Затем они знакомятся с основными формами фантазийных фигурок игрового набора «Витражи» (полукруг, треугольник, прямоугольник).

2. *Коллективное упражнение «Сортировка»* с использованием игрового набора «Витражи».

Участники все вместе сортируют фигурки по цвету, форме, размеру, раскладывая их в несколько коробок, на каждой изображена какая-либо определенная фигурка.

3. *Упражнение «Где чья фигурка?»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Участники раскладывают фигуры по цвету, форме, размеру (каждому дается определенная форма и цвет, например, «Ты, Ваня, собираешь большие красные полукруги»).

Занятие 4. «Подарок другу».

1. *Фронтальная беседа о дружбе:*

- Что такое дружба?
- А у вас есть хороший друг?
- Какими качествами обладает друг?
- Что можно делать с друзьями? В какие игры вы любите играть с друзьями?

Обсуждение вопросов, обобщение.

2. *Выкладка на тему «Подарок другу»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает участникам, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Подарок другу» и рассказывать о том, кому они сделали этот подарок и почему.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о своем друге, почему именно такой подарок они сделали (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 5. «Выкладка на свободную тему»

1. *Выкладка на свободную тему* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает участникам, что сегодня на занятии они будут создавать картину на любую тему, какую им захочется.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о героях, сюжете картины (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 6. «Портрет»

1. *Рассматривание картин.*

Педагог предлагает участникам рассмотреть небольшую серию картин (портретов, пейзажей, натюрмортов). На одних изображена природа — это пейзаж, на других различные предметы — это натюрморт, на третьих люди — это портреты. Художники рисуют знакомых или незнакомых им людей.

2. *Выкладка на тему «Портрет»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает участникам, что сегодня на занятии они будут создавать «Портрет»: изображать человека (своих друзей, родственников или придумывать людей).

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о том, что их радует (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 7. «Волшебный цветок»

1. Упражнение «Волшебные цветы».

Педагог просит участников представить, что они — волшебные цветы.

Днем, когда жарко и солнечно, цветы раскрывают свои лепестки, поворачивают свои головки и смотрят вверх (вдох). Ветерок колышет цветы из стороны в сторону. Ночью все отдыхает. Цветы опускают головки, закрываются в бутоны (выдох).

Выполнение упражнения: все встают в круг, берутся за руки, смотрят вверх — вдох, опускают головы — выдох (повтор несколько раз).

2. *Выкладка на тему «Волшебный цветок» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Волшебный цветок». Так как цветок необычный, участники должны будут подумать, какими волшебными свойствами он обладает.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о цветке, его волшебных свойствах (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 8. «Место, где мне хорошо»

1. *Выкладка на тему «Место, где мне хорошо» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Место, где мне хорошо».

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы, педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы, педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о месте, где они чувствуют себя хорошо, где хотели бы очутиться, почему (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 9. «Выкладка на свободную тему»

Занятие 10. «Дом и тот, кто в нем живет»

1. *Выкладка на тему «Дом и кто в нем живет» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Дом и кто в нем живет».

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы, педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о созданном доме, кто в нем живет (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 11. «Моя планета»

1. *Выкладка на тему «Моя планета»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Моя планета»: придумывать и изображать свою собственную планету.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы, педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о их планете, какая она, кто на ней живет, что растет и пр. (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 12. «Животные Мозартики»

1. *Выкладка на тему «Животные Мозартики»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Животные Мозартики»: придумывать и изображать животное, которое живет в волшебном мире Мозартики.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о животном, его характере, чем оно питается, чего боится, где живет и пр. (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 13. «Птицы Мозартики»

1. *Выкладка на тему «Птицы Мозартики»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Птицы Мозартики»: придумывать и изображать птицу, которая живет в волшебном мире Мозартики.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о птице, ее характере, чем она питается, чего боится, где живет и пр. (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 14. «Мое настроение»

1. *Выкладка на тему «Мое настроение»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Мое настроение»: как оно бы выглядело, если бы было живым: какого цвета было бы, какой формы, какого размера и пр. Можно изображать настроение в виде какого-либо предмета, животного, пейзажа и пр.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о своем настроении, описать его, рассказать, почему оно такое (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 15. «Мое желание»

1. *Выкладка на тему «Мое желание»* с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает детям, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Мое желание».

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о своем желании (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 16. «Времена года»

1. *Упражнение «Время года в музыке»* (фронтальная работа).

Педагог сообщает, что сегодняшнее занятие будет посвящено временам года, просит назвать времена года (весна, лето, осень и зима), говорит, что каждое время года имеет свое настроение.

Педагог предлагает отгадать, прослушав отрывки из музыкальных произведений П.И. Чайковского, какому времени года композитор посвятил каждое произведение, и обосновать, почему участники так решили (используются записи музыкальных произведений П.И. Чайковского «Времена года»: «Январь. У камелька», «Весна. Песнь жаворонка», «Апрель. Подснежник», «Октябрь. Осенняя песнь», «Лето. Жатва»).

2. *Фронтальная беседа «Времена года в цвете».*

Педагог говорит, что каждое время года имеет также и свои цвета и предлагает участникам ответить на вопросы:

- Какие цвета у зимы? Почему? (белый, голубой, синий — снег)
- Какие цвета у весны? Почему? (зеленый, голубой — трава, вода)
- Какие цвета у осени? Почему? (желтый, красный, коричневый — листва, земля)
- Какие цвета у лета? Почему? (зеленый, красный, желтый и пр. — цветы, ягоды, трава, листва)

3. *Выкладка на тему «Времена года»* с использованием игрового набора «Туманы» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Времена года». Педагог показывает поля набора «Туманы», говорит, что на каждом поле изображены плывущие облака и свое время года, окно в зиму, окно в весну, окно в осень, окно в лето.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. После чего дается набор фигурок по сезону, который они выбрали, это время года называется и предлагается изобразить его с помощью фигурок. Работа осуществляется под музыкальное сопровождение (записи музыкальных произведений П.И. Чайковского «Времена года»: «Январь. У камелька», «Весна. Песнь жаворонка», «Апрель. Подснежник», «Октябрь. Осенняя песнь», «Лето. Жатва»).

В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о временах года: назвать работу, рассказать о том, почему именно так захотелось изобразить этот сезон, какое настроение у птицы на окне и пр. (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 17. «Строим город»

1. *Парная выкладка на тему «Строим город» с использованием игрового набора «Городок».*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Строим город», разделившись по парам (по желанию).

Педагог предлагает представить, что участники высадились на незнакомый берег и им предстоит построить город, чтобы там было все необходимое для жизни. Так как работать предстоит в паре, необходимо при работе слушать партнера, обсуждать с ним решения, уважать его.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о своем городе: назвать город, показать здания, рассказать о них, рассказать о жителях, где живут сами дети (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 18. «Выкладка на свободную тему с использованием трех цветов»

Занятие 19. «Выкладка на свободную тему с использованием двух цветов»

Занятие 20. «Выкладка на свободную тему с использованием одного цвета»

Занятие 21. «То, что я люблю»

1. Упражнение «Я люблю».

Участник выходит в центр круга, говорит «Я люблю...» и называет то, что ему нравится. Второй участник, разделяющий его интересы, подходит к первому, берет его за руку, говорит «Я люблю...», и так далее — до последнего участника. Последний участник берет за руку первого, и круг замыкается.

2. *Выкладка на тему «То, что я люблю» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «То, что я люблю».

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о том, что их радует (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 22. «Радость»

1. Упражнение «Передай улыбку по кругу».

Педагог говорит, что тема сегодняшнего занятия — «Радость». А когда человек радуется, он улыбается. Педагог предлагает выполнить упражнение «Передай улыбку по кругу». Участникам нужно встать в круг, передать свою улыбку по кругу (педагог улыбается рядом стоящему участнику, передает улыбку в ладошке, этот участник улыбается своему соседу и т. д.).

Что чувствуете вы сейчас? (*Ответы участников.*)

2. *Выкладка на тему «Радость» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).*

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на тему «Радость»: изображать то, что их радует (предметы, погоду и пр.).

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о том, что их радует (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 23. «Мозаика»

1. Фронтальная беседа.

Педагог спрашивает, на что похожа игра «Витражи» (на мозаику). Участники отвечают на вопросы педагога:

- Что такое мозаика? (картина, состоящая из мелких деталей)
- Из чего можно сделать мозаику? (стекло, камни, бумага, пластик).

Педагог показывает примеры мозаик из различных материалов на карточках.

2. Выкладка на тему «Мозаика» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать мозаику.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о ней (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 24. «Выкладка в парах на свободную тему»

Занятие 25. «Коллективная выкладка на свободную тему»

Занятие 26. «Автопортрет»

1. Рассмотрение картин.

Педагог предлагает рассмотреть небольшую серию картин (портретов). Педагог говорит, что художники рисуют знакомых или незнакомых им людей — портреты. Иногда художники рисуют себя (автопортреты). Участники рассматривают серию автопортретов.

2. Выкладка на тему «Автопортрет» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает детям, что сегодня на занятии они будут создавать «Автопортрет»: изображать себя.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали, рассказать о ней (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 27. «Роботы»

1. Упражнение «Я — робот».

Педагог сообщает, что занятие будет посвящено роботам. Педагог просит участников выступить в роли роботов, показать, как он двигается, что может делать, какие звуки может издавать.

2. Выкладка на тему «Роботы» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать робота.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о ней (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 28. «Создаем волшебный мир!»

1. Упражнение «Волшебники».

Педагог напоминает, что Мозартика — волшебная страна. И в этой стране наверняка живут волшебники.

Затем педагог спрашивает участников: Что могут делать волшебники? (превращать, исполнять желания и т. д.). Выслушав ответы, педагог сообщает участникам, что они тоже хорошие волшебники и уже многое могут. Например, могут поднять настроение другу, подарив ему доброе пожелание, и просит каждого участника подарить доброе волшебное пожелание другу.

2. Выкладка на тему «Создаем волшебный мир!» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать волшебный мир.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о ней (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 29. «Выкладка на свободную тему»

Занятие 30. «Мой сказочный герой»

1. Фронтальная беседа на тему «Сказочные герои».

Педагог задает вопросы: каких сказочных героев вы знаете? какой ваш любимый герой? почему?

2. Игра «Угадай героя».

Педагог показывает изображения героев сказок на карточках, участники отгадывают их и называют сказки, какими волшебными качествами обладают герои.

3. Выкладка на тему «Мой сказочный герой» с использованием игрового набора «Витражи» (индивидуальная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать своего героя-персонажа.

Участникам предлагается самим выбрать себе поле. В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать героя, рассказать о его характере, где он живет, что любит, чего боится, какими свойствами обладает (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 31. «Сочиняем сказку!»

1. Упражнение «Мы — сказочники».

Педагог сообщает, что сегодня они будут сказочниками, будут придумывать сказку.

Участники отвечают на вопросы педагога (фронтальная беседа):

- Какие части есть у сказки? (начало, середина, конец)

- С каких слов обычно начинается сказка? (однажды, жили-были)
 - Какими словами обычно заканчивается сказка? (тут и сказочке конец)
2. *Сочинение сказки*, самостоятельная работа в группе. Помощь педагога в случае затруднений.
3. *Выкладка на тему «Сочиняем сказку!»* с использованием игрового набора «Витражи» (коллективная работа).

Педагог сообщает детям, что сегодня на занятии они все вместе будут изображать какой-либо момент из своей сказки.

Участникам предлагается каждому выбрать себе поле и соединить их в одно большое поле. Педагог напоминает, что нужно работать в команде, обсуждать решения, уважать мнение всех и разделить обязанности в команде.

В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать участникам свою сказку, опираясь на картину (отмечает необходимые эпизоды в протоколе).

Занятие 32. «Выкладка на свободную тему»

Занятие 33. «Красота — внутри меня!»

Занятие 34. «Возвращение домой!»

1. Упражнение «Король Мозартики».

Педагог предлагает участникам стать королями Мозартики перед возвращением домой. Каждый по очереди садится на трон (стул) и надевает корону. Тот, кто становится королем Мозартики, обладает одними достоинствами, у него нет недостатков. Педагог объясняет участникам задачу: увидеть хорошую сторону короля, выразить его хорошие качества словами перед всеми присутствующими.

2. *Выкладка на свободную тему* с использованием игрового набора «Витражи» (коллективная работа).

Педагог сообщает, что сегодня на занятии они будут создавать картину на свободную тему, работая одной командой. Выбор поля, сюжет, цвета выкладки и пр. детям нужно выбрать вместе, при этом обсудив, уважая мнение всех и разделив обязанности в команде.

Перед выполнением работы дается время для обсуждения выкладки.

В процессе работы педагог ведет наблюдение, делает необходимые записи в протоколах, фотографирует интересные моменты во время занятия.

После завершения работы педагог предлагает рассказать о том, что же они создали: назвать работу, рассказать о сюжете, героях (отмечая необходимые эпизоды в протоколе).

3. Упражнение «Импульс».

Педагог говорит участникам, что им нужно возвращаться из путешествия в прекрасную страну Мозартику, так как их ждут дома. Но для возвращения домой нужен импульс, волшебная энергия, которую сейчас они попытаются добыть.

Участники с педагогом встают в круг, берутся за руки. Педагог посылает сигнал — сжимает руку рядом сидящему, тот в свою очередь передает сигнал следующему. Таким образом сигнал начинает «бегать по кругу» — начинается возвращение домой.

Литература

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник. М.: Аспект Пресс, 1998.
2. Галагузова М. А., Лушников А.М., Торохова Т.С. История социальной педагогики. М.: Владос, 2001.

3. Долгова В.И., Капитанец Е.Г., Гладышев Д.И. Моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки у лиц с аддиктивным поведением в условиях реабилитационного центра [Электронный ресурс] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 5 (135). С. 267–272. doi:10.5930/issn.1994-4683.2016.05.135.p267-272
4. Елисеева Ю.Н. Особенности социализации детей школьного возраста с ОВЗ [Электронный ресурс] // Молодой ученый. 2016. № 3. С. 959–964. URL: <https://moluch.ru/archive/107/25474/> (дата обращения: 03.08.2018).
5. Зеленина Н.Ю. Специальная детская психология. Психология детей с нарушениями интеллекта. Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014.
6. Капитанец Е.Г., Панарина Е.И. Исследование самооценки у младших подростков с ЗПР [Электронный ресурс] // Концепт. 2016. Том 44. С. 22–27. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56971.htm> (дата обращения: 03.08.2018).
7. Конева И.А. Особенности образа Я младших подростков с ЗПР: Дисс. ... канд. психол. наук. Нижний Новгород, 2002.
8. Конева И.А. Психологические особенности формирования образа Я у младших подростков с задержкой психического развития в условиях образовательной интеграции и дифференциации // Научное обозрение. Психологические науки. 2014. № 1. С. 30–31..
9. Коротенко И.В. Особенности личностной дезадаптации у первоклассников с задержкой психического развития: Дисс. ... канд. психол. наук. Нижний Новгород, 2005.
10. Масленкова К.Е. Особенности коррекции «Образ Я» детей младшего подросткового возраста с умственной отсталостью // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: Сборник статей по материалам LIX студенческой международной научно-практической конференции, Новосибирск, 13–23 ноября 2017 года. Новосибирск: Ассоциация научных сотрудников «Сибирская академическая книга», 2017. С. 31–35.
11. Медведева Е.А. Формирование личности ребенка с проблемами психического развития средствами искусства в артпедагогическом и арттерапевтическом пространстве. М.: Институт консультирования и системных решений, 2009.
12. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник. М.: Академия, 2001.
13. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику. 3-е изд., испр. и доп. М.: Академия, 2000.
14. Мудрик А.В. Социализация человека: Учебное пособие. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательский центр «Академия», 2006.
15. Панарина Е.И., Капитанец Е.Г. Особенности самооценки младших подростков с ЗПР [Электронный ресурс] // Концепт. 2017. Том 39. С. 2386–2390. URL: <http://e-koncept.ru/2017/970804.htm> (дата обращения: 03.08.2018).
16. Руссавская П.Э. Мозартикотерапия — новая технология в системе семейных отношений. М.: НП «Независимый институт семьи и демографии», 2009.
17. Рыбакова С.Г. Арт-терапия для детей с задержкой психического развития: Учебное пособие. СПб: Речь, 2007.
18. Сапогова Е.Е. Психология развития человека: Учебное пособие. М.: Аспект Пресс, 2005.
19. Смирнова И.А., Верховкина М.Е., Атарова М.Н. Путеводитель по ФГОС дошкольного образования в таблицах и схемах. М.: Каро, 2014.
20. Соколова Е.В. Психология детей с задержкой психического развития. М.: ТЦ Сфера, 2009.
21. Специальная педагогика: Учебное пособие / Под ред. Н.М. Назаровой. 2-е изд. М.: Издательский центр «Академия», 2001.
22. Триггер Р.Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития. СПб: Питер, 2008.
23. Холопова Я.А. Формирование Я-концепции у детей с задержкой психического развития в условиях интегрированного обучения // Духовно-нравственные ориентиры специального образования: мате-

риалы XVII Международной конференции «Ребенок в современном мире. Духовные горизонты детства», 21–23 апреля 2010 г. СПб, 2010. С. 140–144.

References

1. Andreeva G.M. *Sotsial'naya psikhologiya: Uchebnik*. Moscow: Aspekt Press, 1998 (In Russ.).
2. Galaguzova M. A., Lushnikov A.M., Torokhova T.S. *Istoriya sotsial'noi pedagogiki*. Moscow: Vlados, 2001 (In Russ.).
3. Dolgova V.I., Kapitanets E.G., Gladyshev D.I. Modelirovanie psikhologo-pedagogicheskoi korrektsii samoosnenski u lits s addiktivnym povedeniem v usloviyakh reabilitatsionnogo tsentra [Modeling of psychology and pedagogical correction of a self-assessment at persons with addiction behavior in the conditions of the rehabilitation center] [Elektronnyi resurs]. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta = Uchenye Zapiski Universiteta Imeni P.F. Lesgafta*, 2016, no. 5 (135), pp. 267–272. doi:10.5930/issn.1994-4683.2016.05.135.p267-272 (In Russ.).
4. Eliseeva Yu.N. Osobennosti sotsializatsii detei shkol'nogo vozrasta s OVZ [Elektronnyi resurs]. *Molodoi uchenyi = Young Scientist*, 2016, no. 3, pp. 959–964. URL: <https://moluch.ru/archive/107/25474/> (data obrashcheniya: 03.08.2018). (In Russ.).
5. Zelenina N.Yu. *Spetsial'naya detskaya psikhologiya. Psikhologiya detei s narusheniyami intellekta*. Perm': Permskii gosudarstvennyi gumanitarno-pedagogicheskii universitet, 2014 (In Russ.).
6. Kapitanets E.G., Panarina E.I. Issledovanie samoosnenski u mladshikh podrostkov s ZPR [Elektronnyi resurs]. *Kontsept = Konzept*, 2016. Vol. 44, pp. 22–27. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56971.htm> (Assecced 03.08.2018). (In Russ.).
7. Koneva I.A. *Osobennosti obraza Ya mladshikh podrostkov s ZPR: Diss. kand. psikhol. nauk*. Nizhny Novgorod, 2002 (In Russ.).
8. Koneva I.A. Psikhologicheskie osobennosti formirovaniya obraza Ya u mladshikh podrostkov s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya v usloviyakh obrazovatel'noi integratsii i differentsiatsii [Psychological special way formation image of "i" younger adolescents whith mental retardation in the conditions of educational integration and differentiation]. *Nauchnoe obozrenie. Psikhologicheskie nauki = Scientific review. Psychological sciences*, 2014, no. 1, pp. 30–31 (In Russ.).
9. Korotenko I.V. *Osobennosti lichnostnoi dezadaptatsii u pervoklassnikov s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya: Diss. kand. psikhol. nauk*. Nizhnii Novgorod, 2005 (In Russ.).
10. Maslenkova K.E. Osobennosti korrektsii "Obraza Ya" detei mladshogo podrostkovogo vozrasta s umstvennoi otstalost'yu. *Nauchnoe soobshchestvo studentov XXI stoletiya. Gumanitarnye nauki: Sbornik statei po materialam LIX studencheskoi mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, Novosibirsk, 13–23 noyabrya 2017 goda*. Novosibirsk: Assotsiatsiya nauchnykh sotrudnikov "Sibirskaya akademicheskaya kniga" Publ., 2017, pp. 31–35 (In Russ.).
11. Medvedeva E.A. *Formirovanie lichnosti rebenka s problemami psikhicheskogo razvitiya sredstvami iskusstva v artpedagogicheskom i artterapevticheskom prostranstve*. Moscow: Institut konsul'tirovaniya i sistemnykh reshenii Publ., 2009 (In Russ.).
12. Medvedeva E.A., Levchenko I.Yu., Komissarova L.N., Dobrovolskaya T.A. *Artpedagogika i artterapiya v spetsial'nom obrazovanii: Uchebnik*. Moscow: Akademiya, 2001 (In Russ.).
13. Mudrik A.V. *Vvedenie v sotsial'nuyu pedagogiku*. 3rd ed. Moscow: Akademiya, 2000 (In Russ.).
14. Mudrik A.V. *Sotsializatsiya cheloveka: Uchebnoe posobie*. 2nd ed. Moscow: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2006 (In Russ.).
15. Panarina E.I., Kapitanets E.G. Osobennosti samoosnenski mladshikh podrostkov s ZPR [Elektronnyi resurs]. *Kontsept = Konzept*, 2017. Vol. 39, pp. 2386–2390. URL: <http://e-koncept.ru/2017/970804.htm> (Accessed 03.08.2018). (In Russ.).
16. Russavskaya P.E. *Mozartikoterapiya — novaya tekhnologiya v sisteme semeinykh otnoshenii*. Moscow: NP "Nezavisimiy institut sem'i i demografii" Publ., 2009 (In Russ.).

17. Rybakova S.G. Art-terapiya dlya detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya: Uchebnoe posobie. Saint Petersburg: Rech', 2007 (In Russ.).
18. Sapogova E.E. Psikhologiya razvitiya cheloveka: Uchebnoe posobie. Moscow: Aspekt Press, 2005 (In Russ.).
19. Smirnova I.A., Verkhovkina M.E., Atarova M.N. Putevoditel' po FGOS doskol'nogo obrazovaniya v tablitsakh i skhemakh. Moscow: Karo, 2014 (In Russ.).
20. Sokolova E.V. Psikhologiya detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya. Moscow: TTs Sfera, 2009 (In Russ.).
21. Nazarova N.M. (ed.). Spetsial'naya pedagogika: Uchebnoe posobie. 2nd ed. Moscow: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2001 (In Russ.).
22. Triger R.D. Psikhologicheskie osobennosti sotsializatsii detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya. Saint Petersburg: Piter, 2008 (In Russ.).
23. Kholopova Ya.A. Formirovanie Ya-kontseptsii u detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya v usloviyakh integrirovannogo obucheniya. *Dukhovno-nravstvennye orientiry spetsial'nogo obrazovaniya: materialy XVII Mezhdunarodnoi konferentsii "Rebenok v sovremennom mire. Dukhovnye gorizonty detstva", 21–23 aprelya 2010 g.* Saint Petersburg, 2010, pp. 140–144 (In Russ.).

Информация об авторах

Замяткина Ирина Михайловна

социальный педагог, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Гармония» (МУ Центр «Гармония»), г. Углич, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8918-0471>, e-mail: nemkaira@yandex.ru

Information about the authors

Irina M. Zamyatkina

Social Teacher, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance "Harmony", Uglich, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8918-0471>, e-mail: nemkaira@yandex.ru

Получена 11.10.2022

Received 11.10.2022

Принята в печать 07.12.2022

Accepted 07.12.2022

Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды

Axiological and Person-Oriented Basis for Cooperation and Interaction of Subjects of the Educational Environment

Психолого-педагогический консилиум как обязательный компонент психолого- педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивном образовании

Дегтярева Л.И.

Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»); Ассоциация негосударственных образовательных организаций Новосибирской области «Частная школа» (Ассоциация «Частная школа»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0202-4957>, e-mail: nou_avrora@mail.ru

Тиндетникова Е.Г.

Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3288-2090>, e-mail: tindelena@yandex.ru

Луцкая М.Е.

Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2694-5750>, e-mail: mlut@yandex.ru

Психолого-педагогическая (образовательная) программа предназначена для повышения психолого-педагогической компетентности руководителей, педагогов и специалистов психолого-педагогического сопровождения инклюзивных школ, нуждающихся в улучшении качества организации деятельности школьного психолого-педагогического консилиума (ППК), является краткосрочной практико-ориентированной программой профессионального развития. Программа предполагает усиление профессиональных установок педагогов на оказание психолого-педагогической помощи каждому ребенку с ограниченными возможностями здоровья, нацелена на освоение участниками необходимых психологических знаний, формирование и совершенствование специфических профессиональных умений и навыков (коммуникативных, аналитических, рефлексивных, проектных), необходимых членам педагогического коллектива для овладения технологией подготовки и проведения ППК как особой формы командного взаимодействия специалистов. Программа реализуется в технологии интенсивного психологического образования взрослых, предполагает ориентацию на специфические возрастные личностные, психофизиологические и когнитивные потенциалы взрослых обучающихся и на особенности профессиональной мотивации педагогических работников — участников программы.

Ключевые слова: психолого-педагогический консилиум, профессиональная компетентность, психолого-педагогическое сопровождение школы, инклюзивное образование.

Для цитаты: Десярева Л.И., Тиндетникова Е.Г., Луцкая М.Е. Психолого-педагогический консилиум как обязательный компонент психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивном образовании [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 111–133. DOI:10.17759/bppe.2022190306

Psychological and Pedagogical Consilium as a Mandatory Component of Psychological and Pedagogical Support of Children with Disabilities in Inclusive Education

Lyudmila I. Degtyareva

School “Aurora”; Association of Non-Governmental Educational Organizations of the Novosibirsk Region “Private School”, Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0202-4957>, e-mail: nou_avrora@mail.ru

Elena G. Tindetnikova

School “Aurora”, Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3288-2090>, e-mail: tindelena@yandex.ru

Maria E. Lutskaia

School “Aurora”, Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2694-5750>, e-mail: mlut@yandex.ru

Psychological and pedagogical (educational) program is designed to improve the psychological and pedagogical competence of managers, teachers and specialists in psychological and pedagogical support of inclusive schools that need to improve the quality of organizing the activities of the school psychological and pedagogical consilium (PPC), is a short-term practice-oriented program of professional development. The program involves strengthening the professional attitudes of teachers to provide psychological and pedagogical assistance to each child with disabilities, is aimed at mastering the necessary psychological knowledge by the participants, the formation and improvement of specific professional skills and abilities (communicative, analytical, reflective, design) necessary for members of the teaching staff to mastering the technology of preparing and conducting PPC as a special form of team interaction between specialists. The program is implemented in the technology of intensive psychological education of adults, involves focusing on specific age-related personal, psychophysiological, and cognitive potentials of adult students and on the features of professional motivation of pedagogical workers — participants in the program.

Keywords: psychological and pedagogical consilium, professional competence, psychological and pedagogical support of the school, inclusive education.

For citation: Degtyareva L.I., Tindetnikova E.G., Lutsкая M.E. Psychological and Pedagogical Consilium as a Mandatory Component of Psychological and Pedagogical Support of Children with Disabilities in Inclusive Education. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 111–133. DOI:10.17759/bppe.2022190306 (In Russ.).

Актуальность и практическая значимость программы

Актуальность и практическая значимость данной программы заключается в том, что она полностью соответствует вызовам современности и актуальным вопросам организации инклюзивного образования в условиях массовой общеобразовательной школы и позволяет обеспечивать профессиональное развитие и повышение психологической компетентности педагогических работников по конкретному направлению практики инклюзивного образования — по организации деятельности школьного консилиума (ППк) посредством представления опыта, наработанного педагогическим коллективом школы «Аврора» в течение 25 лет инклюзивного образования обучающихся с самыми различными отклонениями в развитии, в том числе с наиболее сложным для включенного образования нарушением — с РАС.

Программа прошла апробацию в формате деятельности стажировочной площадки как инфраструктурного компонента инклюзивного образовательного пространства Новосибирской области (Приказ Министерства образования Новосибирской области от 31 июля 2018 г. № 1922 «Об утверждении положения о стажировочной площадке по реализации регионального проекта “Обучение и социализация детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов в инклюзивном образовательном пространстве Новосибирской области”»).

Программа полностью соответствует требованиям к содержанию и технологиям организации деятельности стажировочных площадок как современных специфических практико-ориентированных форм профессионального развития педагогических работников.

Включение детей с особыми образовательными потребностями в среду нормативно развивающихся школьников требует значительных изменений в организации образовательного процесса:

- создания всей полноты необходимых специальных образовательных условий;
- качественного выполнения рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПк);
- отслеживания динамики развития обучающихся и корректировки рекомендаций ППк в соответствии с результатами освоения ребенком образовательной программы;
- своевременной корректировки рекомендаций ППк в связи с изменяющейся социальной ситуацией развития ребенка и успешностью его социализации (позиция родителей, статус в классе, включение ребенка во внеурочную деятельность, внутренняя позиция школьника, система его межличностных отношений в классе и других детских коллективах, отношения с педагогами и т. д.).

Двадцатипятилетний опыт организации инклюзивного образования в школе «Аврора» убеждает, что именно качественно работающий школьный консилиум (ППк) — важнейший системообразующий компонент психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ, обязательное условие эффективной инклюзии, а практика его организации значительно сложнее, чем это представлено в действующих нормативно-правовых документах федерального уровня, определяющих обязательные требования и условия деятельности ППк.

Системно организованная деятельность школьного консилиума с обязательностью требует разработки, реализации и своевременной корректировки адаптированной образовательной про-

граммы (АОП) и индивидуального образовательного маршрута (ИОМ) для каждого обучающегося с ОВЗ, а также обеспечения комплексного психолого-педагогического сопровождения данной категории обучающихся на протяжении всего периода их обучения в условиях инклюзивной школы.

Опыт профессионального взаимодействия с педагогами и руководителями школ в рамках конференций, вебинаров, круглых столов, совещаний и неформального общения убеждает, что во многих образовательных организациях консилиум работает формально, несистемно, непродуктивно, воспринимается педагогами и специалистами как дополнительная нагрузка, отвлекающая педагогических работников от их основной работы. Это связано с тем, что члены школьного консилиума и его руководитель не вполне владеют технологией организации этой специфической формы командного взаимодействия и не обладают необходимыми профессиональными компетенциями, характеризующими так называемую инклюзивную готовность педагогов.

Часть из этих компетенций четко определена в тексте утвержденных профстандартов, таких как «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», «Педагог», «Специалист в области воспитания» — посредством определения конкретных трудовых действий педагогов-психологов, педагогов, тьюторов и тех знаний и умений, которые эти трудовые действия обеспечивают, часть — определяется исходя из исследований составляющих инклюзивной готовности — психологической и педагогической (Алехина С.В., 2011) и компонентов инклюзивной готовности: когнитивного, эмоционального, когнитивного, коммуникативного, рефлексивного (Хитрюк В.В., 2015), часть — уточняется коллективом школы «Аврора» исходя из сложившегося многолетнего опыта организации школьного консилиума в качестве обязательного компонента инклюзивного образовательного процесса (Десярева Л.И., Тиндетникова Е.Г., Петрова Е.Э., 2013).

Наработанный школой «Аврора» опыт инклюзивного образования, неоднократно отмеченный экспертами федерального, регионального, городского уровней, приводит к выводу о том, что психолого-педагогический консилиум — это такая междисциплинарная команда, которая объединяет специалистов, разделяющих ценности и принципы инклюзии и владеющих специфической технологией, предполагающей:

- качественную подготовку заседаний ППк (плановых и внеплановых) и всех необходимых документов,
- организацию продуктивного обсуждения в ходе самого заседания (профессиональная дискуссия);
- оформление и выполнение конкретных решений консилиума всеми педагогами и специалистами, осуществляющими психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ;
- грамотное ведение документации ППк педагогами и специалистами, выполняющими его решения;
- информирование и мотивирование всех участников образовательных отношений для организации работы по неформальному, ответственному решению всех необходимых определенных консилиумом задач;
- систематическое оценивание эффективности работы ППк и его решений;
- гибкое и своевременное реагирование ППк на изменения в поведении обучающихся с ОВЗ, на успешность-неуспешность освоения ими АОП, динамику их развития, удовлетворенность родителей качеством инклюзивного образования, на степень затруднений педагогов, обучающихся детей с ОВЗ, и другие составляющие инклюзивного образовательного процесса — путем внесения изменений в АОП, ИОМ, другие специальные условия образования конкретных обучающихся (специальные подходы, методы, учебные материалы, коррекционные занятия и т. д.).

Такая технология, отработанная в инклюзивной практике школы «Аврора», требует достаточно высокой компетентности всех членов консилиума:

- сформированной профессиональной установки на оказание помощи всем обучающимся с ОВЗ;
- принятие ценностей и принципов инклюзивного образования;
- знаний нормативно-правовых документов, определяющих деятельность ППк и ПМПк, в том числе — требований к содержанию и оформлению представления на ПМПк, требований к АОП и ИОМ;
- глубокого понимания специфики деятельности ППк как формы командной работы или совместной деятельности;
- знаний о специальных подходах, АОП, эффективных технологиях, методах обучения и воспитания, позволяющих включать всех обучающихся в образовательный процесс с учетом их психофизиологических особенностей;
- умения понимать документы других специалистов;
- умения продуктивно, уважительно взаимодействовать с коллегами в рамках профессионального обсуждения, в совместной педагогической деятельности и в процессе психолого-педагогического сопровождения;
- умения разрабатывать адаптированные образовательные программы и индивидуальные маршруты;

Имеющийся опыт организации деятельности ППк в школе «Аврора» привел коллектив к необходимости выделить различные варианты (типы) ППк:

- плановые: *входной* (начальный этап включения обучающегося в образовательный процесс), *промежуточный* (завершающий учебный год), *итоговый* (завершающий реализацию АОП конкретного обучающегося по уровню школьного образования);
- внеплановые: *проектный* (корректировка специальных условий для конкретного обучающегося); *методический* (обсуждение новых возможных дидактических подходов и методических решений при недостаточной эффективности предыдущих решений или при негативных проявлениях в поведении и успешности обучения конкретных обучающихся); *рефлексивный* (содержательное оценивание эффективности педагогических и психолого-педагогических решений по отношению к конкретному обучающемуся с ОВЗ).

Накопленный коллективом опыт, представленный в многочисленных методических и информационных авторских и коллективных продуктах (публикации, фильмы, видеоматериалы, презентации), локальные акты ОО, документы ППк (протоколы, представления, решения, утвержденные АОП), методические материалы (дневники динамического наблюдения, буклеты, алгоритмы действий, образцы поведенческих планов и визуальных расписаний и т. д.), — это уникальный ресурс, позволяющий организовать процесс повышения профессиональной компетенции педагогов и специалистов психолого-педагогического сопровождения, нуждающихся в повышении эффективности деятельности консилиума в своих образовательных организациях, в формате профессиональной стажировки на территории школы.

Накопленный опыт, представленный в профессиональных убеждениях, знаниях, навыках, профессионально-значимых личностных качествах членов ППк школы «Аврора», позволяет организовать стажировку как процесс интенсивного психолого-педагогического просвещения и профессионального развития педагогических работников других школ.

При этом под интенсивным психологическим образованием в данной программе понимается специально организованный процесс, ориентированный на обоснованные, конкретные, четко сформулированные цели и задачи, имеющие для самих обучающихся определенный смысл и значение, позволяющий в короткие сроки достигать важных и глубоких образовательных эффектов посредством энергичной, напряженной, технологично организованной совместной работы, приносящей удовлетворение и обучающим, и обучающимся (Чепель Т.Л., 2006).

Содержание программы определяется ее целями и задачами, научно-методологическими основами инклюзивного образования и психолого-педагогического сопровождения, нормативно-правовыми основами организации деятельности ППк образовательной организации, корректируется в соответствии с конкретными запросами стажеров (обучающихся) по вопросам организации деятельности школьного консилиума.

Общая логика программы ориентирована на освоение обучающимися основ нормативно-правового обеспечения деятельности ППк, на понимание роли консилиума в проектировании и реализации АОП; на осознание значения ППк в пропедевтике проблем в инклюзивном обучении, на освоение навыков организации тьюторского сопровождения и выбора педагогами адекватных форм, методов и приемов обучения социализации детей с ОВЗ; навыков командного взаимодействия; навыков совместной деятельности при осуществлении коррекционной работы и сотрудничества с родителями в рамках деятельности ППк.

Эти вопросы определяют и содержание программы, и выбор форм и методов работы со слушателями с целью повышения их конкретных профессиональных компетенций. В соответствии с технологией интенсивного образования (Т.Л. Чепель) и теорией и технологией обучения взрослых (Зимняя И.А., 2000) приоритет отдается интерактивным методам обучения.

Программа воспроизводима в процессе организации процесса психологического просвещения и повышения профессиональной компетентности педагогических работников в формате стажировочной площадки на территории других инклюзивных образовательных организаций, имеющих эффективный опыт инклюзивного образования, и может быть реализована силами организаторов школьных ППк с обязательным участием педагогов-психологов в качестве ключевых проектировщиков и исполнителей программы.

При организации таких стажировок по данной актуальной и практически востребованной тематике программа может выступать базовым основанием проектирования логики содержания, выбора форм, методов, способов оценки эффективности достижения результатов, а также источником при определении необходимых кадровых, материально-технических, информационно-методических ресурсов.

При реализации данной программы другими исполнителями возможно использовать методические и информационные продукты коллектива школы «Аврора», опубликованные в указанных источниках и расположенные в открытых информационных ресурсах в сети интернет (фильмы, видеоматериалы, презентации, документы и т. д.).

Цель и задачи программы, целевая аудитория

Цель программы — повышение профессиональной психологической компетентности руководителей, педагогов и специалистов системы психолого-педагогического сопровождения школ Новосибирской области, развивающих инклюзивное образование, по вопросам организации деятельности школьного консилиума (ППк) как обязательного компонента психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ с целью освоения технологии организации ППк и ее внедрения в практику инклюзивных школ.

Задачи программы:

1. углубление понимания участниками программы специфической роли, задач и значимости ППк как компонента качественно организованного инклюзивного образования;
2. ознакомление слушателей с актуальными нормативно-правовыми актами, регламентирующими деятельность ППк и ПМПк на федеральном, региональном уровнях, и совершенствование умения проектировать необходимые локальные акты на уровне образовательной организации;
3. освоение участниками программы технологических основ организации деятельности ППк школы как обязательного компонента психолого-педагогического сопровождения детей с

ОВЗ: основные этапы (подготовка к заседаниям, плановые и внеплановые заседания, реализация рекомендаций в образовательном процессе, оценка эффективности работы ППк, корректировка рекомендаций ППк, ведение документации ППк); задачи членов ППк, компетенции членов ППк, правила командного взаимодействия;

4. совершенствование специфических профессиональных навыков участников программы — членов школьных ППк: навык проектирования решений ППк с целью реализации рекомендаций ППк;
5. совершенствование у участников программы навыков командной работы (совместной деятельности), необходимых при организации обсуждения рекомендаций и решений ППк, при разработке представления ребенка на ПМПк в соответствии с федеральными и региональными методическими рекомендациями;
6. повышение мотивации включения участников программы в сетевое взаимодействие педагогов инклюзивных школ посредством ознакомления с методическим ресурсом ППк, апробированном в инклюзивной практике школы «Аврора»;
7. повышение инклюзивной готовности педагогов и специалистов психолого-педагогического сопровождения (психологической и педагогической).

Целевая аудитория: представители администрации школ, курирующие работу психолого-педагогического консилиума; педагогические работники и специалисты — реальные и потенциальные члены школьного консилиума (учителя, педагоги-психологи, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, тьюторы, классные руководители), заинтересованные в повышении эффективности работы школьного ППк образовательных организаций, реализующих инклюзивную практику.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана с учетом требований основных федеральных и региональных нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию образовательного процесса для обучающихся с ОВЗ; организацию психолого-педагогического сопровождения в образовательных организациях, реализующих практику инклюзивного образования обучающихся с ОВЗ; определяющих основы деятельности психолого-педагогических консилиумов образовательных организаций (ППк) и психолого-медико-педагогических комиссий (ПМПк), а также актуальных нормативно-правовых актов, включающих перечень профессиональных и личностных требований к педагогам, педагогам-психологам, тьюторам в контексте выполнения ими трудовых действий в качестве членов ППк (профессиональные стандарты):

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статьи 2, 42, 79);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья от 01.09.2016;
- Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017);
- Концепция развития психологической службы в системе образования Новосибирской области на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства НСО от 26.09.2017 № 379-рп);
- Концепция развития инклюзивного образования в Новосибирской области на 2016–2020 годы» (утв. распоряжением Правительства НСО от 19.04.2016 № 103-рп);
- Распоряжение Министерства просвещения РФ от 09.09.2019 № Р-93 «Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации»;
- Методические рекомендации по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях (утв. распоряжением Минпросвещения России от 28.12.2020 № Р-193);
- Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» (утв. приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514н);

- Профессиональный стандарт «Специалист в области воспитания (тьютор)» (утв. приказом Министерства труда и соц. защиты РФ от 10.01.2017 года № 10н);
- Приказ Министерства образования Новосибирской области от 31.07.2018 № 1922 «Об утверждении положения о стажировочной площадке по реализации регионального проекта «Обучение и социализация детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов в инклюзивном образовательном пространстве Новосибирской области»».

Научно-методологические и теоретико-концептуальные основания программы

Научно-методологическими и теоретико-концептуальными основаниями программы являются:

- *системно-деятельностный подход* как ценностный ориентир практики организации психологического просвещения;
- *компетентностный подход* как основание определения целевых ориентиров программ психологического просвещения и профессионального развития;
- *технологический подход* как основа проектирования современных образовательных программ;
- *теории и технологии интенсивного образования взрослых* как база определения методических требований организации процесса профессионального развития;
- *теории и технологии интерактивного обучения и совместной деятельности* как основа выбора форм, методов и приемов организации процесса психологического просвещения;
- *теоретические и технологические основы инклюзивного образования* как база определения содержательного наполнения программы;
- *теоретические и технологические основы деятельности психологической службы в системе образования* как основание определения позиции педагога-психолога в качестве ответственного исполнителя программы.

Научно-методическое обеспечение реализации программы

Программа реализуется в соответствии с концептуальными представлениями и методическими рекомендациями по организации стажировок как одной из основных и наиболее эффективных организационных форм повышения профессионального мастерства, совершенствования или освоения новых профессиональных компетенций, в том числе и психолого-педагогической компетенции, как одной из признанных современных форм повышения квалификации специалистов в различных сферах деятельности, в том числе — в педагогической.

Основные методические вопросы проектирования и реализации данной программы решены с опорой на научно-методические публикации, определяющие следующие преимущества стажировочных программ:

- ярко выраженный практико-ориентированный характер;
- наглядная демонстрация инновационных практик;
- привлечение в качестве исполнителей программы (ведущих стажировку) педагогов и специалистов, успешно решающих на практике сложные или проблемные для участников стажировки профессиональные задачи;
- высокий уровень доверия со стороны стажеров к практикующим специалистам;
- возможность в короткий срок достигать максимально значимых образовательных эффектов;
- возможность создавать реальный методический продукт, востребованный в той образовательной организации, которая направляет стажера.

Научно-методические публикации позволили при разработке и реализации программы остановиться на представлении о стажировке, позволяющем определить соотношение теоретических и практических задач в целевом компоненте программы, продумать необходимые организационно-методические условия ее реализации, обосновывать факторы эффективности, сформулировать критерии, показатели и способы оценки результатов стажировочной программы.

Согласно современным представлениям, положенным в основу данной программы, стажировка — «это включение педагога в профессиональную деятельность, которая обеспечивает совершенствование профессиональных компетентностей и позволяет получить конкретный педагогический результат и методический продукт, который стажер имеет возможность использовать в своей практической деятельности» (Петухова Г.В., 2015).

Современные научно-методические материалы подтверждают, что стажировочные программы действительно активно влияют на рост профессионального и творческого потенциала педагогов, позволяют им быстрее адаптироваться к новым требованиям инновационной образовательной среды при соблюдении ряда обязательных методических требований, сформулированных коллективом авторов и реализованных в данной программе.

1. Стажировочная программа стимулирует формирование собственных профессиональных навыков и умений у участников при условии их активного вовлечения в процесс самотестирования и проектирования конкретных методических материалов:

- методическое требование использование методов самостоятельного проектирования в модели наставничества, практик самообразования (самостоятельной работы с материалами и источниками) и методов самотестирования с использованием современных ИКТ.

2. Стажировочная программа способствует формированию психологической и методической готовности участников к включению в проблемную (или инновационную) для них педагогическую практику при условии их активного вовлечения в профессиональный диалог и в реальную практику на рабочем месте:

- методическое требование реализации программы только на территории той образовательной организации, коллектив которой обладает достаточным и обобщенным опытом по тематике программы;
- методическое требование преимущественного использования интерактивных методов обучения (кейс-стадии, игры, тренинги, дискуссии, современные ИКТ);
- методическое требование привлечения в качестве исполнителей программы эффективных практиков — в данной программе реальных организаторов и членов ППк школы.

3. Стажировочная программа позволяет существенно сократить время освоения новых профессиональных компетенций у участников программы при условии интенсификации образовательного процесса или процесса психологического просвещения:

- методическое требование организации стажировки в формате «погружения» в течение двух-трех полных дней работы с отрывом участников от собственной педагогической деятельности;
- методическое требование усиления субъектной позиции стажеров за счет предоставления им прав активного участия в обсуждении целевого, содержательного, результативного и оценочного компонентов программы с возможностью гибкой корректировки программы при обязательном сохранении ее ценностных оснований, логики содержания и основных методических решений;
- методическое требование активного использования методик усиления рефлексивной позиции и совершенствования навыков профессиональной самооценки у обучающихся взрослых (различные вербальные и невербальные формы индивидуальной и групповой рефлексии образовательных эффектов и удовлетворенности);
- методическое требование оценки отсроченных образовательных эффектов освоения программы за счет включения участников в практику сетевого взаимодействия и последующей профессиональной супервизии или наставничества при условии установления договорных отношений с образовательной организацией, направляющей сотрудников на стажировку.

4. Стажировочная программа приводит к планируемым результатам только в условиях психологически безопасной и комфортной образовательной среды:

- методическое требование учета психологических особенностей обучения взрослых при определении предметно-пространственных, методических и коммуникативных компонентов образовательной среды на территории стажировочной площадки (рабочие места, перерывы, освещение, проветривание, питание, правила этикета со стороны всех сотрудников организации и всех участников образовательных отношений и т. д.) с ориентацией на специфику личностной позиции и учебной мотивации взрослых, в том числе с учетом специфики возможных профессиональных деформаций педагогов; ориентация на специфику когнитивных функций взрослых: учет специфики психофизиологических ресурсов взрослых обучающихся.

При проектировании и реализации данной программы важными научно-методическими основаниями выступили сформулированные исследователями идеи о том, что стажировка реально становится фактором стимулирования профессионального роста в коллективе ее организаторов, выступая в этом случае как форма внутриорганизационного (внутрифирменного) развития профессионального мастерства сотрудников, повышая их профессиональную самооценку, создавая возможность рефлексии и обобщения собственного профессионального опыта, выступая и в качестве условия дальнейшего профессионального сплочения коллектива организаторов стажировочной площадки и расширения возможностей диссеминации передового профессионального опыта, а также способствует созданию позитивного имиджа образовательной организации.

Описание используемых методик, технологий, инструментария

Для реализации основных теоретико-методологических и научно-методических идей, а также сформулированных выше методических требований в программе использованы разнообразные интерактивные методы обучения взрослых, обоснованные авторами программы как методы активного психологического просвещения или как методы интенсивного психолого-педагогического образования с доказанной эффективностью.

1. *Виртуальная и реальная экскурсия с обсуждением в формате «свободный микрофон»:* демонстрация видеоматериалов об истории развития инклюзивной школы, этапов становления инклюзивной практики с последующим обсуждением участниками программы вызовов, трудностей и возможностей развития инклюзивной культуры и практики в собственных образовательных учреждениях.

Целесообразно использовать видеофильмы, снятые на территории конкретной стажировочной площадки — в данной программе используются видеофильмы и видеоматериалы, снятые с участием организаторов стажировочной площадки и исполнителей программы в школе «Аврора» (включены в перечень информационных и учебно-методических материалов в тексте программы).

При воспроизведении программы на территории других образовательных организаций необходимо использовать собственные видеоматериалы, но возможно привлекать и разработанные авторами данной программы.

2. *Демонстрация авторских видеоматериалов и презентаций* обеспечивает наглядность, доступность предоставляемых материалов, повышает включенность участников и результативность освоения ими новых компетенций, способствует изменению личностной позиции стажеров, осознанию ими своих собственных творческих потенциалов, значительно расширяет профессиональный кругозор, убеждает в возможности и необходимости ориентироваться на высокие профессиональные достижения.

Целесообразно использовать авторские видеоматериалы и презентации для иллюстрации основных теоретических идей, концептуальных положений и нормативно-правовых основ деятельности ППк в качестве важной организационной формы системы психолого-педагогического сопровождения в инклюзивной школе.

В данной программе использованы презентации, подготовленные заместителем директора по инклюзивной практике и руководителем психологической службы школы, которые не только

сопровождали теоретические занятия программы (проблемная лекция, семинар по НПА деятельности ППк И ПМПк), но и были предоставлены участникам программы для использования в процессе самостоятельной работы при освоении второго (дистанционного) модуля программы.

3. Деловая и имитационная игры. Предоставляют возможности поиска оптимальных решений конкретной практической задачи в командном взаимодействии, при действиях в заданных условиях и с заранее распределенными между участниками ролями, что способствует более эффективному освоению практических навыков и умений участниками программы.

Примерами проблематик таких деловых или имитационных игр, используемых в данной программе, являются: внеплановый консилиум в ситуации усиления эпизодов нежелательного поведения ребенка с РАС на уроках; плановый консилиум по подготовке представления на ребенка 2 класса на ПМПк, не усваивающего рекомендованную образовательную программу; плановый консилиум по реализации рекомендаций ТМПк на обучающихся с задержкой психического развития и т. д.

4. Дискуссия различных форм. Совместное (групповое) обсуждение участниками программы проблемной ситуации, результатов самостоятельного выполнения практического задания, видеоматериалов, выступлений, впечатлений с целью обмена идеями, мнениями, суждениями, опытом. Способствует освоению участниками программы важных профессиональных навыков командного взаимодействия в рамках работы в качестве членов школьного ППк (навыки активного слушания, аргументации собственной точки зрения, представления своей профессиональной позиции, постановки смысловых вопросов, принятия совместного решения, выражения своего несогласия или сомнения в предлагаемых другими решениях, прояснения непонятных для педагогов выводов и предложений других специалистов, этические нормы критики идей участников обсуждения, техники принятия согласованного решения и т. д.) и в целом способствуют повышению психологической культуры педагогов, их коммуникативной компетентности.

В данной программе могут быть использованы такие варианты дискуссий, как: управляемая дискуссия, структурированная дискуссия, круглый стол, панельная дискуссия, мозговой штурм, дискуссия с проектным решением, дискуссия с игровым моделированием, дискуссия с использованием кейсов, элементы хакатона, форсайта.

Выбор варианта дискуссии как интерактивного метода обучения в данной программе определяется степенью психологической готовности участников программы к включению в более сложные и развернутые формы дискуссионного обсуждения, степенью профессиональной готовности исполнителей программы к проведению сложных форм дискуссии и рядом других организационных условий (ресурс времени, наличие пространства, наличие оптимального количества участников дискуссии и т. д.).

5. Кейс-метод: интерактивный метод анализа и решения проблемных, личностно и профессионально значимых ситуаций, имеет доказанную эффективность и активно включается в современные программы профессионального развития. Участники программы участвуют в решении конкретных проблемных ситуаций, представленных в видеоматериалах программы в качестве реальных практических случаев (кейсов), обсуждают реальные случаи из собственной инклюзивной практики или специально смоделированные авторами программы ситуации (кейсовые задания). Суть кейс-метода состоит в активной групповой самостоятельной деятельности по поиску и осмыслению вариантов возможных решений практической задачи инклюзивной практики.

Примеры кейсов в данной программе: родители ребенка, испытывающего стойкие трудности в освоении образовательной программы, не прислушиваются к рекомендациям по обращению на ПМПк с целью получения рекомендаций по созданию специальных образовательных условий: кто и как действует для решения этой проблемы? Педагоги, реализующие рекомендованную обучающемуся 6 класса с РАС АОП, испытывают сложности в организации его учебного поведения или в преодолении нежелательного поведения во взаимодействиях со сверстниками: как должен

и может помочь ППк? Школа получила заявление от родителей по организации обучения ребенка 12 лет с ДЦП в соответствии с рекомендациями ПМПк: каков алгоритм действий руководителя и членов ППк?

6. *Проектирование документов и методических продуктов*, обеспечивающих эффективное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ в технологии школьного консилиума. В данной программе предлагается разработка участниками программы в мини-группах и индивидуально (в процессе реализации дистанционного модуля программы) документов и методических материалов для организации психолого-педагогического сопровождения инклюзивного образовательного процесса с последующим представлением и групповым обсуждением.

Примерами, реализованными в данной программе, являются локальные акты реальной школы (Положение о школьном ППк, Положение о разработке и реализации АОП, примеры конкретных ИОМ для обучающихся с ОВЗ начальной, основной школы; примеры АОП для конкретного обучающегося с ОВЗ, разработанной на основе реальных рекомендаций ТППк; примеры представления на ПМПк на конкретного обучающегося, нуждающегося в предоставлении ему специальных условий обучения по результатам обсуждения на школьном ППк).

Примерами созданных участниками программы методических разработок являются: примеры презентаций и сообщений на педсовете по тематике стажировочной программы, примеры визуального расписания для конкретного обучающегося с РАС в соответствии с особенностями его поведения и присущих ему особенностей социального взаимодействия и стереотипий; примеры журналов взаимодействия с родителями обучающихся с ОВЗ и другое.

7. *Педагогическое эссе*. Рассуждение участников программы над конкретной проблемной ситуацией в области инклюзивного образования позволяет высказать свою личную позицию, осознать ценностно-смысловые основы своих профессиональных действий, продемонстрировать свой уровень психологической готовности к инклюзивной практике, проявить реальный уровень психолого-педагогической компетентности, осознать собственные профессиональные дефициты.

Примеры тематик эссе, выполняемых в данной программе участниками (по выбору): «Инклюзия в образовании: за и против», «Инклюзивное образование возможно только в инклюзивной школе: как превратить школу в инклюзивную?», «ППк как технология командной работы: как стать командой?».

8. *Самообразование и тестирование*. Метод целенаправленной и специально организованной работы участников программы по освоению теоретических знаний (самостоятельное изучение участниками нормативно-правовой документации и теоретических источников) с последующей самооценкой уровня освоения необходимых знаний и готовности к инклюзивному образованию (тестирование до начала программы и после ее окончания) без непосредственного контакта с исполнителями программы.

Учитывая краткосрочность программ профессиональных стажировок и необходимость отвлечения участников программы от выполнения своих профессиональных обязанностей на рабочем месте, для выполнения сформулированных выше методических требований программы возможно и необходимо предусмотреть модуль дистанционного обучения или модуль самостоятельной работы участников программы по тематике содержания.

В данной программе предусмотрена углубленная проработка участниками нормативно-правовых и концептуальных документов по вопросам организации инклюзивного образования, психолого-педагогического сопровождения, по организации деятельности ПМПк и ППк, а также самостоятельное изучение теоретических материалов, необходимых для понимания требований этих документов и для более осознанного выбора необходимых профессиональных решений в качестве членов ППк школы.

Организации эффективной самостоятельной работы в данной программе (самообразование и самотестирование) обеспечивается следующими методическими приемами:

- целенаправленность заданий и мотивирование участников программы путем предварительного обсуждения смысла и значения предлагаемых заданий;
- возможность выбора варианта заданий для дистанционной работы с учетом реальных профессиональных позиций участников программы (руководитель школы, руководитель ППк, постоянный член ППк, тьютор, учитель инклюзивного класса, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед и др.);
- учет временных ресурсов обучающихся с оптимальным определением объема самостоятельной работы;
- предоставление участникам программ необходимых для дистанционной работы информационных ресурсов (списков, перечней, ссылок на цифровые ресурсы, доступ по запросу к методическим материалам и документам школы — Google-диск);
- предоставление возможностей дистанционного консультирования с установлением правил и времени консультаций, доступа к необходимым приложениям для дистанционного взаимодействия (использовалось приложение ZOOM и возможности самотестирования) с предоставленными участникам конкретных ссылок на интернет-ресурсы).

9. *Современные цифровые интерактивные технологии*, используемые при реализации программы:

- QR-код, используемый в презентациях, обеспечивает быстрый переход на конкретный электронный ресурс;
- Zoom-конференция — предоставляет возможность реализации дистанционного формата обучения;
- Google-form — позволяет осуществить быстрый онлайн-опрос мнений, идей и суждений участников программы и оперативно проанализировать информацию;
- Mentimeter — позволяет создать облако тэгов в реальном времени, обеспечивает онлайн-визуализацию текстов, идей и суждений участников опроса, повышает включенность участников в групповое обсуждение проблемной ситуации;
- Canva-презентация; Powerpoint-презентация — обеспечивают современную визуализацию и интерактивность предоставляемой информации, повышают эффективность ее освоения участниками программы.

10. *Диагностические методики*. Основная диагностическая методика, используемая на этапах входного и итогового тестирования, — неоднократно подтвердившая свою валидность и надежность методика диагностики инклюзивной готовности (ИГП) В.В. Хитрюк. Это критериально-диагностический инструмент (опросник), позволяющий оценить:

- уровень сформированности составляющих ИГП (психологическую и педагогическую);
- уровень сформированности обоснованных автором компонентов ИГП (когнитивного, эмоционального, конативного, коммуникативного, рефлексивного);
- комплекс компетенций (академических, профессиональных, социально-личностных), определяющих содержание каждого компонента ИГП;
- уровни сформированности ИГТ и ее отдельных показателей, характеризующиеся автором как элементарный (интуитивный), репродуктивный (функциональный) и собственно профессиональный.

При обработке полученных данных определяются общий (интегративный) показатель ИГП (gИГП), и отдельные компоненты ИГП (по 5 соответствующим шкалам — gK; gЭ; gKH; gP; gKM). Методика подтвердила свою надежность при предъявлении в повторных исследованиях, что позволяет использовать данный инструмент для исследования динамики процессов формирования измеряемых показателей ИГП.

Учебно-тематический план программы

Модуль I. Психолого-педагогический консилиум как обязательный компонент в системе психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивной школе.

1.1. Инклюзивное образование возможно только в инклюзивной школе — виртуальная и реальная экскурсия «История инклюзивной школы «Аврора»: прошлое, настоящее и будущее» — (45 мин., очно).

1.2. Инклюзия как социальный и образовательный проект: просмотр фильма «Код доступа» с целью актуализации проблемных вопросов и суждений о ценностных основаниях и принципах инклюзивного образования (45 мин.); обсуждение на основе впечатлений после просмотра фильма (свободная дискуссия) (30 мин. очно).

1.3. Обсуждение содержания и условий освоения программы стажировки — управляемая дискуссия на основе предоставленного каждому участнику текста программы (30 мин., очно).

1.4. Психолого-педагогическое сопровождение в инклюзивной школе: роль и место ППк как обязательного компонента психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ОВЗ — мини-лекция с презентацией (60 мин., очно).

1.5. «Проблемы и сложности в организации деятельности школьного консилиума: что делать и кто виноват?» — круглый стол (45 мин., очно).

1.6. Семинар по организации освоения дистанционного модуля (45 мин., очно).

Формируемые компетенции, образовательные результаты:

- углубление понимания участниками программы специфической роли, задач и значимости ППк как компонента качественно организованного инклюзивного образования и как обязательного компонента в системе психолого-педагогического сопровождения инклюзивного образования;
- повышение инклюзивной готовности педагогов и специалистов психолого-педагогического сопровождения (психологической и педагогической) по когнитивному, эмоциональному и рефлексивному компонентам.

Практический результат: совершенствование у участников программы навыков командной работы (совместной деятельности) — навыков активного слушания, аргументации собственной точки зрения, представления своей профессиональной позиции, постановки смысловых вопросов, выражения своего несогласия или сомнения в предлагаемых другими идеях, прояснения непонятных выводов и предложений других специалистов, этические нормы критики идей участников обсуждения.

Формы аттестации / контроля:

- степень удовлетворенности участников программы содержанием, процессом и результатами первого дня стажировки (заполнение листов обратной связи);
- динамика когнитивного, эмоционального и рефлексивного компонента инклюзивной готовности (самооценка участниками программы изменения своих знаний и эмоционального отношения к инклюзивному образованию на основании выполнения эссе).

Модуль II. Нормативно-правовое обеспечение деятельности психолого-педагогического консилиума в условиях инклюзивного образования.

2.1. ПМПк и ППк: нормативно-правовые основы организации деятельности — самостоятельное изучение нормативно-правовых актов, регламентирующих деятельность ППк, ПМПк (60 мин.).

2.2. Положение о ППк школы — компонент инклюзивной практики и инклюзивной политики в образовательной организации — самостоятельное изучение локальных актов инклюзивной школы «Аврора», экспертиза локальных актов по организации психолого-педагогического сопровождения инклюзивного образования и по организации деятельности ППк, других локальных актов школы, в которой работает участник программы (60 мин.).

2.3. Технологические и организационные требования к деятельности ППк школы: проектирование необходимых инклюзивной школе локальных актов (Положения о ППк своей образовательной организации) — самостоятельное проектирование локальных актов и экспертиза (60 мин.).

2.4. Как должен и может работать школьный консилиум: подготовка и реализация текста с презентацией для выступления на педагогическом совете (методическом совещании и т. д.) школы, в которой работает участник программы (105 мин.).

2.5. Сетевое взаимодействие как ресурс профессионального развития: консультирование участников программы в дистанционном формате (zoom-конференция), обсуждение разработанных локальных актов и предоставление письменных рекомендаций — вебинар (75 мин., дистанционно).

Формируемые компетенции, образовательные результаты:

- ознакомление слушателей с актуальными нормативно-правовыми актами, регламентирующими деятельность ППк и ПМПк на федеральном, региональном уровнях;
- повышение мотивации включения участников программы в сетевое взаимодействие педагогов инклюзивных школ посредством ознакомления с методическим ресурсом ППк, апробированном в инклюзивной практике школы «Аврора».

Практический результат:

- совершенствование умения проектировать необходимые локальные акты на уровне образовательной организации;
- освоение участниками программы технологических основ организации деятельности ППк школы как обязательного компонента психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ: основные этапы (подготовка к заседаниям, плановые и внеплановые заседания, реализация рекомендаций в образовательном процессе, оценка эффективности работы ППк, корректировка рекомендаций ППк, ведение документации ППк); задачи членов ППк, компетенции членов ППк, правила командного взаимодействия.

Формы аттестации / контроля:

- онлайн-опрос Google-form с использованием анкет по оценке степени удовлетворенности участников программы динамикой своих достижений и удовлетворенности процессом дистанционно организованной стажировки;
- экспертная оценка качества выполненных самостоятельных работ участниками программы;
- отзыв из образовательной организации о выступлении участника программы по содержанию программы модуля;
- самотестирование по знаниям НПА, регламентирующих деятельность ПМПк и ППк с самооценкой полученных результатов.

Модуль III. Психолого-педагогический консилиум как технология командного взаимодействия и практика совместной деятельности по обеспечению специальных условий образования обучающихся с ОВЗ в инклюзивной школе.

3.1. Роль ППк в адаптации образовательного процесса для детей с РАС: проблемы и возможные решения — мини-лекция с использованием кейс-метода, сопровождаемая презентацией и ответами на вопросы стажеров (50 мин., очно).

3.2. Школьный ППк: практика разработки рекомендаций по организации специальных условий для обучающихся с ОВЗ — семинар-практикум с использованием кейс-метода (75 мин., очно).

3.3. Технология внеплановых консилиумов: подготовка и проведение проектного консилиума: просмотр и обсуждение видеофрагментов серии реальных консилиумов и уроков / занятий со специалистами ученика 5-го класса с РАС с применением разработанного членами ППк школы «Аврора» визуального плана урока (75 мин., очно).

3.4. Внеплановый методический консилиум как специфическая технология — имитационная игра «Что будем делать: ситуации усиления эпизодов нежелательного поведения ребенка с РАС на уроках» (60 мин., очно).

3.5. Итоговое тестирование (40 мин., очно).

Формируемые компетенции, образовательные результаты: освоение знаний о технологических основах организации деятельности ППк школы: основные этапы (подготовка к заседаниям, плановые и внеплановые заседания, реализация рекомендаций в образовательном процессе, оценка эффективности работы ППк, корректировка рекомендаций ППк, ведение документации ППк); задачи членов ППк, компетенции членов ППк, правила командного взаимодействия.

Практический результат:

- совершенствование специфических профессиональных навыков членов школьных ППк: навык проектирования решений ППк с целью реализации рекомендаций ППк для конкретного ребенка с ОВЗ, проектирование АОП, индивидуального образовательного маршрута, выбор адекватных методов и приемов обучения в соответствии с динамикой развития обучающегося и успешностью освоения им образовательной программы);
- совершенствование у участников программы навыков командной работы (совместной деятельности), необходимых при организации обсуждения рекомендаций и решений ППк.

Формы аттестации / контроля:

- оценка количественных и качественных показателей результативности программы ответственными исполнителями программы;
- оценка уровня удовлетворенности участников программы с использованием современной ИКТ-Mentimeter: и заполнением листов обратной связи в Google-form;
- самооценка динамики инклюзивной готовности по всем компонентам с использованием методики диагностики инклюзивной готовности В.В. Хитрюк (итоговая диагностика).

Сферы ответственности, основные права и обязанности участников реализации программы

Гарантия прав всех участников образовательных отношений при реализации данной программы обеспечивается корректным распределением сфер ответственности организаторов стажировочной площадки, исполнителей программы, участников-стажеров, а также четким определением их прав и обязанностей.

Организаторы стажировочной площадки — администрация школы (директор ЧОУ «Аврора» и заместитель директора по инклюзивному образованию) несут ответственность за соблюдение всех требований к организации деятельности стажировочных площадок в рамках регионального проекта «Обучение и социализация детей с ОВЗ в инклюзивном образовательном пространстве Новосибирской области», зафиксированных в соответствующих региональных документах.

Администрация несет ответственность за обеспечение всех материально-технических, организационных и нормативно-правовых условий реализации программы, осуществляет общий контроль за ее качественным выполнением. Руководитель инклюзивной школы выступает идейным вдохновителем деятельности стажировочной площадки, мотивирует педагогический коллектив и конкретных исполнителей, участвует в проведении ряда занятий, требующих непосредственного включения директора (виртуальная экскурсия, круглый стол, свободный микрофон и т. д.). Обеспечивают защиту прав обучающихся школы и их родителей во время стажировки, которая не должна ухудшать качество и безопасность условий образования в школе.

Авторы и исполнители программы — несут ответственность за качество разработки и реализации программы, за соблюдение всех методических и психолого-педагогических условий ее реализации, за создание благоприятной комфортной и безопасной образовательной среды для взрослых участников программы, за оформление необходимой документации, за сохранность и

конфиденциальность персональной, медицинской и психологической информации об обучающихся с ОВЗ.

Педагогические работники и другой персонал школы — несут ответственность за благоприятный психологический климат в учреждении, проявляя тактичность, внимательность, доброжелательность к участникам программы в процессе занятий, перерывов, поддерживая ее исполнителей при возникновении организационных и технических затруднений, качественно выполняя свои функции в процессе подготовки и реализации стажировочной программы.

Педагог-психолог — руководитель психологической службы школы — несет ответственность за создание и сохранение психологической комфортности и безопасности участников и исполнителей программы, оказывая необходимую и своевременную психологическую поддержку и помощь организаторам, участникам и исполнителям программы. Отвечает за качество применяемых психодиагностических методик и корректность проведения контрольно-оценочных процедур с их использованием. Несет ответственность за соблюдение психологических условий организации занятий со взрослыми с учетом их психофизических и когнитивных ресурсов, личностных позиций и специфики профессиональных установок, консультирует исполнителей программы в процессе выбора и применения методов интерактивного обучения.

Обязанности и права организаторов, участников и исполнителей программы определяются в соответствующих документах (приказах директора, договорах со стажерами, договорах с руководителями образовательных учреждений, направляющих стажеров) и не должны противоречить законодательно закрепленным правам и обязанностям участников образовательных отношений.

Ожидаемые результаты реализации программы

При условии успешного освоения участниками программы могут быть достигнуты прямые (лично-профессиональные) и отсроченные (системные) результаты, проявляющиеся в повышении качества профессиональной деятельности организаторов и членов консилиума тех образовательных организаций, которые направляют педагогических работников на стажировочную программу.

Прямые лично-профессиональные результаты определяются по позитивной динамике инклюзивной готовности педагогов, проявляются:

- в повышении их профессиональных компетенций в области обеспечения образовательных прав обучающихся с ОВЗ;
- в усилении их профессиональных установок на оказание помощи детям с ОВЗ,
- в преодолении профессиональных трудностей, связанных с организацией инклюзивного образовательного процесса;
- в повышении психологической компетентности, в том числе ее коммуникативной составляющей, за счет целенаправленного включения в интерактивную образовательную практику и осознания необходимости совершенствования навыков командного взаимодействия;
- в совершенствовании необходимых и специфичных профессиональных навыков членов школьных ППк: участие в разработке АОП, ИОМ, в определении и реализации конкретных специальных условий для обучающихся с ОВЗ, в подготовке представлений на ребенка для ПМПк, в понимании документации других специалистов, в обсуждении заключений ПМПк и т. д.).

Обучающие должны освоить:

- знания о нормативно-правовой документации, регламентирующей деятельность ППк и ПМПк на федеральном и региональном уровнях; документации ППк конкретной образовательной организации;

- концептуальные знания о роли ППк как обязательного компонента инклюзивного образования и специфической форме психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ОВЗ в инклюзивной практике;
- знания технологических основ организации деятельности ППк инклюзивной школы: цели и задачи ППк; организационные условия деятельности ППк; задачи членов ППк; компетенции членов ППк; правила командного взаимодействия.

Обучающиеся должны совершенствовать или освоить:

- умение проектировать локальные акты образовательной организации по деятельности ППк;
- умение проектировать рекомендации ППк с целью реализации рекомендаций ПМПк для конкретного ребенка с ОВЗ в реальной инклюзивной практике (проектирование АОП, индивидуального образовательного маршрута, выбор адекватных методов и приемов обучения в соответствии с динамикой развития обучающегося и успешностью освоения им образовательной программы);
- навыки командной работы (умение понимать документацию специалистов; умение взаимодействовать со специалистами и коллегами при разработке АОП, ИОМ; навык участия в групповой дискуссии с соблюдением правил командного сотрудничества).

У обучающихся должны сформироваться или усилиться:

- психологическая установка на активное включение в деятельность школьного ППк;
- позитивная установка на оказание помощи каждому обучающемуся с ОВЗ;
- готовность к активному включению в сетевое взаимодействие с коллегами других инклюзивных школ;
- готовность к продуктивному сотрудничеству с коллегами, специалистами психологического сопровождения и родителями для оказания поддержки обучающимся с ОВЗ.

Отсроченные ожидаемые результаты носят системный характер, проявляются на уровне образовательной организации и могут быть достигнуты при условии ответственного отношения администрации образовательных организаций, предоставляющих своим сотрудникам возможность участия в стажировочной программе, при наличии у руководителя ОО понимания значимости ППк и целенаправленного стремления к организации его продуктивной деятельности посредством повышения психологической готовности и профессиональной компетентности сотрудников, являющихся членами ППк.

Отсроченные системные результаты:

- улучшение работы ППк инклюзивных школ (качество процесса, качество оформления документации, качества рекомендаций ППк и т. д.);
- повышение качества специальных образовательных условий для детей с ОВЗ (качество АОП, ИОМ, представлений, программ коррекционных занятий и т. д.);
- повышение удовлетворенности родителей качеством условий образования детей с ОВЗ.

Факторы, влияющие на достижение результатов программы.

Главным фактором достижения результатов является наличие у коллектива образовательной организации — стажировочной площадки достаточного и экспертного оцененного опыта по тематике и проблематике программы.

Важными факторами выступают:

- соблюдение в процессе реализации программы всех описанных организационных, методических, материально-технических, психолого-педагогических условий;
- достаточный уровень мотивированности администрации школы (стажировочной площадки), осознающей роль стажировочных программ в повышении профессиональной компетентности своих сотрудников — проектировщиков и исполнителей программы;

- понимание руководством школы роли стажировочной площадки как формы внутрифирменного профессионального развития педагогических работников и персонала школы;
- достаточный уровень профессиональной компетентности исполнителей программы;
- активная информационная стратегия школы — стажировочной площадки, влияющая на набор групп мотивированных участников программы.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.

Внутренний контроль качества реализации программы осуществляется администрацией школы посредством выполнения всех требований к процедурам ее проектирования, экспертной оценки, утверждения, оценки отзывов участников программы, экспертной оценки специалистов, реализующих программу, оценки качества документации, оценки руководителем достижения количественных и качественных показателей эффективности реализации программы. Результаты внутреннего контроля отражаются в отчете, предоставляемом региональному оператору проекта (ГБУ НСО ОЦДК), закрепляются приказом директора или решением педагогического совета школы.

Руководитель стажировочной площадки является ее ответственным исполнителем и осуществляет процессуальный, промежуточный (по результатам каждого модуля) и итоговый контроль за качеством условий реализации программы и качеством достигнутых результатов в точном соответствии с учебно-тематическим планом и установленными в нем формами контроля. Отвечает за оформление и хранение всех необходимых документов и организует вручение сертификатов участникам стажировочной программы, успешно завершившим стажировку.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Количественные показатели эффективности программы:

- доля участников, успешно освоивших программу, закончивших стажировку и выполнивших все самостоятельные задания по 3-м модулям программы;
- доля участников, позитивно оценивших процесс и образовательные результаты освоения программы;
- доля участников, получивших результаты, свидетельствующие о позитивной динамике инклюзивной готовности (при сравнении данных входного и итогового тестирования) по опроснику В.В. Хитрюк «Готовность педагогов к инклюзивному образованию»;
- количество позитивных отзывов из образовательных организаций, направивших сотрудников на стажировку.

Качественные показатели эффективности программы:

- уровень освоения теоретических знаний по программе (определяется по результатам выполнения самостоятельных работ и по активности и продуктивности суждений в процессе интерактивных занятий);
- качество созданных участниками программы методических продуктов и проектных разработок (оценивается посредством экспертных оценок специалистов, реализующих программу).

Формы оценивания.

Участники программы самостоятельно проектируют / выполняют и предоставляют:

- педагогическое эссе (по выбору стажеров): «Какой должна быть инклюзивная школа?»; «Школьный консилиум и совет по профилактике в инклюзивной школе: в чем специфика»; «Школьный консилиум как технология командной работы в инклюзивной школе». Темы могут уточняться, дополняться, меняться при сохранении общей содержательной установки;
- проектную разработку локального акта школы «Положение о ППк» для своей образовательной организации;
- конспект и презентацию выступления на педагогическом совете (методическом совете) своей образовательной организации по одной из тем: «Нормативно-правовые основы деятельности ППк»; «Почему инклюзия невозможна без грамотно работающего ППк?»; «Какой ППк

нужен инклюзивной школе?». Темы могут уточняться, дополняться, меняться при сохранении общей содержательной установки;

- проектную разработку индивидуального образовательного маршрута для конкретного ребенка с ОВЗ в условиях инклюзивного обучения;
- результат самотестирования по вопросам нормативно-правового обеспечения деятельности ППк и уровня инклюзивной готовности к реализации инклюзивной практики.

Сведения о практической апробации программы

Программа апробирована в течение 2020–2021, 2021–2022 уч. г.г. на базе стажировочной площадки школы «Аврора» в соответствии с приказом Министерства образования Новосибирской области от 13 августа 2020 г. № 1687 «Об утверждении перечня общеобразовательных организаций НСО, признанных стажировочными площадками по реализации практики инклюзивного образования НСО на период с 2020 по 2022 годы» и приказом директора ЧОУ школы «Аврора» № 64/1 от 28.08.2020.

Количество участников программы - 45 человека (3 потока).

Результаты, подтверждающие эффективность программы

- Доля участников, успешно освоивших программу, закончивших стажировку и выполнивших все самостоятельные задания по 3-м модулям программы: 100% (45 из 45 участников).
- Доля участников, позитивно оценивших процесс и образовательные результаты освоения программы: 100% (45 из 45 участников).
- Доля участников, получивших результаты, свидетельствующие о позитивной динамике: 86,6% (39 из 45 человек).
- Количество позитивных отзывов из образовательных организаций, направивших сотрудников на стажировку 12 (из 15 ОО, направивших стажеров).

Качественные показатели эффективности программы:

- уровень освоения теоретических знаний по программе (определяется по результатам выполнения самостоятельных работ и по активности и продуктивности суждений в процессе интерактивных занятий) оценен экспертами как высокий (77,8% — 35 участника) и достаточный (22,2% — 10 участников);
- качество созданных участниками программы методических продуктов и проектных разработок (оценивается посредством экспертных оценок специалистов, реализующих программу): рекомендовано к использованию на практике — 79% разработок, рекомендовано для доработки — 21% разработок.

Табл. 1. Динамика уровня сформированности инклюзивной готовности педагогов (методика диагностики ИГП, В.В. Хитрюк)

Уровни сформированности	Входная диагностика		Итоговая диагностика	
Элементарный уровень (<i>интуитивный</i>)	33 чел.	73%	8 чел.	18%
Репродуктивный уровень (<i>функциональный</i>)	12 чел.	27%	32 чел.	71%
Профессиональный уровень	0 чел.	0	5 чел.	11%

Подтверждение соблюдения правил заимствования

Оригинальность текста программы — 80,34%, заимствования — 9,92%, цитирования — 9,75%.

Литература

1. *Алехина С.В.* Инклюзивное образование: от политики к практике [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2016. Том 21. № 1. С. 136–145. doi:10.17759/psse.2016210112
2. *Алехина С.В., Алексеева М.Н., Агафонова Е.Л.* Готовность педагогов как основной фактор успешности инклюзивного процесса в образовании [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2011. Том 16. № 1. С. 83–92. URL: <https://psyjournals.ru/psyedu/2011/n1/39878.shtml> (дата обращения: 03.12.2020).
3. *Жижина И.В.* Организационно-методические условия проведения стажировок в системе повышения квалификации [Электронный ресурс] // Концепт. 2014. № 8 (август). С. 136–140. URL: <http://e-koncept.ru/2014/14226.html> (дата обращения: 03.12.2020).
4. *Зимняя И.А.* Педагогическая психология: Учебник. Изд. второе, доп., испр. и перераб. М.: Издательская корпорация «Логос», 2000. 384 с.
5. Институт коррекционной педагогики РАО. Официальный сайт [Электронный ресурс]. URL: <https://ikr-rao.ru/> (дата обращения: 03.12.2020).
6. Информационно-методический портал по инклюзивному и специальному образованию Департамента образования города Москвы «Образование без границ» [Электронный ресурс]. URL: <http://edu-open.ru/> (дата обращения: 3.12.2020).
7. *Новохатько О.В.* Профессиональная стажировка кадров в учреждениях дополнительного образования детей. М.: НИИ Высшего профессионального образования, 2003. 63 с.
8. Областной центр диагностики и консультирования. [Электронный ресурс]. URL: <http://concord.websib.ru/> (дата обращения: 03.12.2020).
9. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: Методические рекомендации / отв. ред. Алехина С.В. М.: МГППУ, 2012. 92 с.
10. *Петрова Е.Э., Дегтярева Л.И.* Специфика организации инклюзивного образования в общеобразовательной школе: Методическое пособие. Новосибирск: НИПКиПРО, 2009. 136 с.
11. *Петрова Е.Э., Дегтярева Л.И., Тиндетникова Е.Г.* Психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями в инклюзивной школе: Методическое пособие. Новосибирск: НИПКиПРО, 2013. 108 с.
12. *Петрова Е.Э., Дегтярева Л.И., Яковенко Т.Д.* Психологическое консультирование и организация работы с родителями, воспитывающими детей с проблемами развития: Методическое пособие. Новосибирск: НИПКиПРО, 2009. 180 с.
13. *Петрова Е.Э., Дегтярева Л.И.* Профилактика и коррекция профессионально-эмоционального «выгорания» педагогов: Методическое пособие для директоров ОУ, педагогов, психологов, коррекционных педагогов. Новосибирск: НИПКиПРО, 2009. 124 с.
14. *Петухова Г.В., Петухов С.Ю.* Стажировка как форма повышения квалификации педагогов на базе общеобразовательной организации // Педагогическое мастерство: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). М.: Буки-Веди, 2015. С. 190–193.
15. Письмо Государственного комитета РФ по высшему образованию от 15 марта 1996 г. № 18-34-44ин/18-10 «Об организации и проведении стажировки специалистов».
16. Письмо Министерства просвещения РФ от 23 января 2020 г. № МР-42/02 «О направлении целевой модели наставничества и методических рекомендаций».
17. *Семаго Н.Я.* Технология определения образовательного маршрута для ребенка с ограниченными возможностями здоровья: Методическое пособие. М.: Центр «Школьная книга», 2010. 158 с.
18. Создание и апробация модели психолого-педагогического сопровождения инклюзивной практики: Методическое пособие / под общ. ред. Алехиной С.В., Семаго М.М. М.: МГППУ, 2012. 156 с.
19. *Хитрюк В.В.* Формирование инклюзивной готовности будущих педагогов в условиях высшего образования. Методика диагностики инклюзивной готовности педагогов: Дисс. ... докт. пед. наук. Калининград, 2015. С. 164–169.

20. Чепель Т.Л. Методика преподавания психологии: технология интенсивного образования: Учебное пособие. Новосибирск: НГПУ, 2006. 425 с.
21. Чипышева Л.Н. Стажировка как форма повышения квалификации педагогических работников // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2012. № 4 (13). С. 67–77.

References

1. Alekhina S.V. Inklyuzivnoe obrazovanie: ot obrazovatel'noi politiki k obrazovatel'noi praktike [Inclusive Education: from Policy to Practice] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2016. Vol. 21, no. 1, pp. 136–145. doi:10.17759/pse.2016210112 (In Russ., abstr. in Engl.)
2. Alekhina S.V., Alekseeva M.N., Agafonova E.L. Gotovnost' pedagogov kak osnovnoi faktor uspekhnosti inklyuzivnogo protsessa v obrazovanii [Preparedness of Teachers as the Main Factor of Success of the Inclusive Process in Education] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2011. Vol. 16, no. 1, pp. 83–92. URL: <https://psyjournals.ru/psyedu/2011/n1/39878.shtml> (Accessed 03.12.2020). (In Russ.).
3. Zhizhina I.V. Organizatsionno-metodicheskie usloviya provedeniya stazhirovok v sisteme povysheniya kvalifikatsii [Organizational and methodological conditions of internship in the system of professional development] [Elektronnyi resurs] // *Kontsept = Konzept*, 2014, no. 8, pp. 136–140. URL: <http://e-koncept.ru/2014/14226.html> (Accessed 03.12.2020). (In Russ.).
4. Zimnyaya I.A. Pedagogicheskaya psikhologiya: Uchebnik. 2nd ed. Moscow: Izdatel'skaya korporatsiya "Logos", 2000. 384 p. (In Russ.).
5. Institut korrektsionnoi pedagogiki RAO. Ofitsial'nyi sait = Institute of Correctional Pedagogy of the Russian Academy of Education [Elektronnyi resurs]. URL: <https://ikp-rao.ru/> (Accessed 03.12.2020). (In Russ.).
6. Informatsionno-metodicheskii portal po inklyuzivnomu i spetsial'nomu obrazovaniyu Departamenta obrazovaniya goroda Moskvy "Obrazovanie bez granits" [Elektronnyi resurs]. URL: <http://edu-open.ru/> (Accessed: 3.12.2020). (In Russ.).
7. Novokhat'ko O.V. Professional'naya stazhirovka kadrov v uchrezhdeniyakh dopolnitel'nogo obrazovaniya detei. Moscow: NII Vysshogo professional'nogo obrazovaniya Publ., 2003. 63 p. (In Russ.).
8. Oblastnoi tsentr diagnostiki i konsul'tirovaniya [Elektronnyi resurs]. URL: <http://concord.websib.ru/> (Accessed 03.12.2020). (In Russ.).
9. Alekhina S.V. (ed.). Organizatsiya spetsial'nykh obrazovatel'nykh uslovii dlya detei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v obshcheobrazovatel'nykh uchrezhdeniyakh: Metodicheskie rekomendatsii. Moscow: MGPPU Publ., 2012. 92 p. (In Russ.).
10. Petrova E.E., Degtyareva L.I. Spetsifika organizatsii inklyuzivnogo obrazovaniya v obshcheobrazovatel'noi shkole: Metodicheskoe posobie. Novosibirsk: NIPKiPRO Publ., 2009. 136 p. (In Russ.).
11. Petrova E.E., Degtyareva L.I., Tindetnikova E.G. Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie detei s osobymi obrazovatel'nymi potrebnostyami v inklyuzivnoi shkole: Metodicheskoe posobie. Novosibirsk: NIPKiPRO Publ., 2013. 108 p. (In Russ.).
12. Petrova E.E., Degtyareva L.I., Yakovenko T.D. Psikhologicheskoe konsul'tirovanie i organizatsiya raboty s roditelyami, vospityvayushchimi detei s problemami razvitiya: Metodicheskoe posobie. Novosibirsk: NIPKiPRO Publ., 2009. 180 p. (In Russ.).
13. Petrova E.E., Degtyareva L.I. Profilaktika i korrektsiya professional'no-emotsional'nogo "vygoraniya" pedagogov: Metodicheskoe posobie dlya direktorov OU, pedagogov, psikhologov, korrektsionnykh pedagogov. Novosibirsk: NIPKiPRO Publ., 2009. 124 p. (In Russ.).
14. Petukhova G.V., Petukhov S.Yu. Stazhirovka kak forma povysheniya kvalifikatsii pedagogov na baze obshcheobrazovatel'noi organizatsii. *Pedagogicheskoe masterstvo: materialy VI Mezhdunar. nauch. konf. (g. Moskva, iyun' 2015 g.)*. Moscow: Buki-Vedi, 2015, pp. 190–193 (In Russ.).
15. Pis'mo Gosudarstvennogo komiteta RF po vysshemu obrazovaniyu ot 15 marta 1996 g. No. 18-34-44in/18-10 "Ob organizatsii i provedenii stazhirovki spetsialistov" (In Russ.).

16. Pis'mo Ministerstva prosveshcheniya RF ot 23 yanvarya 2020 g. No. MR-42/02 "O napravlenii tselevoi modeli nastavnichestva i metodicheskikh rekomendatsii" (In Russ.).
17. Semago N.Ya. Tekhnologiya opredeleniya obrazovatel'nogo marshruta dlya rebenka s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya: Metodicheskoe posobie. Moscow: Tsentr "Shkol'naya kniga", 2010. 158 p. (In Russ.).
18. Alekhina S.V., Semago M.M. (eds.). Sozdanie i aprobatsiya modeli psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya inklyuzivnoi praktiki: Metodicheskoe posobie. Moscow: MGPPU Publ., 2012. 156 p. (In Russ.).
19. Khitryuk V.V. Formirovanie inklyuzivnoi gotovnosti budushchikh pedagogov v usloviyakh vysshego obrazovaniya. Metodika diagnostiki inklyuzivnoi gotovnosti pedagogov: Diss. dokt. ped. nauk. Kaliningrad, 2015, pp. 164–169 (In Russ.).
20. Chepel T.L. Metodika prepodavaniya psikhologii: tekhnologiya intensivnogo obrazovaniya: Uchebnoe posobie. Novosibirsk: NGPU Publ., 2006. 425 p. (In Russ.).
21. Chipysheva L.N. Stazhirovka kak forma povysheniya kvalifikatsii pedagogicheskikh rabotnikov. *Nauchnoe obespechenie sistemy povysheniya kvalifikatsii kadrov = Scientific Support of a System of Advanced Training*, 2012, no. 4 (13), pp. 67–77 (In Russ.).

Информация об авторах

Десярева Людмила Ивановна

директор, Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»); президент, Ассоциация негосударственных образовательных организаций Новосибирской области «Частная школа» (Ассоциация «Частная школа»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0202-4957>, e-mail: nou_avrora@mail.ru

Тиндетникова Елена Геннадьевна

заместитель директора по инклюзивной практике, Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3288-2090>, e-mail: tindelena@yandex.ru

Луцкая Мария Евгеньевна

педагог-психолог, руководитель психологической службы, Школа «Аврора» (АНОО школа «Аврора»), г. Новосибирск, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2694-5750>, e-mail: mlut@yandex.ru

Information about the authors

Lyudmila I. Degtyareva

Director, School "Aurora"; President, Association of Non-Governmental Educational Organizations of the Novosibirsk Region "Private School", Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0202-4957>, e-mail: nou_avrora@mail.ru

Elena G. Tindetnikova

Deputy Director for Inclusive Practice, School "Aurora", Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3288-2090>, e-mail: tindelena@yandex.ru

Maria E. Lutskaya

Teacher-Psychologist, Head of the Psychological Service, School "Aurora", Novosibirsk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2694-5750>, e-mail: mlut@yandex.ru

Получена 26.09.2022

Received 26.09.2022

Принята в печать 14.12.2022

Accepted 14.12.2022

Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды

Axiological and Person-Oriented Basis for Cooperation and Interaction of Subjects of the Educational Environment

Профилактическая психолого-педагогическая программа «#Хочу. #Могу. #Развиваюсь. Stop выгоранию»

Иванова Е.С.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3262-8471>, e-mail: iks5bikd5@gmail.com

Можейко А.В.

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3072-423X>, e-mail: avmozheyko@gmail.com

Паришукова С.В.

Тамбовское областное государственное образовательное автономное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт повышения квалификации работников образования» (ТОИПКРО), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6815-0564>, e-mail: sofiapar@yandex.ru

В статье представлена программа работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами, направленная на предупреждение эмоционального выгорания, личностных и профессиональных деформаций педагогических работников. Обосновано применение объяснительных, обучающих, творческих, исследовательско-поисковых методов в ходе реализации программы, а также метода моделирования и анализа заданных ситуаций. Для анализа эффективности реализации программы применялись количественные и качественные индикаторы по замеру результатов деятельности, в том числе опросник на определение уровня психического выгорания. Разработка была представлена на методическом совете педагогов-психологов образовательных организаций г. Тамбова и внедрена в практическую деятельность специалистов психолого-педагогического сопровождения г. Тамбова.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, компетентность педагогов.

Для цитаты: Иванова Е.С., Можейко А.В., Паршукова С.В. Профилактическая психолого-педагогическая программа «#Хочу. #Могу. #Развиваюсь. Stop выгоранию» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 134–154. DOI:10.17759/bppe.2022190307

Preventive Psychological and Pedagogical Program “#Iwant. #Ican. #Idevelop. Stop Burnout”

Elena S. Ivanova

Center for Psychological-Pedagogical, Medical and Social Assistance, Tambov, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3262-8471>, e-mail: iks56ikd5@gmail.com

Anna V. Mozheiko

Center for Psychological-Pedagogical, Medical and Social Assistance, Tambov, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3072-423X>, e-mail: avmozheyko@gmail.com

Sofya V. Parshukova

Tambov Regional State Educational Autonomous Institution of Additional Professional Education “Institute for Advanced Studies of Educators”, Tambov, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6815-0564>, e-mail: sofiapar@yandex.ru

The article presents the program of work of a psychologist with pedagogical teams and teachers, which is aimed at the preventing of the emotional burnout, personal and professional deformations of teachers. The use of explanatory, educational, creative, research and search methods during the implementation of the program, as well as the method of modeling and analysis of given situations, is substantiated. To analyze the effectiveness of the program implementation, quantitative and qualitative indicators were used to measure the results of activities, including a questionnaire to determine the level of mental burnout. The development was presented at the methodological council of pedagogues-psychologists of educational organizations in Tambov and introduced into the practical activities of specialists in psychological and pedagogical support of the city of Tambov.

Keywords: professional burnout, emotional burnout, teachers' competence.

For citation: Ivanova E.S., Mozheiko A.V., Parshukova S.V. Preventive Psychological and Pedagogical Program “#Iwant. #Ican. #Idevelop. Stop Burnout”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 134–154. DOI:10.17759/bppe.2022190307 (In Russ.).

Актуальность

В настоящее время в современном образовательном пространстве происходит множество нововведений: внедрение ФГОС, новых профессиональных стандартов, меняющиеся правила аттестации педагогических работников, постоянно увеличивающиеся требования как к уровню профессионализма педагога, так и к его личности в целом. В течение последних десятилетий осо-

бенно острой стала проблема сохранения психического здоровья педагога в образовательном учреждении.

Научно-методическими и нормативно-правовыми основаниями программы стали труды А.К. Марковой, Л.М. Митиной, Л.Т. Дикой, Л.В. Махнач, Н.А. Аминова и др.

Все это, а также необходимость систематично использовать личностно-ориентированный подход ко всем субъектам образовательного процесса приводит к сильной подверженности педагогов различным стрессовым воздействиям. Безусловно, это отражается на физическом и психологическом здоровье специалистов.

Впервые о синдроме эмоционального выгорания заговорил американский психиатр Герберт Фрейденбергер. Основным его проявлением он считал нарастающее эмоциональное истощение, которое может повлечь за собой личностные изменения в сфере общения с людьми (вплоть до глубоких когнитивных искажений).

Все вышеперечисленное указывает на несомненную актуальность данной проблемы.

Целью программы является предупреждение эмоционального выгорания, личностных и профессиональных деформаций педагогических работников.

Задачи:

- развивать информационно-теоретическую компетентность педагогов, активизировать «прошлый» опыт;
- развивать направленное осознание и имеющиеся личностные ресурсы, способствующие формированию здорового жизненного стиля;
- формировать самопринятие, позитивное отношение к себе, критическую самооценку и позитивное отношение к возможностям своего развития;
- развивать навыки рационального использования собственного времени;
- развивать умение бесконфликтно общаться с различными категориями людей (коллегами, учениками и их родителями).

Научно-методические основания программы. Программа разработана на основе тщательного изучения проблемы эмоционального выгорания, анализа литературы по данной теме зарубежных и отечественных исследователей Г. Френденбергера, К. Маслач, С. Джексона, В.В. Бойко, В.Е. Орла, Н.Е. Водопьяновой, А.А. Рукавишниковой, Н.П. Фетискина.

Наиболее распространенной является трехкомпонентная модель синдрома «выгорания» американских исследователей К. Маслач и С. Джексон. В соответствии с данной моделью, «выгорание» понимается как синдром эмоционального истощения, деперсонализации и редукции своих личных достижений.

Используемые методики, технологии, инструментарий

Методы, применяемые в ходе реализации программы: объяснительный, обучающий, творческий, исследовательско-поисковый, моделирование и анализ заданных ситуаций, игровой.

Для анализа эффективности реализации программы используются количественные и качественные индикаторы по замеру результатов деятельности: опросник на определение уровня психического выгорания (МБИ) (авторы методики американские психологи К. Маслач и С. Джексон, адаптация Н.Е. Водопьяновой).

Методика предназначена для диагностики «эмоционального истощения», «деперсонализации» и «профессиональных достижений», которая содержит 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с выполнением рабочей деятельности. О наличии высокого уровня выгорания свидетельствуют высокие оценки по субшкалам «эмоционального истощения» и «деперсонализации» и низкие — по шкале «профессиональная эффективность» (редукция персональных достижений).

Кроме того, в программе представлены другие способы диагностики синдрома профессионального выгорания: наблюдение, беседа, тестирование, анкетирование, опрос, проективные рисуночные методики. Они могут быть использованы в качестве альтернативного или дополнительного инструментария оценки.

Используемые технологии: изучение литературы, игры, упражнения, художественно-творческая деятельность (рисование, моделирование с бумагой, красками; прослушивание музыки, просмотр картин; составление рассказов, образов, сказок посредством флеш-тренингов, психологических видеороликов) и т. п.

Используемый материал и инструментарий:

- краски, карандаши, фломастеры, маркеры, восковые мелки (для рисования), кисти разных размеров, губки для закрашивания больших поверхностей;
- журналы, цветная бумага (для создания коллажей или объемных композиций);
- ножницы, нитки, клей, скотч и пр.;
- брошюры, памятки.

В общем виде можно перечислить следующие используемые **интерактивные формы:**

- работа в парах: обсуждение, взятие интервью у напарника, анализ творческой работы партнера, разработка вопросов к группе и др.;
- работа в малых группах: когда нужно решить сложные проблемы коллективным разумом;
- мозговой штурм: участникам обсуждения предлагают высказать возможно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастических. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике;
- ролевая (деловая) игра;
- групповые дискуссии и дебаты (убедить других в том, что его подход к решению проблемы правилен);
- «микрофон» — дает возможность каждому высказать свою мысль или позицию, но не комментировать и не оценивать ответ, не перебивать, не выкрикивать. Говорит только тот, у кого символический микрофон;
- метод мини-проектов и др.

Новизна программы: данная программа является продуктом тщательного изучения и анализа теоретических источников различных наук (психология, педагогика, социология, менеджмент, эргономика), а также понятия о селф-детерминизме и уже существующих программ по профилактике эмоционального выгорания педагогов, т. е. генерализацией лучшего опыта по данной теме.

Сроки и этапы реализации программы

Реализация программы рассчитана на полгода. В течение двух месяцев проходит изучение педагогом-психологом (который будет проводить мероприятия) программы и подготовка к ее реализации. Далее проводится 4 занятия, в рамках методических советов специалистов психолого-педагогического сопровождения образовательных организаций. Занятия рекомендуется проводить 1 раз в месяц.

Этап	Содержание	Сроки
Подготовительный	1. Изучение теоретического и практического опыта по синдрому эмоционального выгорания. 2. Подбор диагностического материала. 3. Продвижение программы. 4. Размещение теоретических материалов на сайте для информирования педагогов.	01.07.2019 — 31.08.2019

Основной	1. Создание условий для реализации программы. 2. Проведение первичной диагностики. 3. Внедрение программы в образовательный процесс. 4. Проведение итоговой диагностики.	20.09.2019 — 13.12.2019
Итогово-аналитический	1. Качественный и количественный анализ результатов. 2. Обобщение полученных результатов с целью оценки эффективности проведенной работы.	16.12.2019 — 27.12.2019

Структура занятий.

1. Вводная часть.
2. Основная часть, включающая теоретический и практический аспекты.
3. Заключительная часть.

Календарное планирование

№	Период	Тема занятия
1	01.07.2019 — 31.07.2019	Знакомство с основными направлениями программы. Презентация программы. Изготовление буклетов.
2	01.08.2019 — 31.08.2019	Продвижение программы. Размещение теоретических материалов на сайте для информирования педагогов.
3	16–20.09.2019	Занятие №.
4	14–18.10.2019	Занятие №2.
5	11–15.11.2019	Занятие №3.
6	09–13.12.2019	Занятие №4.
7		Подведение итогов.

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

- пакет диагностического инструментария и стимульный материал к диагностическим методикам;
- картотека игр и упражнений, направленных на повышение психологической компетентности педагогических работников;
- раздаточный материал к занятиям, информационные листы.

Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы:

- помещение для занятий, позволяющее поставить стулья в круг и проводить подвижные игры, обеспечивающее возможность расставить мебель для работы в микрогруппах, желательно отсутствие препятствий, отгораживающих участников друг от друга (столов, лишних парт);
- магнитная доска (флипчарт), мел, маркеры для доски;
- заготовки раздаточного материала для работы, обсуждения в группах;
- маркеры, фломастеры, краски, карандаши, восковые мелки (для рисования);
- принтер для размножения раздаточных материалов, бланков диагностических методик и материалов, нарабатываемых в ходе занятий;
- бумага для рисования разных форматов, цветов и оттенков, кисти разных размеров, губки для закрашивания больших поверхностей и пр.

Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы:

- интернет;

- мультимедийное оборудование для проведения семинаров-практикумов;
- внешние носители информации (диски и флеш-накопители) с музыкальными сопровождениями для проведения отдельных упражнений;
- готовые презентации на каждое мероприятие с необходимой информационной наполняемостью.

Сферы ответственности, основные права и обязанности участников программы

Требования к специалистам, реализующим программу: педагоги-психологи образовательных учреждений, специалисты ППМСП-центров, имеющие необходимое высшее профессиональное образование по профилю работы, обладающие опытом проведения тренингов со взрослыми с использованием интерактивных технологий.

Компетентность специалиста, реализующего программу, включает представление о планируемых результатах данной программы, умение проектировать зону ближайшего развития, психологически обеспечивать эмоционально-комфортную образовательную среду, что предполагает:

- знание основ психологической (консультативной, диагностической, тренинговой, профилактической) работы с педагогическим коллективом, педагогической психологии;
- владение современными технологиями проектирования образовательной среды;
- владение навыками работы с группой: умением оценивать навыки группового взаимодействия (есть ли контакт педагогов в процессе работы, все ли вовлечены в процесс обсуждения), умением помогать участникам почувствовать личностную свободу, принять себя и участников программы такими, какие они есть на самом деле, наблюдать за стилем поведения и творческим самовыражением участников.

Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы.

Гарантия прав участников программы обеспечивается посредством соблюдения ряда требований профессионально-этического и социально-правового характера, прописанных в этическом кодексе педагога-психолога службы практической психологии образования России. При реализации программы учитываются следующие принципы:

- принцип компетентности связан с владением методологией, теорией психологии и психодиагностики, практическими и методическими умениями и навыками;
- принцип саморазвития участников работы в рамках программы;
- принцип сотрудничества (готовность к согласованной, слаженной работе с коллегами, открытость, уважительное отношение к различиям во мнениях и подходах);
- принцип использования имеющегося положительного профессионального и жизненного опыта участников;
- принцип корректировки устаревшего опыта и личностных установок, препятствующих освоению новых знаний;
- принцип рефлексивности;
- принцип востребованности результатов участия в программе в практической деятельности;
- принцип эффективности рекомендаций предполагает, что они способствуют максимально эффективному достижению поставленной цели.

Ожидаемые результаты реализации программы

- повышение уровня информационно-теоретической компетентности педагогов;
- формирование здорового жизненного стиля, жизненных ресурсов, препятствующих эмоциональному выгоранию у большинства педагогов;
- овладение и практическое применение полученной информации о действиях стрессогенных факторов и последствий;
- повышение самооценки, стрессоустойчивости, работоспособности, снижение уровня тревожности, эмоциональной напряженности, утомления.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Количественные критерии — результаты диагностических срезов участников.

Качественными критериями эффективности реализации программы являются результаты наблюдения ведущих (педагогов-психологов); содержание обратной связи от участников занятий; востребованность мероприятий программы в педагогическом сообществе города и др.

Сведения о практической апробации программы

Программа прошла апробацию на базе МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» города Тамбова в течение 2019–2020 учебного года и в следующем году была использована в работе специалистов ТОГБУЗ «Городская детская поликлиника имени Валерия Ковалева города Тамбова».

Программа была представлена на методическом совете педагогов-психологов образовательных организаций г. Тамбова и внедрена в практическую деятельность специалистов психолого-педагогического сопровождения г. Тамбова.

Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

В реализации программы принимали участие 196 специалистов психолого-педагогического сопровождения образовательных организаций г. Тамбова, из них:

- педагогов-психологов образовательных организаций — 31 человек;
- педагогов-психологов дошкольных образовательных организаций — 52 человека;
- учителей-дефектологов образовательных организаций — 14 человек;
- учителей-логопедов дошкольных образовательных организаций — 99 человек.

Проведенная **входная диагностика** показала следующие результаты.

По *шкале «эмоционального истощения»* (проявляется в переживаниях сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущении «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью в целом; в контексте синдрома перегорания «деперсонализация» предполагает формирование особых деструктивных взаимоотношений с окружающими людьми) высокий уровень (Н) диагностирован у 85 человек, что составило 43% от общего количества специалистов. Средний уровень (М) выявлен у 58 человек, что составило 30% от общего количества диагностируемых. Низкий уровень (L) «эмоционального истощения» показали 53 специалиста, что составило 27% от общего количества диагностируемых.

По *шкале «деперсонализация»* (проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях — в негативизме и циничном отношении, на поведенческом уровне «деперсонализация» проявляется в высокомерном поведении, использовании профессионального сленга, юмора, ярлыков) высокий уровень (Н) показали 36 человек, что составило 19% от общего количества специалистов. Средний уровень (М) выявлен у 73 человек, что составило 37% от общего количества диагностируемых. Низкий уровень (L) «деперсонализации» показали 87 специалистов, что составило 44% от общего количества диагностируемых.

По *шкале «редукция профессиональных достижений»* (отражает степень удовлетворенности специалиста собой как личностью и как профессионалом, неудовлетворительное значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, — снижению профессиональной мотивации, нарастанию негативизма в отношении служебных обязанностей, тенденцию к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, отстраненности и неучастию, избеганию работы сначала психологически, а затем физически) высокий уровень (Н) показали 55 человек, что составило 29% от общего количества специалистов. Средний уровень (М) выявлен у 71 человека, что составило 36% от общего коли-

чества диагностируемых. Низкий уровень (L) «редукции профессиональных достижений» показали 70 специалистов, что составило 35% от общего количества диагностируемых.

С целью изучения эффективности реализации программы была проведена **итоговая диагностика**. По итогам работы были получены следующие результаты.

По шкале «эмоционального истощения» высокий уровень (H) диагностирован у 44 человека, что составило 23% от общего количества специалистов. Средний уровень (M) выявлен у 51 человека, что составило 26% от общего количества диагностируемых. Низкий уровень (L) «эмоционального истощения» показали 101 специалист, что составило 51% от общего количества диагностируемых.

По шкале «деперсонализация» высокий уровень (H) показали 21 человек, что составило 10% от общего количества специалистов. Средний уровень (M) выявлен у 64 человек, что составило 33% от общего количества диагностируемых. Низкий уровень (L) «деперсонализации» показали 113 специалистов, что составило 57% от общего количества диагностируемых.

По шкале «редукция профессиональных достижений» высокий уровень (H) показали 98 человек, что составило 50% от общего количества специалистов. Средний уровень (M) выявлен у 61 человека, что составило 26% от общего количества диагностируемых. Низкий уровень (L) «редукции профессиональных достижений» показали 47 специалистов, что составило 24% от общего количества диагностируемых.

Сравнительные анализы данных входной и итоговой диагностик представлены на диаграммах (рис. 1, 2, 3).

По итогам сравнительного анализа входной и итоговой диагностик по всем трем шкалам отмечается снижение высокого уровня: по шкале «эмоционального истощения» высокий уровень снизился на 20%, по шкале «деперсонализации» на 9%, по шкале «редукции профессиональных достижений» на 11%.

Таким образом, представленная программа показала положительные результаты по всем отслеживаемым характеристикам, что является показателем ее эффективности и валидности.

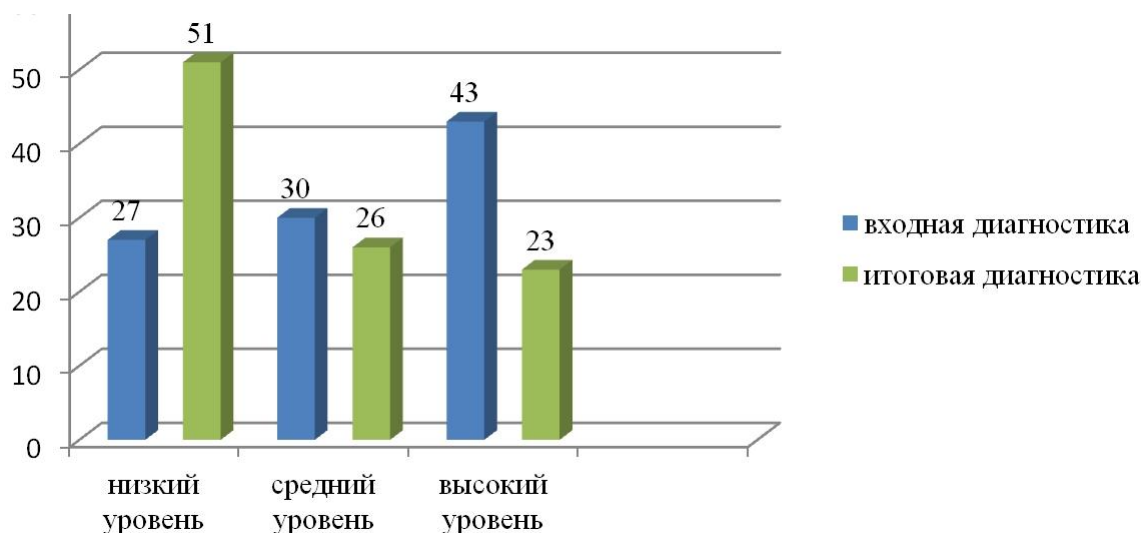


Рис. 1. Результаты входной и итоговой диагностики по шкале «эмоциональное истощение»

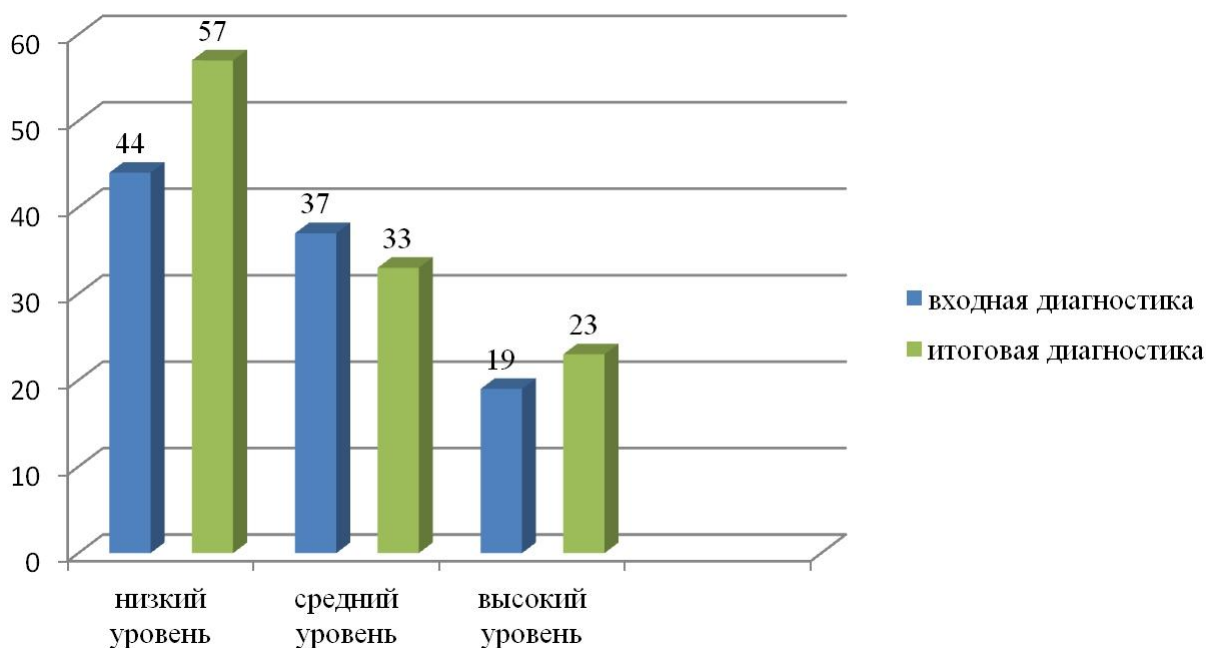


Рис. 2. Результаты входной и итоговой диагностики по шкале «деперсонализация»

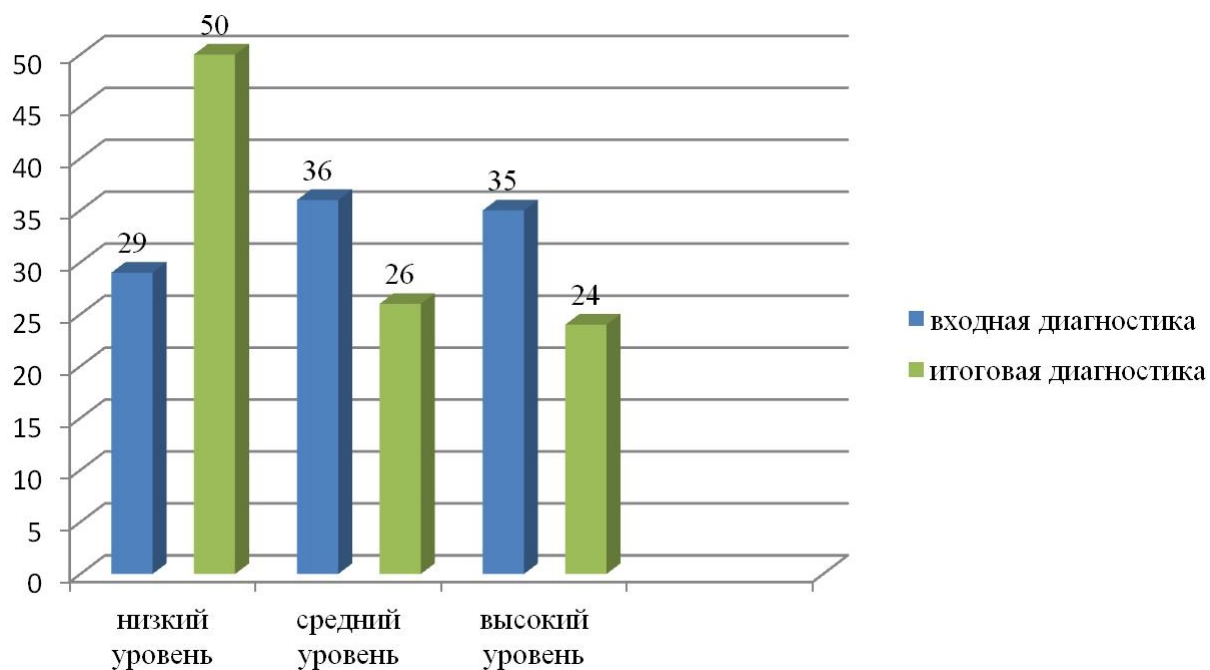


Рис. 3. Результаты входной и итоговой диагностики по шкале «редукция профессиональных достижений»

Примеры конспектов занятий¹

Занятие 1. Знакомство.

1. Вводная часть.

Цель — знакомство участников с содержанием, целями и задачами программы и первого занятия.

¹ Содержание занятий дается в сокращенном виде. Полная версия: <https://rospsy.ru/node/869>

Задачи:

- сплочение группы и построение эффективного командного взаимодействия;
- активизация внимания, настрой на работу.

Упражнение «Смешные загадки на логику».

Инструкция: участникам предлагается поделиться на три команды. Задача игроков первыми дать ответ и набрать как можно больше баллов, правильный ответ — 1 балл.

- Кто под проливным дождем не намочит волосы? Ответ: лысый
- Серенький, маленький, похож на слона. Ответ: слоненок.
- Как называется боязнь прихода Санта-Клауса? Ответ: клаустрофобия.
- Как поймать тигра в клетку? Ответ: тигров в клетку не бывает, все тигры в полоску.
- И капризна, и упряма, в детский сад не хочет... Ответ: дочка, не мама.
- Мальчик с собакой идет к лесному озеру. Ему навстречу движется класс из 25 человек и 2 учителя, родители 10 детей также принимают участие в прогулке. Пять матерей еще везут своих детей на колясках, учитель ведет собаку, а двое детей несут своих крыс. Сколько ног идет по дороге к лесному озеру? Ответ: по дороге к лесному озеру идут только 2 ноги — ноги мальчика, лапы собаки не считаются, а все, кого он встретил, возвращаются с озера.
- Чик-чирик! Чик-чирик! Кто поднял веселый крик? Эту птицу не пугай! Расшумелся... Ответ: воробей, не попугай.
- Про что всегда говорят в будущем времени? Ответ: про «завтра».
- Из какой посуды нельзя ничего съесть? Ответ: из пустой.
- Как правильно? Пять плюс семь будет «одиннадцать» или «адиннадцать»? Ответ: двенадцать.

2. *Теоретическая часть «Профессиональное и эмоциональное выгорание. Теория вопроса»* (изучается самостоятельно, до проведения занятия, материалы заранее выкладываются на сайт).

Цель — анализ и знакомство педагогов-психологов с теоретическими подходами по проблеме профилактики профессионального выгорания; психологическими технологиями, направленными на коррекцию и профилактику профессионального «выгорания».

Задачи:

- совершенствовать профессиональные компетенции, включающие в себя: способность к реализации методов и форм профилактики и коррекции профессионального эмоционального выгорания; способность целенаправленно и эффективно применять на практике диагностический инструментарий по профилактике профессионального выгорания, выявлению стадий и симптомов профессионального выгорания;
- активизировать знания по влиянию профессиональных стрессоров и копинг-поведения на профессиональное выгорание.

Темы для самостоятельного изучения.

- Содержание понятия «эмоциональное выгорание». Факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального эмоционального выгорания. Стадии и симптомы развития синдрома эмоционального выгорания. Взаимосвязь стадий эмоционального выгорания с симптомами стресса. Психическое выгорание. Профессиональное выгорание: сущность синдрома профессионального выгорания и его взаимосвязь с профессиональным стрессом. Копинг-поведение.
- Диагностика синдрома профессионального выгорания. Основные психодиагностические средства: наблюдение, беседа, тестирование, анкетирование, опрос.
- Тест на самооценку стрессоустойчивости личности (Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова). Методика «Прогноз». Методика «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко.

- Психические состояния человека. Понятие психических состояний человека. Классификация психических состояний. Регуляция и саморегуляция психических состояний. Общие принципы регуляции состояний. Классификации методов регуляции состояний. Внешние методы регуляции психических состояний. Методы саморегуляции.
- Психодиагностика через рисунок. Исследование способности противостоять неблагоприятным воздействиям внешней среды. Методика «Человек — Человек под дождем».
- Как разгадывать ребусы.

3. Практическая часть.

Цель — диагностика «эмоционального истощения», «деперсонализации» и «профессиональных достижений».

- Задачи:
- ознакомить с диагностическим инструментарием по выявлению симптомов профессионального выгорания;
- совершенствовать навыки применения методов диагностики синдрома профессионального выгорания;
- проведение исходного тестирования с педагогами-психологами, определение уровня психического выгорания;
- обучение приемам саморегуляции физического и эмоционального состояния.

Психологический квест (вопросы для самопроверки).

Первоначально предлагается расшифровать ребус. После того как ребус расшифрован, следует ответить на вопросы.



Ответ: выгорание.

Дайте определение понятиям «эмоциональное выгорание», «психическое выгорание», «профессиональное выгорание».



Ответ: эмоции.

Назовите симптомы эмоционального выгорания по Бойко.



Ответ: стресс.

Перечислите синдромы «эмоционального выгорания», характерные для фазы «истощения».



Ответ: фактор.

Перечислите факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального эмоционального выгорания.

Пройдите тестирование. Опросник на определение уровня психического выгорания (МВІ).

Авторы методики: американские психологи К. Маслач и С. Джексон. Данный вариант адаптирован Н.Е. Водопьяновой. Методика предназначена для диагностики «эмоционального истощения», «деперсонализации» и «профессиональных достижений», содержит 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с выполнением рабочей деятельности. О наличии высокого уровня выгорания свидетельствуют высокие оценки по субшкалам «эмоционального истощения» и «деперсонализации» и низкие — по шкале «профессиональная эффективность» (редукция персональных достижений). Соответственно, чем ниже человек оценивает свои возможности и достижения, меньше удовлетворен самореализацией в профессиональной сфере, тем больше выражен синдром выгорания.

Инструкция: «Ответьте, пожалуйста, как часто Вы испытываете чувства, перечисленные ниже в опроснике. Для этого на бланке для ответов отметьте по каждому пункту позицию, которая соответствует частоте Ваших мыслей и переживаний: «никогда», «очень редко», «иногда», «часто», «очень часто», «каждый день». Ниже представлены варианты опросника, разработанные нами для различных групп профессий, «ключ» и средневозрастные значения, позволяющие определить персональные характеристики выгорания».

Вопросы	Никогда	Очень редко	Иногда	Часто	Очень часто	Каждый день
1. Я чувствую себя эмоционально опустошенным						
2. После работы я чувствую себя, как «выжатый лимон»						
3. Утром я чувствую усталость и нежелание идти на работу						
4. Я хорошо понимаю, что чувствуют мои коллеги, и стараюсь учитывать это в интересах дела						
5. Я чувствую, что общаюсь с некоторыми коллегами без теплоты и расположения к ним						
6. После работы мне на некоторое время хочется уединиться						
7. Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях, возникающих при общении с коллегами						
8. Я чувствую угнетенность и апатию						
9. Я уверена, что моя работа нужна людям						
10. В последнее время я стала более черствой по отношению к тем, с кем я работаю						
11. Я замечаю, что моя работа ожесточает меня						
12. У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление						
13. Моя работа все больше меня разочаровывает						

14. Мне кажется, что я слишком много работаю						
15. Бывает, что мне действительно безразлично то, что происходит с некоторыми моими учениками и коллегами						
16. Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и всех						
17. Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества в коллективе						
18. Во время работы я чувствую приятное оживление						
19. Благодаря своей работе я уже сделал в жизни много действительно ценного						
20. Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня в моей работе						
21. На работе я спокойно справляюсь с эмоциональными проблемами						
22. В последнее время мне кажется, что коллеги все чаще перекадывают на меня груз своих проблем и обязанностей						

Обработка результатов: опросник имеет 3 шкалы «психоэмоциональное истощение» (9 утверждений), «деперсонализация» (5 утверждений) и «редукция личных достижений» (8 утверждений). Ответы испытуемого оцениваются: 0 баллов — «никогда», 1 балл — «очень редко», 3 балла — «иногда», 4 балла — «часто», 5 баллов — «очень часто», 6 баллов — «каждый день».

Ключ:

- «Психоэмоциональное истощение» — ответы по пунктам 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20 (максимальная сумма баллов — 54).
- «Деперсонализация» — ответы «да» по пунктам 5, 10, 11, 15, 22 (максимальная сумма баллов — 30).
- «Редукция личных достижений» — ответы да по пунктам 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21 (максимальная сумма баллов — 48).

Выводы: чем больше сумма баллов по первой и второй шкале в отдельности, тем больше у обследуемого выражены различные стороны выгорания; чем меньше сумма баллов по третьей шкале, тем меньше профессиональное выгорание.

Таблица норм

Компонент	Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
«Психоэмоциональное истощение»	0 — 10	11 — 20	21 — 30	31 — 40	41 — 54
«Деперсонализация» (личностное отдаление)	0 — 5	6 — 11	12 — 17	18 — 23	24 — 30
«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	39 — 48 0 — 8	29 — 38 9 — 18	19 — 28	9 — 18 29 — 38	0 — 8 39 — 48
Психическое выгорание	0 — 23	24 — 49	50 — 75	76 — 101	102 — 132

Для подсчета индекса «Психического выгорания» значения по всем трем компонентам («психоэмоциональное истощение», «деперсонализация», «редукция личных достижений») суммируют-

ся. Однако по третьему компоненту «Редукция личных достижений» при определении итогового индекса используются его обратные значения (в таблице они указаны жирным шрифтом).

Содержательные характеристик шкал.

«Психоэмоциональное истощение» — процесс исчерпания эмоциональных, физических, энергетических ресурсов профессионала, работающего с людьми. Истощение проявляется в хроническом эмоциональном и физическом утомлении, равнодушии и холодности по отношению к окружающим с признаками депрессии и раздражительности.

«Деперсонализация» (*личностное отдаление*) — специфическая форма социальной дезадаптации профессионала, работающего с людьми. Личностное отдаление проявляется в уменьшении количества контактов с окружающими, повышении раздражительности и нетерпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к другим людям.

«Редукция личных достижений» (*профессиональная мотивация*) — снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Возникновение чувства вины за собственные негативные проявления или чувства, снижение профессиональной и личной самооценки, появление чувства собственной несостоятельности, безразличия к работе. Снижение уровня рабочей мотивации и энтузиазма по отношению к работе альтруистического содержания. Состояние мотивационной сферы оценивается таким показателем, как продуктивность профессиональной деятельности, оптимизм и заинтересованность в работе, самооценка профессиональной компетентности и степени успешности в работе с людьми.

Упражнение «Аффирмация на успех».

Участники делятся произвольно на 6 групп. Каждая группа получает свой конверт с материалами. Задание одно на всех: из слов составить предложение. Затем группы по очереди их зачитывают, получается фраза:

- 1 группа. Когда вы устали, двигайтесь медленно.
- 2 группа. Двигайтесь спокойно, не спеша, но не останавливайтесь.
- 3 группа. Вы устали по вполне объективным причинам.
- 4 группа. Вы устали, потому что многое меняете и делаете.
- 5 группа. Вы устали, потому что вы растете.
- 6 группа. И когда-нибудь этот рост сможет по-настоящему вдохновить вас.

Техника «Гармония» (источник: журнал Psychologies, №21 (ноябрь) / 2007).

Все, что мы делаем с нашим телом, прямо или косвенно отражается на эмоциональном состоянии. Мы не задумываемся о символике нашего тела, между тем, она прочно запечатлелась в языке. Когда мы «валимся с ног» от усталости, «голова пухнет» от бесконечных дел, а из-за работы «вздыхнуть некогда», мы на самом деле описываем телесные симптомы эмоционального напряжения. Стоит обратить внимание на то, как мы выражаем свое состояние в словах: в устойчивых выражениях и оборотах языка мы можем найти ключ к тому, какая часть нашего тела именно сейчас больше всего нуждается во внимании и как с помощью приемов саморегуляции, в частности массажа и самомассажа, мы можем благоприятно повлиять на наше как физическое, так и эмоциональное состояние.

Фраза: «Голова идет кругом».

Символика. Мы нередко говорим, что какое-либо дело у нас «не выходит из головы». Ощущение того, что «голова забита» мыслями о чем-то, на уровне тела выражается напряжением шеи и мимических мышц лица, словно «тяжелые думы» буквально имеют вес. И наоборот, мы говорим «светлая голова» про того, кто постоянно генерирует идеи и легко находит выход из любого положения.

Методика. Мягкие, расслабляющие прикосновения позволяют снять спазм сосудов и улучшить кровоснабжение мозга, мгновенно создавая ощущение «легкой головы». Массаж шеи усиливает этот эффект. У массажа головы есть два дополнительных бонуса: это полезно для волос (так как улучшает питание корней) и одновременно придает отдохнувший вид лицу (так как снимает напряжение с мимических мышц).

Фраза: «Я это не перевариваю».

Символика. Согласно китайской медицине, наши внутренние органы связаны с такими эмоциями, как раздражение, гнев, ярость. Поэтому в ситуации, вызывающей неприятие, некоторые люди в буквальном смысле «не переваривают» происходящее.

Методика. Живот — средоточие жизни — считается на Востоке слишком интимным, сакральным местом, прикосновение других людей к которому нежелательно. Мы предлагаем освоить самомассаж живота. Его главная цель состоит в том, чтобы расслабить заблокированную стрессом брюшную полость. «Совершаемый ежедневно, этот массаж нормализует кровоснабжение органов и циркуляцию энергии. Через пару месяцев происходят улучшения не только в пищеварительной системе, но и при болях в спине и бессоннице».

Самомассаж делается сидя или лежа с согнутыми ногами, не ранее чем через два часа после приема пищи. Начните с «дыхания животом»: сделайте пять глубоких вдохов и выдохов, максимально поднимая и опуская переднюю стенку живота. Мягко поглаживайте живот двумя ладонями по часовой стрелке. Сделайте поглаживания более интенсивными и отметьте болезненные места. Контролируя дыхание, проработайте их, разминая кожу между пальцами. В завершение сложите руки на животе, полежите минуту, прислушиваясь к себе.

Всякий раз в раздражающей ситуации «непереваривания» делайте пять глубоких вдохов животом. Избегайте массажа в периоды инфекций (гриппа, насморка, температуры).

Фраза: «Руки опускаются».

Символика. Руки — инструмент взаимодействия с миром. Символически ими мы творим — истоки такого восприятия лежат в прошлом, когда все необходимое для жизни производилось вручную и все произведения искусства создавались руками. И теперь, даже «работая головой», мы говорим, что «опускаются руки», если чувствуем недостаток творческой энергии, свежих идей или сил для их воплощения.

Методика. Самый простой самомассаж рук, согласно представлениям тибетской медицины, улучшает циркуляцию энергии во всем теле. Почти такое же действие производит согревающая ванночка для рук: ощущение тепла и расслабления приходит во все тело.

Фраза: «Я падаю с ног».

Символика. В ногах символически запечатлена способность трогаться с места, двигаться вперед: всем нам знакомы выражения «твердо стоять на ногах» или «уверенно шагать по жизни». Ноги в буквальном смысле служат нам опорой, и ощущение нестабильности, страха перед будущим или просто ситуации, когда человек не знает, как поступить, накладывают отпечаток на состояние стоп.

Методика. След босой человеческой ступни напоминает силуэт зародыша: это своего рода карта нашего тела, отражающая весь потенциал организма. Массаж стоп через нервные и энергетические каналы действует на все системы органов, устраняя блоки и восстанавливая циркуляцию энергии.

Фраза: «Не разгибая спины».

Символика. Это метафора груза забот на наших плечах: спина, и особенно позвоночник, в этом случае находятся в чрезмерном напряжении. Напряжение спины может быть связано с тем, что мы придаем некоторым аспектам жизни слишком большое значение (иначе говоря «большой

вес»), или же с тем, что мы не умеем разделить это бремя хлопот с другими. «Разгрузить спину» в данном случае означает «отпустить ситуацию».

Методика. Разминания и растяжение мышц, точечные надавливания на определенные зоны вдоль позвоночника, легкие скользящие движения по ароматическому маслу способны снять напряжение со спины. Особенно важно хорошо прорабатывать область крестца — это зона блокированной энергии у людей, проводящих большую часть времени сидя у компьютера, телевизора, за рулем.

4. *Заключительная часть.*

Цель — рефлексия (получение обратной связи).

Задачи:

- закрепление полученного положительного опыта;
- подведение участниками личных итогов;
- планирование дальнейшей работы.

Упражнение «Синквейн».

Синквейн разработала американская поэтесса Аделаида Крэпси. Может применяться как заключительное задание по пройденному материалу:

1. первая строка — название темы (одно существительное);
2. вторая — описание темы в двух словах, два прилагательных;
3. третья — строка описание действия в рамках этой темы тремя словами;
4. четвертая строка — это фраза из четырех слов, показывает отношение к теме (целое предложение);
5. последняя строка — синоним, который повторяет суть темы.

В этом выводе каждый участник соединяет и обобщает свои впечатления, знания, воображение.

В конце ведущий знакомит участников с темой следующего занятия.

Занятие 2. Проактивное мышление. Принципы метода QBV.

1. *Вводная часть.*

Цель — знакомство участников с содержанием, целями и задачами занятия.

Задачи:

- сплочение группы и построение эффективного командного взаимодействия;
- активизация внимания, настрой на работу.

Упражнение «Объявление».

Инструкция: «В течение 5 минут каждая команда должна составить краткое объявление о своих услугах, которое отражало бы профессиональную уникальность и включало нечто такое, чего не может предложить другой специалист. Затем это объявление зачитывается перед всеми. Мы можем задавать любые вопросы по содержанию объявления, для того чтобы удостовериться, действительно ли стоит воспользоваться данной услугой».

2. *Теоретическая часть «Проактивное мышление»* (изучается самостоятельно, до проведения занятия, материалы для ознакомления заранее выкладываются на сайт).

Цель — ознакомление с теоретическими основами, характеристиками и способами развития проактивности.

Задачи:

- изучить концепцию проактивного мышления и поведения.

Темы для самостоятельного изучения.

- Принципы метода QBQ — пять фундаментальных принципов, или ценностей, определяющих наши поступки:
 1. обучение,
 2. ответственность,
 3. креативность,
 4. служение,
 5. доверие.
- Личная ответственность и метод QBQ.

3. Практическая часть.

Цель — работа с профессиональной идентичностью и смыслами профессиональной деятельности.

Задачи:

- самостоятельный рефрейминг установок;
- апробирование полученных теоретических знаний на практике.

Блиц-викторина. Время проведения 10 минут.

1. Что такое проактивное мышление.
2. Суть метода QBQ.
3. Основополагающий принцип QBQ.
4. Что такое рефрейминг.
5. Виды ответственности.
6. Примеры правильных и неправильных вопросов (не менее 3).
7. «Мусорное мышление». Перечислите категории или установки, которые являются преградами на пути к обучению.

Упражнение «Волшебный рефрейминг».

Примеры психологических установок, связанных с работой:

- «Я просто делаю свою работу — мне нужно кормить семью»;
- «Не трогайте меня»;
- «Надо всем показать, что я профессионал»;
- «Работа — важная часть моей жизни»;
- «С кем приходится работать!?»;
- «Работа — это каторга»;
- «Я работаю, как раб на галерах».

Какие из этих установок мешают Вам в реализации своих профессиональных целей?

Как можно переформулировать прежние убеждения, связанные с работой:

- «Работа — важная, но не главная часть моей жизни»;
- «Мой профессиональный рост зависит от меня, а не от внешних обстоятельств»;
- «Я сам(а) выбрал(а) свою работу»;
- «Моя профессиональная деятельность развивает у меня такие качества, как терпение и стрессоустойчивость».

Проективная игра «Что я думаю, говорю себе в затруднительных или стрессогенных ситуациях?».

Участники записывают формулы (поговорки, поговорки или крылатые выражения), которые обычно используют для поддержки себя или других людей, попавших в стрессогенные ситуации.

Упражнение «Ледяная стена».

Цель: поиск внутренних и внешних ресурсов для преодоления синдрома эмоционального выгорания, помощь в устранении внутренних преград, мешающих нормальной жизни и взаимоотношениям с людьми.

Материалы: простые карандаши, кисти, краски, мелки, уголь, сангина, бумага формата А3, магнитофон, аудиокассета со спокойной музыкой.

Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза и сосредоточьтесь на дыхании. Обратите внимание на то, как во время вдоха воздух заполняет ваши легкие, а при выдохе выходит из них. Переключите внимание на дыхательную паузу — небольшой промежуток времени между вдохом и выдохом. Что происходит в этот момент? Двигаетесь ли вы куда-нибудь? Просто отметьте и перестаньте думать об этом. Дыхание ваше ровное и ненапряженное, вы расслаблены, мысли приходят и уходят, не задерживайте свое внимание на них.

Представьте себе, что вы в теплой белой одежде сидите на санях на Северном полюсе. До самого горизонта простираются снежно-ледяные поля. Но вам совсем не холодно. Ярко светит солнце, в прозрачном воздухе искрится снежная пыль. Лицо немного пощипывает от свежего, чистого морозного воздуха. Отчетливо представьте себе эту картину, свои ощущения, свое местоположение.

Сидя в санях посреди царства чистоты и света, ощутите, как с каждым вдохом (через нос) ваше тело наполняется сверкающим прозрачным воздухом. Обратите внимание: этот воздух насыщен светом. Вы купаетесь в сиянии, вдыхаете сияние.

Некоторое время побудьте в этом состоянии. Пусть мысли приходят и уходят, для вас не существует «правильных» и «неправильных» мыслей и ощущений. Следует лишь отметить, что испытывает ваше тело, что приходит на ум. Продолжая оставаться в тепле и комфорте, сидя в санях посреди снежного сияния, представьте себе ледяную стену, медленно вырастающую из-под земли. В этой стене заключены все ваши внутренние преграды, все ваши страхи и тревоги, все то, что вам мешает жить.

Внимательно присмотритесь к этой стене. Какая она — дымчатая или прозрачная? Высокая или низкая? Какова ее толщина? Возможно, стена в некоторых местах толще, чем в других. Где она толще — у основания или наверху? Нет необходимости беспокоиться о том, что все эти особенности могут что-то означать. Вашему сознанию не стоит себя этим утруждать, доверьтесь подсознанию.

Обратите внимание на то, как ярко светит солнце. Его горячие лучи освещают ледяную стену, падают прямо на вас. Вы купаетесь в солнечных лучах, нежитесь в солнечных лучах. Вам хорошо, приятно. Солнце светит так ярко, что стена льда начинает таять. Отчетливо представьте себе, что вся она состоит из ваших внутренних преград, страхов, тревог. Внимательно следите за тем, как ледяная стена тает под палящими лучами солнца — кап, кап, кап. На это требуется время. Могут возникнуть неприятные ощущения. Не исключены и более и более неприятные чувства. В этом случае необходимо просто отметить их мысленно, дав им уйти. Под лучами солнца стена тает, становится все меньше и тоньше, пока полностью не растает. Когда ледяная преграда полностью растает, вы ощутите разливающееся по телу тепло. Еще бы, удалось растопить столько внутреннего «льда». Все то, что мешало нормальной жизни, ушло навсегда.

Нарисуйте свои ощущения до и после того, как вам удалось «растопить лед». Поделитесь своими чувствами. Как менялись ваши чувства во время визуализации; после рисования? Какой момент был самым острым и волнующим?

4. Заключительная часть.

Цель — рефлексивный анализ (получение обратной связи).

Задачи:

- закрепление полученного положительного опыта;
- подведение участниками личных итогов;
- планирование дальнейшей работы.

Упражнение «Тренинг в рисунках».

Участникам раздаются цветные карандаши, восковые мелки, фломастеры и бумага. Ведущий просит их в течение пяти минут нарисовать свои впечатления от тренинга (от сегодняшнего дня). Рисунок можно делать в любой манере, главное, чтобы он отражал реальные переживания и ощущения. Когда участники справились с заданием, ведущий предлагает каждому рассказать о своем рисунке.

В конце ведущий знакомит участников с темой следующего занятия.

Литература

1. *Водопьянова Н.Е.* Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления. СПб: Питер, 2013.
2. *Зеер Э.Ф., Попова Л.С.* Влияние уровня креативности на преодоление барьеров профессионального развития педагогов // *Образование и наука.* 2012. № 1. С. 94–106.
3. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б.* Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб: Речь, 2014.
4. *Ильин Е.П.* Психология творчества, креативности, одаренности. СПб: Питер, 2009.
5. *Кац Л.К., Рубин М.* Нейробика: Экзерсисы для тренировки мозга. М., 2012.
6. *Маклаков А.Г.* Общая психология: Учебник. СПб: Питер, 2007.
7. *Миллер Дж.* Проактивное мышление. Как простые вопросы могут изменить вашу работу и жизнь. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014.
8. *Общая психология: Учебник / под ред. Р.Х. Тугушева и Е.И. Гарбера.* М.: Эксмо, 2016.
9. *Моргунова Н.В.* Тайм-менеджмент: Учебное пособие. Владимир: ВлГУ, 2014.
10. *Наумова Н.В.* Нейробика как здоровьесберегающая технология в образовательном процессе. М., 2015.
11. *Новоселов С.А.* Дизайн искусственных стихов. Проект Сергея Новоселова. Екатеринбург: РГППУ, 2013. С. 283–323.
12. *Подымов Н.А.* Психологические барьеры в профессиональной деятельности учителя: Дисс. ... докт. психол. наук. М., 1999. 390 с.
13. *Психология: Учебник / под ред. И.В. Дубровиной.* 2-е изд. М.: Академия, 2012.
14. *Розин В.М.* Психология: Наука и практика: Учебное пособие. М.: РГГУ; Омега-Л, 2015.
15. *Столяренко Л.Д.* Психология: Учебник. СПб: Лидер, 2014.
16. *Сыманюк Э.Э.* Психологические барьеры профессионального развития личности. М.: МПСИ, 2015.
17. *Техническое творчество: теория, методология, практика: энциклопедический словарь-справочник / под ред. А.И. Половинкина, В.В. Попова.* М.: Информ-система, 2015.
18. *Тихомиров О.К.* Психология: Учебник. М.: Высшее образование, 2006.
19. *Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2012. С. 360–362.
20. *Хрящева Н.Ю., Макшанов С.И.* Тренинг креативности // *Психогимнастика в тренинге.* СПб: Речь; Институт тренинга, 2014.

References

1. *Vodopyanova N.E.* Professional'noe vygoranie i resursy ego preodoleniya. Saint Petersburg: Piter, 2013 (In Russ.).

2. Zeer E.F., Popova L.S. Vliyanie urovnya kreativnosti na preodolenie bar'erov professional'nogo razvitiya pedagogov [Influence of the level of creativity to overcome the barriers of professional development of teachers]. *Obrazovanie i nauka = The Education and Science Journal*, 2012, no. 1, pp. 94–106 (In Russ.).
3. Zinkevich-Evstigneeva T.D., Kudzilov D.B. Psikhodiagnostika cherez risunok v skazkoterapii. Saint Petersburg: Rech', 2014 (In Russ.).
4. Ilyin E.P. Psikhologiya tvorchestva, kreativnosti, odarennosti. Saint Petersburg: Piter, 2009 (In Russ.).
5. Kats L.K., Rubin M. Neirobika: Ekzersisy dlya trenirovki mozga. Moscow, 2012 (In Russ.).
6. Maklakov A.G. Obshchaya psikhologiya: Uchebnik. Saint Petersburg: Piter, 2007 (In Russ.).
7. Miller J. Proaktivnoe myshlenie. Kak prostye voprosy mogut izmenit' vashu rabotu i zhizn' [QBQ! The question behind the question. Practicing Personal Accountability at Work and in Life]. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber, 2014 (In Russ.).
8. Tugushev R.Kh., Garber E.I. (eds.). Obshchaya psikhologiya: Uchebnik. Moscow: Eksmo, 2016 (In Russ.).
9. Morgunova N.V. Taim-menedzhment: Uchebnoe posobie. Vladimir: VIGU Publ., 2014 (In Russ.).
10. Naumova N.V. Neirobika kak zdorov'esberegayushchaya tekhnologiya v obrazovatel'nom protsesse. Moscow, 2015 (In Russ.).
11. Novoselov S.A. Dizain iskusstvennykh stikhov. Proekt Sergeya Novoselova. Yekaterinburg: RGPPU, 2013, pp. 283–323 (In Russ.).
12. Podymov N.A. Psikhologicheskie bar'ery v professional'noi deyatelnosti uchitelya: Diss. dokt. psikhol. nauk. Moscow, 1999. 390 p. (In Russ.).
13. Dubrovina I.V. (ed.). Psikhologiya: Uchebnik. 2nd ed. Moscow: Akademiya, 2012 (In Russ.).
14. Rozin V.M. Psikhologiya: Nauka i praktika: Uchebnoe posobie. Moscow: RGGU Publ.; Omega-L, 2015 (In Russ.).
15. Stolyarenko L.D. Psikhologiya: Uchebnik. Saint Petersburg: Lider, 2014 (In Russ.).
16. Symanyuk E.E. Psikhologicheskie bar'ery professional'nogo razvitiya lichnosti. Moscow: MPSI Publ., 2015 (In Russ.).
17. Polovinkin A.I., Popov V.V. (eds.). Tekhnicheskoe tvorchestvo: teoriya, metodologiya, praktika: entsiklopedicheskii slovar'-spravochnik. Moscow: Inform-sistema, 2015 (In Russ.).
18. Tikhomirov O.K. Psikhologiya: Uchebnik. Moscow: Vysshee obrazovanie, 2006 (In Russ.).
19. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i mal'kh grupp. Moscow, 2012, pp. 360–362 (In Russ.).
20. Khryashcheva N.Yu., Makshanov S.I. Trening kreativnosti. *Psikhogimnastika v treninge*. Saint Petersburg: Rech'; Institut treninga, 2014 (In Russ.).

Информация об авторах

Иванова Елена Сергеевна

кандидат педагогических наук, педагог-психолог, территориальная психолого-медико-педагогическая комиссия г. Тамбова, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3262-8471>, e-mail: iks56ikd5@gmail.com

Можейко Анна Вячеславовна

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий, территориальная психолого-медико-педагогическая комиссия г. Тамбова, заместитель директора, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3072-423X>, e-mail: avmozheyko@gmail.com

Паршукова Софья Викторовна

кандидат психологических наук, доцент, кафедра педагогики и психологии, Тамбовское областное государственное образовательное автономное учреждение дополнительного профессионального образования «Ин-

ститут повышения квалификации работников образования» (ТОИПКРО), г. Тамбов, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6815-0564>, e-mail: sofiapar@yandex.ru

Information about the authors

Elena S. Ivanova

PhD in Education, Teacher-Psychologist, Territorial Psychological-Medical-Pedagogical Commission of the Tambov city, Center for Psychological-Pedagogical, Medical and Social Assistance, Tambov, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3262-8471>, e-mail: iks56ikd5@gmail.com

Anna V. Mozheiko

PhD in Education, Docent, Head, Territorial Psychological-Medical-Pedagogical Commission of the Tambov city, Deputy Director, Center for Psychological-Pedagogical, Medical and Social Assistance, Tambov, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3072-423X>, e-mail: avmozheyko@gmail.com

Sofya V. Parshukova

PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology, Tambov Regional State Educational Autonomous Institution of Additional Professional Education “Institute for Advanced Studies of Educators”, Tambov, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6815-0564>, e-mail: sofiapar@yandex.ru

Получена 10.09.2022

Received 10.09.2022

Принята в печать 29.11.2022

Accepted 29.11.2022

Аксиологическая и личностно-ориентированная основа сотрудничества и взаимодействия субъектов образовательной среды

Axiological and Person-Oriented Basis for Cooperation and Interaction of Subjects of the Educational Environment

«Игробург»: коррекционно-развивающая программа по развитию высших психических функций у дошкольников с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов

Карманова М.Н.

Центр развития ребенка — детский сад № 57 «Одуванчик» г. Нерюнгри (МДОУ ЦРР — д/с «Одуванчик»),
г. Нерюнгри, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8440-8756>, e-mail: karmanova.81@bk.ru

Козырева Е.С.

Центр развития ребенка — детский сад № 57 «Одуванчик» г. Нерюнгри (МДОУ ЦРР — д/с «Одуванчик»),
г. Нерюнгри, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7398-2920>, e-mail: kozyreva.80@list.ru

В статье представлена программа, разработанная для обучения и воспитания детей-дошкольников с ОВЗ в условиях инклюзии. Она призвана решить проблему комплексного подхода, а также обучить родителей и педагогов конструктивному поведению и взаимодействию с детьми с ОВЗ в процессе игровой деятельности. В программе описана модель взаимодействия, которая позволяет учитывать индивидуально-типологические особенности детей и их компенсаторные возможности и четко сформулировать объективное заключение. Эффективность реализации программы оценивалась на основе выработанных критериев оценки достижения планируемых результатов: положительная динамика в состоянии ребенка; повышение психолого-педагогической компетентности родителей (анализ удовлетворенности); успешная интеграция ребенка в социальную и образовательную среду.

Ключевые слова: психолого-педагогическая помощь, конструктивное поведение, модель взаимодействия, компенсаторные возможности детей.

Для цитаты: Карманова М.Н., Козырева Е.С. «Игробург»: коррекционно-развивающая программа по развитию высших психических функций у дошкольников с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 3. С. 155–174. DOI:10.17759/bppe.2022190308

“Igroburg”: Correctional and Developmental Program on the Development of Higher Mental Functions in Preschoolers with Disabilities through the Interaction of Specialists

Maria N. Karmanova

Child Development Center — Kindergarten No. 57 “Oduvanchik”, Neryungri, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8440-8756>, e-mail: karmanova.81@bk.ru

Elena S. Kozyreva

Child Development Center — Kindergarten No. 57 “Oduvanchik”, Neryungri, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7398-2920>, e-mail: kozyreva.80@list.ru

The article presents a program developed for the education and upbringing of preschool children with disabilities in the context of inclusion. It is designed to solve the problem of an integrated approach, as well as to teach parents and teachers constructive behavior and interaction with children with disabilities in the process of playing activities. The program describes an interaction model that makes it possible to take into account the individual typological characteristics of children and their compensatory abilities and clearly formulate an objective conclusion. The effectiveness of the program implementation was assessed on the basis of the developed criteria for assessing the achievement of the planned results: positive dynamics in the child's condition; increasing the psychological and pedagogical competence of parents (satisfaction analysis); successful integration of the child into the social and educational environment.

Keywords: *psychological and pedagogical assistance, constructive behavior, interaction model, compensatory abilities of children.*

For citation: Karmanova M.N., Kozyreva E.S. “Igroburg”: Correctional and Developmental Program on the Development of Higher Mental Functions in Preschoolers with Disabilities through the Interaction of Specialists. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 3, pp. 155–174. DOI:10.17759/bppe.2022190308 (In Russ.).

Актуальнейшая проблема современного дошкольного образования — предоставление каждому ребенку равных стартовых возможностей для получения образования. Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного обучения и воспитания — удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития.

Согласно данным статистики, за последние годы выросло и продолжает расти число детей с ограниченными возможностями здоровья и функциональными заболеваниями среди дошкольников. А это значит, что все психическое развитие таких детей проходит в форме дизонтогенеза, нарушенного развития.

Значительную часть детей, прошедших ТПМПК и получивших статус «ребенок с ограниченными возможностями здоровья», составляют дети с задержкой психического развития (ЗПР).

Социально-психологическими особенностями детей с ЗПР являются:

- недостаточная познавательная активность;
- быстрая утомляемость и истощаемость;
- пониженная умственная работоспособность;
- низкий уровень развития высших психических функций;
- недостатки моторных навыков;
- низкий уровень самоконтроля и мотивации;
- дезадаптивные формы общения.

Именно поэтому в образовательном учреждении остается высокая потребность в тесном сотрудничестве всех специалистов при организации коррекционно-развивающей работы с данной категорией детей. Согласованность действий всех специалистов позволяет эффективно скорректировать имеющиеся нарушения в развитии высших психических функций (ВПФ), что помогает ребенку легко адаптироваться в дошкольной среде, успешно развиваться и обучаться.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) определяет достижение целей образовательной программы дошкольного образования через основной вид детской деятельности — игру.

Важность игры для детей дошкольного возраста отмечали еще педагоги прошлых веков. Первым, кто рассмотрел игру как важное средство для развития природных задатков ребенка с рождения, признал индивидуальность, и природные способности каждого ребенка, был известный немецкий педагог Фридрих Фребель. Он считал, что игра ребенка не есть пустая забава, она имеет высокий смысл и глубокое значение.

Основываясь на дидактической системе Ф. Фребеля, мы разработали коррекционно-развивающую программу по развитию ВПФ у дошкольников с ОВЗ, получившую название «Игробург». Ведь в процессе естественной для ребенка деятельности (игры) он, подобно строителю, выстраивает свой «город» (свою жизнь), начиная с главных домов, название которых соответствует важнейшим в развитии функциям: внимание, восприятие, память, мышление, воображение и речь.

Представленная модель взаимодействия позволяет учитывать индивидуально-типологические особенности детей, их компенсаторные возможности и четко сформулировать объективное заключение.

Коррекционно-развивающая деятельность представляет собой целостную систему, исполняющую диагностическую, коррекционно-развивающую и профилактическую функции.

Актуальность

Актуальность данной программы объясняется тем, что в настоящее время, большинство существующих программ, как правило, разработаны для реализации в условиях специализированных детских садов и групп компенсирующей направленности. Как известно, наилучший результат в работе с детьми с ОВЗ обеспечивает комплексный подход, который предусматривает взаимодействие всех специалистов. Их тесная взаимосвязь возможна при условии совместного планирования работы, при правильном и четком распределении задач каждого участника коррекционно-образовательного процесса, при осуществлении преемственности в работе и соблюдении единства требований, предъявляемых детям.

Данная программа разработана для обучения и воспитания детей с ОВЗ в условиях инклюзии и призвана решить проблему комплексного подхода, а также обучить родителей и педагогов конструктивному поведению и взаимодействию с детьми с ОВЗ в процессе игровой деятельности.

Цель: повышение эффективности психолого-педагогической помощи детям с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов ДОУ.

Задачи:

- разработать систему работы и формы взаимодействия специалистов в условиях дошкольной образовательной среды;
- развивать высшие психические функции, необходимые для осуществления познавательной деятельности, у дошкольников с ОВЗ;
- формировать личностные компоненты познавательной деятельности: мотивацию, самостоятельность, произвольность и саморегуляцию;
- оказывать консультативную и профилактическую помощь родителям и педагогам детей с ОВЗ.

Структура и содержание программы

Программа рассчитана на один учебный год и делится на 3 этапа.

1. *Диагностический этап* (сентябрь): диагностическое обследование детей специалистами для выявления актуального уровня речевого и психического развития (Стребелева Е.А.); анализ полученных результатов, разработка индивидуального образовательного маршрута на каждого ребенка.

2. *Коррекционно-развивающий этап* (октябрь — апрель): осуществление коррекционно-развивающей работы с детьми в соответствии с тематическим планированием по 6 функциональным модулям («Восприятие», «Внимание», «Память», «Речь», «Мышление», «Воображение»).

3. *Аналитический этап* (май): оценка результатов коррекционно-развивающей работы.

Разработан календарный план, в соответствии с которым планируют и организуют коррекционную работу все специалисты, работающие с данной группой детей.

Для каждого модуля разработана картотека коррекционно-развивающих игр, которые решают одновременно несколько коррекционных задач и могут быть использованы любым специалистом ДОУ и родителями ребенка с ОВЗ.

Один раз в квартал с детьми по возрастным параллелям проводится итоговое занятие с привлечением всех специалистов. Разработаны технологические карты. Такие занятия имеют мотивационную, диагностическую и развивающую направленность.

Программой предусмотрена работа со всеми участниками образовательного процесса.

Формы работы с участниками образовательного процесса

Участники образовательного процесса	Формы работы
Дети с ОВЗ	Диагностическое обследование; индивидуальные занятия со специалистами; подгрупповые занятия со специалистами; итоговые совместные занятия со специалистами (ежеквартально); интервьюирование.
Родители (законные представители)	Беседы, консультации, буклеты; анкетирование; семинары-практикумы; педагогическая гостиная; квесты; тренинги; информирование в социальных сетях; «почтовый ящик».
Педагоги ДОУ	Беседы, консультации; семинары-практикумы; педагогические мастерские; «творческая лаборатория».

Календарный план работы с детьми

Функциональный модуль	Формы организации работы	Цели	Сроки
«Восприятие»	Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие занятия со специалистами	развитие целостного, зрительного и осязательного восприятия, пространственной и временной ориентировки	октябрь
«Внимание»	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития восприятия и внимания; развитие мелкой и общей моторики	ноябрь
	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития восприятия и внимания; развитие мелкой и общей моторики	ноябрь
«Память»	Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие занятия со специалистами	развитие слуховой, зрительной и тактильной памяти, увеличение объема кратковременной памяти	декабрь
«Речь»	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития памяти и речи; развитие мелкой и общей моторики	февраль
	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития памяти и речи; развитие мелкой и общей моторики	февраль
«Мышление»	Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие занятия со специалистами	развитие логического, наглядно-действенного, наглядно-образного мышления, межполушарного взаимодействия	март
«Воображение»	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития мышления и воображения; развитие мелкой и общей моторики	апрель
	Итоговое совместное занятие со специалистами	повышение уровня развития мышления и воображения; развитие мелкой и общей моторики	апрель

Примерный план итоговых совместных занятий со специалистами

Уч. год	Тема занятия	Коррекционно-развивающие задачи	Сроки
1	«Путешествие по временам года»	Развивать познавательную активность детей. Развивать зрительное внимание. Развивать восприятие формы и цвета, целостное восприятие и временные представления. Воспитывать дружеские отношения между детьми, умение работать в группе, договариваться. Поощрять инициативу детей. Развивать способность к эмпатии. Развивать артикуляционную и мелкую моторику. Активизировать словарь. Развивать диалогическую форму речи, связную речь.	ноябрь
	«Речевая лаборатория»	Развивать артикуляционную и мелкую моторику. Активизировать словарь.	февраль

		<p>Развивать диалогическую форму речи, связную речь. Развивать зрительную память. Воспитывать умение работать в группе, договариваться. Поощрять инициативу детей.</p>	
	«Курсы юных поварят»	<p>Развивать познавательную активность детей. Формировать умение выявлять логические закономерности. Развивать воображение, слуховое внимание. Формировать конструктивные навыки. Закреплять навыки счета и умение соотносить число и цифру. Формировать умение анализировать процесс и результаты собственной деятельности. Активизировать словарь. Развивать диалогическую форму речи. Развивать мелкую моторику. Повышать интерес к техническому творчеству.</p>	апрель
2	«Морские приключения»	<p>Развивать познавательную активность детей. Развивать зрительное и пространственное восприятие. Развивать зрительное и слуховое внимание. Совершенствовать конструктивные навыки. Развивать артикуляционную и мелкую моторику. Активизировать словарь. Совершенствовать связную речь. Развивать коммуникативные навыки. Развивать способность к эмпатии.</p>	ноябрь
	«Карик и Валя в стране насекомых»	<p>Повышать познавательную активность детей. Развивать тактильную память. Формировать навыки программирования. Развивать диалогическую речь, речевое дыхание, активизировать словарь. Повышать уровень развития общей и мелкой моторики, зрительно-моторной координации. Воспитывать умение работать в группе, учить сопереживать.</p>	февраль
	«Вообража-риум»	<p>Развивать познавательный интерес. Развивать воображение, творческие навыки. Формировать умение определять логические связи, обобщать. Развивать артикуляционную и мелкую моторику. Активизировать словарь. Совершенствовать связную речь. Развивать коммуникативные навыки.</p>	апрель
3	«Музыкальная мозаика»	<p>Развивать познавательный интерес детей. Развивать слуховое внимание при восприятии тихих и громких, низких и высоких звуков. Развивать артикуляционную, общую и мелкую моторику. Активизировать словарь. Развивать умение переключать и распределять внимание. Продолжать работу над четкостью дикции, интонационной выразительностью речи. Развивать тембровую окраску голоса.</p>	ноябрь

«Путешествие по логостране»	Повышать речевую активность детей. Развивать слухоречевую память. Активизировать словарь. Повышать уровень развития общей и мелкой моторики, зрительно-моторной координации. Совершенствовать навыки звукового анализа и синтеза. Способствовать практическому овладению простыми и основными сложными предложениями.	февраль
«Интеллектуальная спартакиада»	Развивать воображение, творческие навыки. Закреплять умение классифицировать и обобщать, определять последовательность, сравнивать. Развивать общую и мелкую моторику. Закреплять умение находить 4-й лишний предмет и объяснить выбор. Активизировать словарь.	апрель

Календарный план работы с родителями

Функциональный модуль	Формы организации работы	Цели	Сроки
	Индивидуальное консультирование по результатам диагностики	Информирование родителей об уровне актуального развития ребенка с ОВЗ.	сентябрь
«Восприятие»	Мероприятие для родителей	Повышение компетентности родителей в воспитании дошкольников с ОВЗ.	октябрь
«Внимание»	Анкетирование	Выявление уровня осведомленности родителей в вопросах воспитания дошкольников с ОВЗ.	ноябрь
«Память»	«Почтовый ящик»	Получение обратной связи от родителей.	декабрь
«Речь»	Мероприятие для родителей	Повышение компетентности родителей в воспитании дошкольников с ОВЗ.	январь — февраль
«Мышление»	Информационные буклеты		март
«Воображение»	Совместное занятие специалистов с родителями и детьми	Повышение компетентности родителей и формирование навыков взаимодействия с детьми с ОВЗ	апрель.
	Индивидуальное консультирование по результатам диагностики	Информирование родителей о динамике развития ребенка с ОВЗ.	май

Календарный план работы с педагогами

Функциональный модуль	Формы организации работы	Цели	Сроки
	Индивидуальное консультирование по результатам диагностики	Информирование педагогов об уровне актуального развития ребенка с ОВЗ.	сентябрь

«Восприятие»	Семинар-практикум для педагогов	Повышение компетентности педагогов в развитии дошкольников с ОВЗ.	октябрь
«Внимание»	Информационные буклеты		ноябрь
«Память»	Беседа, консультация		декабрь
«Речь»	Творческая лаборатория		январь — февраль
«Мышление»	Анкетирование		март
«Воображение»	Педагогическая мастерская		апрель.
	Индивидуальное консультирование по результатам диагностики	Информирование педагогов о динамике развития ребенка с ОВЗ.	май

Требования к специалистам

Педагоги, работающие с детьми с ОВЗ, обладают высоким уровнем профессиональной компетентности:

- знают основы коррекционной педагогики и специальной психологии;
- имеют четкое представление об особенностях психофизического развития детей с ОВЗ;
- владеют принципами, формами, методами и средствами обучения и воспитания дошкольников с ОВЗ, методиками и технологиями организации образовательного и реабилитационного процесса для таких детей;
- умеют результативно формировать знания, умения и навыки в соответствии с применяемой образовательной программой.

Ожидаемые результаты реализации программы

Модуль	Планируемые результаты
<i>3–4 года</i>	
Восприятие	Называет 4 основных цвета, 2 формы (круг, квадрат), различает понятия «один — много», «большой — маленький», строит 3 игрушки по росту. Собирает «коробку форм» с помощью практического примеривания. Узнает контрастные времена года (зима — лето). Называет части тела, показывает правую и левую руку.
Внимание	Непроизвольное. Объем внимания 3–4 предмета, устойчивость 5–7 мин.
Память	Объем зрительной памяти 3–4 предмета. Формируется слухоречевая память.
Речь	Проявляет речевую активность, вступает в контакт, понимает названия действий и предметов; может показать части тела и лица, понимает двухступенчатую инструкцию; общается с помощью 2–3-словных предложений не нарушает слоговую структуру двухсложных слов;
Мышление	Мышление наглядно-действенное. Усваивает элементарные сведения о мире людей, природе, об окружающих предметах, складывается первичная картина мира. Группирует и классифицирует хорошо знакомые предметы. Устанавливает элементарные причинно-следственные связи.
Воображение	Репродуктивное с элементами творческого
<i>4–5 лет</i>	
Восприятие	Различает и называет 6 цветов, 3 основных формы, ориентируется в понятиях «большой — маленький», «высокий — низкий», «толстый — тонкий» и т. д. Собирает «коробку форм». Знает контрастные времена года (зима — лето). Определяет части суток, связывая их с режимными моментами.

Внимание	Объем 4–5 предметов, устойчивость 10–12 минут. Развивается произвольное переключение.
Память	Объем зрительной памяти 4–5 предметов, учится запоминать на слух ряд слов.
Речь	Активизация в речи существительных, глаголов, прилагательных по лексическим темам, сформировано понимание простых предлогов. Умеют образовывать и использовать в речи существительные с уменьшительно — ласкательными суффиксами. Передает рисунок двухсложных и трехсложных слов. Повторяет за взрослым описательный рассказ из 2–3 предложений. Пересказывает знакомые сказки со зрительной опорой.
Мышление	Способен описать предмет по признакам, найти лишнее, обобщить простые понятия, классифицировать. Учится считать до 5 (на основе наглядности), осваивает порядковый счет.
Воображение	Репродуктивное с элементами творческого
<i>5–6 лет</i>	
Восприятие	На основе зрительной ориентировки подбирает предметы по форме, величине, называет все цвета спектра (6–8 цветов), геометрические фигуры. Соотносит временные события (утро, день, вечер, ночь), называет времена года и некоторые их признаки.
Внимание	Объем 5–6 предметов, устойчивость 15–20 минут.
Память	Объем зрительной памяти 5–6 предметов, слухоречевой 2–3 слова.
Речь	Использует в речи синонимы и антонимы. Образовывает относительные и притяжательные прилагательные. Умеет составлять простые предложения по вопросам, по картинке и по демонстрации действия. Сформированы навыки слогового анализа одно- и двухсложных слов. Выделяет заданный звук из ряда звуков. Составляет рассказы-описания.
Мышление	Продолжает усваивать сведения о мире людей, природе, об окружающих предметах. Осваивает порядковый счет в пределах 10, выделяет из множества в пределах 5-ти, решает простые устные задачи. Сравнивает предметы, классифицирует и обобщает распространенные группы предметов.
Воображение	Репродуктивное с элементами творческого. Может придумать историю по картинке.
<i>6–7 лет</i>	
Восприятие	Различает и называет цвета и оттенки, основные геометрические фигуры, величины. Ориентируется в окружающем пространстве и на плоскости. Определяет и называет временные отношения.
Внимание	Внимание произвольное. Объем внимания 6–7 предметов, устойчивость 20–25 мин. Способен к произвольному переключению и распределению внимания.
Память	Память произвольная. Объем зрительной и слуховой памяти 6–7 предметов.
Речь	Владеет простыми и основными сложными предложениями, использует в речи числительные, местоимения, наречия, причастия. Осуществляет слоговой анализ и синтез слов разной слоговой структуры. Разгадывает ребусы. Пересказывает небольшие рассказы. Составляет рассказы по серии картин и по картине.
Мышление	Любознателен, любит экспериментировать, способен в процессе познавательно-исследовательской деятельности понимать проблему. Классифицирует и обобщает понятия, сравнивает, пытается анализировать.

	Устанавливает простейшие зависимости между объектами, связи и отношения между целым множеством и различными его частями. Считает до 10. Называет числа в прямом (обратном) порядке в пределах 10. Соотносит цифру и количество предметов, решает логические задачи.
Воображение	Воображение творческое. Способен сам придумать сказку, рисунок, постройку.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

- положительная динамика в состоянии ребенка;
- повышение психолого-педагогической компетентности родителей (анализ удовлетворенности);
- успешная интеграция ребенка в социальную и образовательную среду.

Сведения о практической апробации программы

Данная программа была апробирована в течение двух лет (2019–2020, 2020–2021 уч. год) на базе МДОУ ЦРР — д/с № 57 «Одуванчик». Экспериментальная группа: 12 человек.

Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

По результатам диагностики по методике Е.А. Стребелевой у всех детей наблюдается положительная динамика (рис. 1, 2).

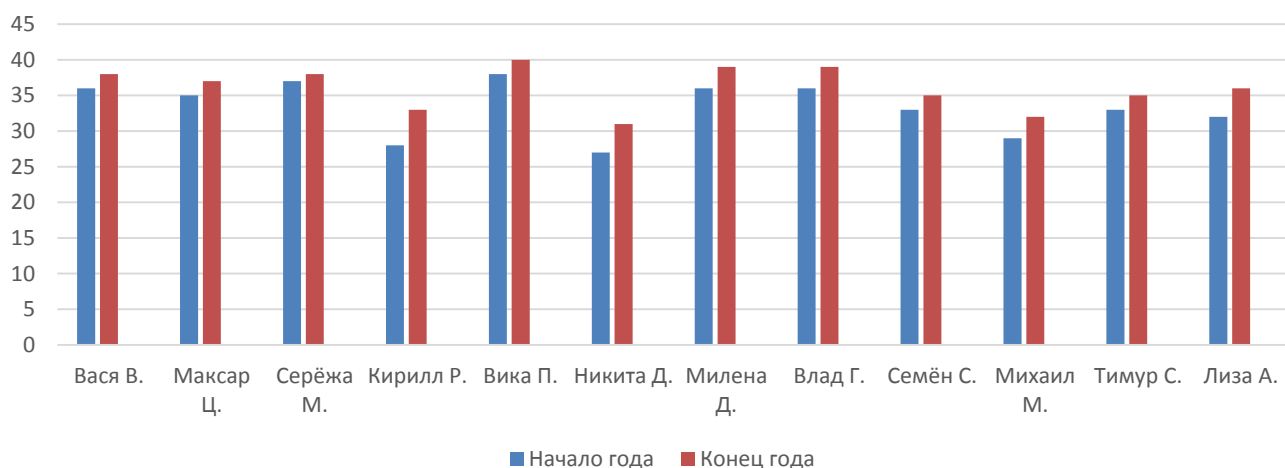


Рис. 1. Результаты диагностики в 2019–2020 уч. г.

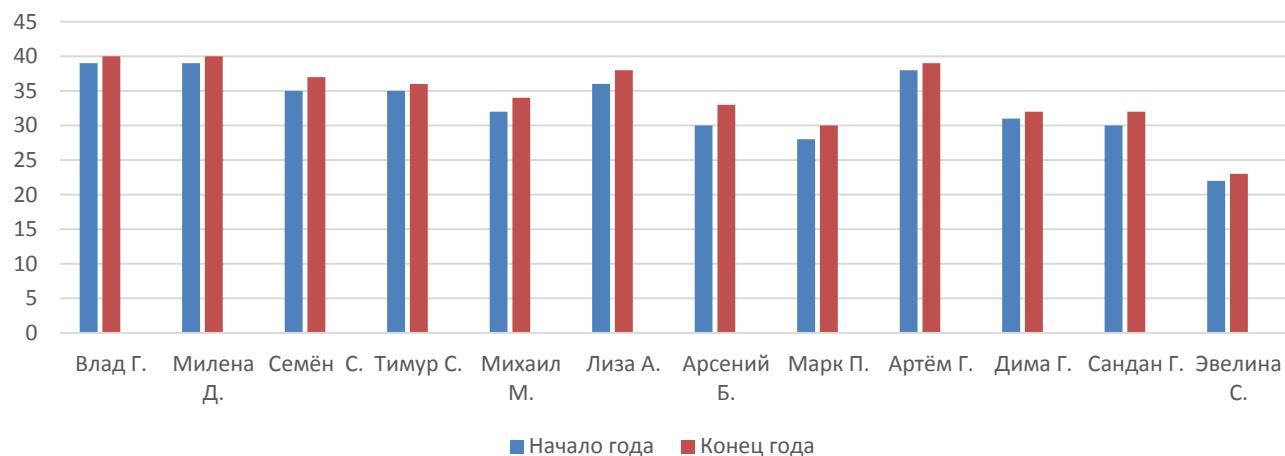


Рис. 2. Результаты диагностики в 2020–2021 уч. г.

Образцы коррекционно-развивающих игр

Игра «Ателье».

Оборудование: «Дары Фребеля» (набор №10) или любые пуговицы, карточки с изображением силуэтов одежды.

Задачи:

- развитие математических навыков;
- развитие слухового восприятия и внимания;
- закрепление умения соотносить цвета;
- активизация и расширение словаря по лексической теме «Одежда».

Содержание игры.

Игровая ситуация: «Сегодня мы будем помогать работникам ателье. Нам необходимо правильно пришить пуговицы к одежде».

Уровень 1. Детям необходимо положить на силуэт подходящие по цвету пуговицы в количестве, указанном педагогом.

Уровень 2. Дети кладут пуговицы в соответствии с количеством услышанных хлопков.

Уровень 3. Необходимо положить пуговицы в соответствии с инструкцией (на 1 больше, чем слышали хлопков; на 1 меньше, чем хлопков, и т. д.).

Игра «Парочки в рукаве».

Оборудование: «Дары Фребеля» (набор J1) или любые геометрические фигуры, рукав, карточки с недостающим предметом.

Задачи:

- развитие тактильного и зрительного восприятия;
- развитие мелкой моторики;
- развитие межполушарного взаимодействия;

Содержание игры.

Игровая ситуация: «В лабиринте потерялись фигуры, давай найдем каждому пару».

Уровень 1. Ребенку предлагается найти в рукаве любую фигуру, назвать ее, а потом найти ей пару.

Уровень 2. Ребенку необходимо найти пару одинаковых фигур. Задание выполняется двумя руками одновременно.

Уровень 3. В рукаве необходимо найти фигуры, которых не хватает на предложенных карточках.

Образец технологической карты итогового занятия

Тема: «Морские приключения».

Возраст детей: старший дошкольный возраст (5–6 лет).

Форма организации — совместная образовательная деятельность с дошкольниками с ОВЗ.

Образовательная область: «познавательное развитие».

Интеграция образовательных областей: «речевое развитие», «социально-коммуникативное развитие».

Цель: развитие высших психических функций у дошкольников с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов.

Задачи:

1. Познавательное развитие:

- развивать познавательную активность детей;
 - формировать умение выявлять логические закономерности;
 - развивать зрительное и пространственное восприятие;
 - развивать внимание, мышление;
 - совершенствовать конструктивные навыки.
2. Речевое развитие:
- развивать артикуляционную и мелкую моторику;
 - активизировать словарь;
 - совершенствовать связную речь;
 - развивать длительный плавный выдох.
3. Социально-коммуникативное развитие:
- воспитывать умение работать в группе;
 - поощрять инициативу детей;
 - развивать способность к эмпатии.

Место проведения: кабинет специалиста.

Материалы и оборудование: игровые наборы Ф. Фребеля №№ 7, 8, 10, J1, видеофильм, карточки-схемы с изображением рыб, силуэты морских обитателей, песочный стол, коктейльные трубочки, карточки «Продолжи ряд», Фонограмма песни Е. Железновой «Ветер дует», деревянный ящик с прорезью, емкость с водой, окрашенной в синий цвет, иллюстрация с изображением морского дна и его обитателей, стакан, фигурка дайвера.

Технологическая карта

Этап мероприятия	Задачи этапа	Средства, которые использует педагог	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников	Результат
<i>Мотивационно-побудительный этап</i>	Пробуждение положительно-эмоционального настроения.	Загадка, стихотворение о море.	Здороваются с детьми, интересуются их настроением. Загадывают загадку, побуждают к деятельности. Методы, приемы: художественное слово.	<i>Коммуникативная</i> Отгадывают загадку.	Создание дружелюбной атмосферы, позитивного настроения.

<p><i>Организа- ционно-поис- ковый этап.</i> Поисковая часть</p>	<p>Актуализация знаний Постановка и принятие деть- ми цели меро- приятия</p>	<p>Видео- фильм о море и мор- ских обита- телях</p>	<p>Приглашают детей к обсу- ждению, По- ощряют вы- сказывания детей. Методы, при- емы: беседа, демонстра- ция.</p>	<p><i>Познаватель- но-исследова- тель- ская, комму- никативная.</i> Смотрят видео- фильм. Участ- вуют в обсужде- нии, высказы- вают свое мнение, основываясь на имеющихся представлениях.</p>	<p>Расширение и уточнение знаний о морских обита- телях, развитие связной речи.</p>
<p>Практическая часть</p>	<p>1. Развитие конструктивных навыков, про- странственного восприятия, закрепление знаний о фигу- рах и цветах</p>	<p>Набор Фре- беля №7, карточки- схемы с изображе- нием рыб</p>	<p>Предлагают спасти рыбку, собрать ее из геометриче- ских фигур по образцу. Методы, при- емы: объяс- нение, моде- лирование.</p>	<p><i>Игровая, комму- никативная</i> Выполняют за- дание педагога, ориентируясь на образец.</p>	<p>Развитие умения работать по об- разцу</p>
	<p>2. Развитие зрительного восприятия, внимания</p>	<p>Набор Фре- беля J1, си- луэты мор- ских обита- телей</p>	<p>Предлагают детям разгля- деть морских обитателей, запутавшихся в водорослях. Создают про- блемную си- туацию. Методы, при- емы: беседа, упражнение.</p>	<p><i>Игровая, комму- никативная</i> Участвуют в диалоге, выпол- няют упражне- ние.</p>	<p>Развитие эмпа- тии, внимания и зрительного вос- приятия; умение разрешать про- блемные ситуа- ции.</p>
	<p>3. Развитие длительной на- правленной воздушной струи и мелкой моторики, ло- гического мышления</p>	<p>Набор Фре- беля №10, песочный стол, кок- тейльные трубочки, карточки «Продолжи ряд»</p>	<p>Создают про- блемную си- туацию. Предлагают найти сокро- вища, поте- рянные пира- тами. Методы, при- емы: само- стоятельная работа, объ- яснение.</p>	<p><i>Познаватель- но-исследова- тель- ская, игровая</i> Находят в песке «драгоценно- сти», раздувая песок при помо- щи коктейльной трубочки, про- должают пред- ложенные логи- ческие ряды.</p>	<p>Развитие органов дыхания, мелкой моторики, логиче- ского мышления</p>

Физминутка	Развитие координации движений, чувства ритма, слухового внимания	Фонограмма песни Е. Железновой «Ветер дует»	Совместно с детьми выполняют двигательные упражнения под музыку Методы, приемы: упражнение.	<i>Двигательная, музыкальная</i> Выполняют логоритмические упражнения по показу педагогов.	Снятие психоэмоционального и мышечного напряжения.
Практическая часть	4. Развитие связной речи, активизация словаря, закрепить восприятие цвета и величины	Набор Фребеля №8, деревянный ящик с прорезью	Предлагают спасти осьминога, накормив акулу «червячками». Методы, приемы: дидактическая игра.	<i>Коммуникативная, игровая</i> Из предложенных цветных палочек выбирают те, которые соответствуют описанию педагогов.	Формирование умения употреблять существительные и прилагательные в форме ед. ч., т. п., развитие связной речи.
	5. Обобщение знаний о морских обитателях.	Емкость с водой, окрашенной в синий цвет, иллюстрация с изображением морского дна и его обитателей, стакан, фигурка дайвера.	Предлагают детям исследовать морское дно, двигая стаканом по дну емкости. Методы, приемы: эксперимент, познавательная беседа.	<i>Познавательная, исследовательская</i> Участвуют в эксперименте, называют обнаруженных морских обитателей.	Закрепление знаний о море и его обитателях, расширение словаря: «дайвер», «акваланг», «дайвинг».
<i>Рефлексивно-корректирующий этап</i>	Подведение итогов деятельности, систематизация знаний, обобщение полученного опыта.		Организуют осмысление совместной деятельности с помощью вопросов. Методы, приемы: беседа.	<i>Коммуникативная.</i> Обобщают, делятся впечатлениями.	Формирование умения анализировать процесс и результаты собственной деятельности.

Семинар-практикум «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в познавательном развитии дошкольников с ОВЗ»

Цель: повышение эффективности коррекционно-образовательного процесса в работе с детьми с ОВЗ.

Задачи:

- расширить и уточнить знания педагогов о психолого-педагогических особенностях детей с ОВЗ;
- познакомить с активными формами и методами работы с данной группой детей;

- активизировать творческие способности педагогов.

Время проведения: 35–40 мин.

Ведущие: учитель-логопед / учитель-дефектолог, педагог-психолог.

Участники: педагоги.

Необходимое оборудование:

- «Дары Фребеля»;
- песочный стол;
- формы для игры «Пицца», карточки с рецептами;
- емкости разной формы и цвета;
- игровые поля с признаками времен года.

Ход работы.

Теоретическая часть.

Как известно, большую роль в развитии детей с ОВЗ играет игра, и наилучший результат коррекционно-развивающей работы обеспечивает комплексный подход.

Основываясь на дидактической системе Ф. Фребеля (который одним из первых заговорил о важности игры в развитии дошкольника), мы разработали такую систему работы, которая позволяет не только скорректировать имеющиеся недостатки в психическом развитии детей с ОВЗ, но и способствует их дальнейшему развитию.

Целью нашей программы является повышение эффективности психолого-педагогической помощи детям с ОВЗ посредством взаимодействия специалистов. Данная цель реализуется через ряд задач, а именно:

- разработать систему работы и формы взаимодействия специалистов в условиях дошкольной образовательной среды;
- развивать высшие психические функции, необходимые для осуществления познавательной деятельности у дошкольников с ОВЗ;
- формировать личностные компоненты познавательной деятельности: мотивацию, самостоятельность, произвольность и саморегуляцию;
- оказывать консультативную и профилактическую помощь родителям и педагогам детей с ОВЗ.

Название нашей программы «Игробург» выбрано неслучайно. В процессе естественной для ребенка деятельности (игры) он, подобно строителю, выстраивает свой «город» (свою жизнь), начиная с главных домов, название которых соответствует важнейшим в развитии функциям: внимание, восприятие, память, мышление, воображение и речь.

Расскажем о нашей программе, ответив на два вопроса.

Первый вопрос: как играть?

И ответ однозначный — вместе. Обязательным условием в работе с данной группой детей является комплексный подход, предусматривающий взаимодействие всех специалистов.

Мы разработали единый календарный план, в соответствии с которым планируем и организуем свою работу.

Кроме того, ежеквартально проводим совместные игровые занятия. Такие занятия имеют мотивационную, диагностическую и развивающую направленность. Соответственно, разработаны технологические карты занятий по различным темам: «Путешествие по временам года», «Курсы юных поварят», «Речевая лаборатория» и др.

Второй вопрос: во что играть?

Для каждого «дома» создана картотека игр, которые отвечают двум основным критериям:

- многозадачность — детей с ОВЗ отличает быстрая истощаемость, а значит, в одной игре мы должны решать как можно большее количество коррекционно-развивающих задач;
- универсальность — заключается в том, что все игры имеют несколько уровней сложности (учет индивидуальных особенностей), а также в возможности адаптировать их под задачи конкретного специалиста и имеющееся оборудование.

Результативность нашей программы доказана на практике: дети с удовольствием идут на занятия к специалистам (ведь они идут играть), принимают участие в конкурсах, олимпиадах, соревнованиях и по результатам диагностики все, без исключения, показывают положительную динамику в развитии.

Практическая часть.

Опишем некоторые разработанные нами игры.

Игра «Строители».

Оборудование: песочный стол или емкость с любым сенсорным материалом; «Дары Фребеля» (№№ 5, 5В, 6, J1) или любой строительный материал.

Задачи:

- развитие воображения и конструктивного мышления;
- развитие пространственной ориентировки;
- совершенствование тактильного восприятия и мелкой моторики.

Содержание игры.

Игровая ситуация: «Песчаная буря разрушила целый город. Давайте поможем жителям восстановить его».

Уровень 1. Детям предлагается достать из песка блоки и построить дома по образцу педагога.

Уровень 2. Строят дома по «заказу» жителей: одноэтажные, двухэтажные и т. д.

Уровень 3. Дети строят дома по замыслу, располагая их в разных частях песочного стола (вверху слева, за одноэтажным домом, между домом с синей крышей и красным домом и т. д.).

Игра «Пицца».

Оборудование: «Дары Фребеля» (набор №7), форма для пиццы, карточки с рецептами.

Задачи:

- развитие внимания и воображения;
- развитие слухового восприятия и восприятия формы;
- закрепление математических навыков;
- развитие мелкой моторики.

Содержание игры.

Игровая ситуация: «Сегодня мы с тобой отправимся на кухню и будем учиться печь пиццу».

Уровень 1. Ребенку предлагается приготовить пиццу по рецепту (карточке), используя подходящие по форме геометрические фигуры.

Уровень 2. Необходимо приготовить пиццу по речевой инструкции, например: «Положи 3 кусочка колбасы, сыра — на 1 кусочек больше, чем колбасы, а огурцов — на 2 кусочка меньше, чем сыра».

Уровень 3. Ребенку предлагается придумать свой рецепт пиццы и дать ему название.

Игра «Времена года».

Оборудование: «Дары Фребеля» (набор №7), игровое поле с признаками времен года.

Задачи:

- развитие внимания (переключаемость и концентрация);

- развитие восприятия времен года;
- уточнение и расширение словаря по лексической теме;
- развитие мышления (классификация).

Содержание игры.

Игровая ситуация: «Времена года перепутали свои признаки, давай поможем им разобраться».

Уровень 1. Ребенку предлагается закрыть синими кругами признаки зимы.

Уровень 2. Нужно закрыть желтыми квадратами признаки осени, а зелеными треугольниками — весны.

Уровень 3. Ребенку необходимо закрыть признаки лета — красными кругами, зимы — синими кругами, весны — зелеными треугольниками, осени — желтыми квадратами. Дается зрительная опора.

Игра «В аптеке».

Оборудование: «Дары Фребеля» (набор №10), емкости разной формы с цветными крышечками.

Задачи:

- развитие слухоречевой памяти;
- развитие восприятия формы, цвета;
- развитие мыслительных навыков;
- развитие мелкой моторики.

Содержание игры.

Игровая ситуация: «Доставщик уронил коробку с таблетками, и они все перемешались. Давай поможем работникам аптеки разложить все по своим местам».

Уровень 1. Нужно спрятать фишки в емкости подходящего им цвета.

Уровень 2. Ребенку предлагается спрятать незеленые фишки, в неквадратную баночку (перед ребенком фишки 2-х цветов (зеленые и красные) и емкости (квадратная и прямоугольная).

Уровень 3. Ребенку необходимо положить не синие и не зеленые фишки в не прямоугольную и не розовую баночку (синие, зеленые, оранжевые фишки и баночки — квадратные с зеленой и розовой крышкой, прямоугольные с синей и розовой крышкой).

Теперь предлагаем перейти к работе в группах. Разделитесь на 2 команды и попробуйте сами придумать и презентовать игры с наборами Фребеля по образцу наших игр.

Образец рекомендаций для родителей детей с ОВЗ.

«Нетрадиционные формы развития у детей высших психических функций»

Уважаемые родители! Предлагаем вам поиграть дома с ребенком в следующие игры.

Игра «Гусеница».

Задачи:

- развитие мелкой моторики,
- развитие пространственного восприятия,
- расширение словарного запаса и общей осведомленности,
- формирование направленной воздушной струи.

Ребенку предлагается изготовить из бумаги гусеницу, сгибая лист гармошкой. А потом, заставить ее двигаться с помощью трубочек (дую на них). Можно спросить, как выглядят гусеницы, где живут, что едят; можно задать им направление: «помоги гусенице добраться до правого верхнего угла стола и т. д.» (по углам разложить листочки).

Игра «Симметричное рисование».

Задачи:

- развитие межполушарного взаимодействия;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации;
- развитие пространственного восприятия и внимания;
- формирование произвольности.

Ребенку предлагается *одновременно двумя руками* нарисовать либо украсить картинки, фигуры:

- рисовать симметричные дорожки, узоры, фигуры на бумаге;
- рисовать то же самое на мольберте;
- выкладывать узоры из мелких камушков, пуговиц на силуэте бабочки, елочки и т. д.;
- выкладывать узоры из цветных шнурков.

Игра «Солдатики».

Задачи:

- развитие слухоречевой памяти, внимания;
- развитие пространственного восприятия, отработка пространственных предлогов;
- закрепление порядкового счета, восприятия цвета;
- снятие мышечного напряжения.

Ребенку предлагается выполнять команды взрослого с постепенным усложнением.

1. Положи красный мяч под синюю подушку.
2. Положи желтый мяч на зеленый кубик, а фиолетовый мяч под желтый стол.
3. Положи зеленый мяч между синей и зеленой машинками, а белый мяч справа от желтого стола.
4. Положи черный мяч перед коричневым мишкой, красный мяч слева от синего автомобиля, а оранжевый мяч за белый стул и т. д.

(В игре используются разноцветные шарики, мячики и любые цветные предметы в интерьере (игрушки, мебель и т. д.)

Упражнение «Ножницы с предметом».

Задачи:

- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации;
- развитие внимания, усидчивости;
- закрепление умения работать с ножницами.

Вам понадобятся ножницы, двусторонний скотч и маленькие цветные картинки (размером 1х1 см). Это могут быть изображения собачки, мячика, машинки, зайки, птички и т. д. Ребенку нужно выбрать маленькую картинку и прикрепить ее при помощи скотча к ножницам на верхнее ребро. Затем, нужно найти подходящее поле для своей картинки (ворота, будка, гараж, нора и т. д.) и выполнить задание, разрезая его по линии (прямой, волнистой, зигзагообразной и т. д.):

- забить гол в ворота;
- помочь зайке добраться до дома;
- помочь собаке найти будку;
- помочь машинке заехать в гараж;
- залететь птичке в гнездо и т. д.

Эти игры вызовут у ребенка интерес и помогут в развитии сразу нескольких психических функций. А также дети получают возможность провести время с родителями.

Литература

1. Кутелова Е.Н. Опыт взаимодействия специального (коррекционного) и общего образования в условиях инклюзивной практики [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2011. Том 16. № 1. С. 103–112. URL: <https://psyjournals.ru/psyedu/2011/n1/39891.shtml> (дата обращения: 27.10.2021).
2. Подготовка к школе детей с задержкой психического развития. Книга 1 / Под общ. ред. С.Г. Шевченко. М.: Школьная Пресса, 2003. 96 с.
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 (ред. от 21.01.2019) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» [Электронный ресурс] // КонсультантПлюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_318172/ (дата обращения: 27.10.2021).
4. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью / Баряева Л.Б. и др. СПб: СОЮЗ, 2003. 320 с.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс] // КонсультантПлюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/ (дата обращения: 27.10.2021).
6. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ [Электронный ресурс] // КонсультантПлюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_433436/ (дата обращения: 27.10.2021).
7. Федеральный закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ [Электронный ресурс] // КонсультантПлюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_433295/ (дата обращения: 27.10.2021).

References

1. Kutepova E.N. Opyt vzaimodeistviya spetsial'nogo (korrektsionnogo) i obshchego obrazovaniya v usloviyakh inklyuzivnoi praktiki [Experience of Interaction between Special (Correctional) and General Education in the Context of Inclusive Practices] [Elektronnyi resurs]. Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education, 2011. Vol. 16, no. 1, pp. 103–112. URL: <https://psyjournals.ru/psyedu/2011/n1/39891.shtml> (Accessed 27.10.2021). (In Russ.).
2. Shevchenko S.G. (ed.). Podgotovka k shkole detei s zaderzhkoi psikhicheskogo razvitiya. Kniga 1. Moscow: Shkol'naya Pressa, 2003. 96 p. (In Russ.).
3. Prikaz Ministerstva obrazovaniya i nauki Rossiiskoi Federatsii ot 17.10.2013 g. No. 1155 (red. ot 21.01.2019) "Ob utverzhdenii federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta doshkol'nogo obrazovaniya" [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tantPlyus*. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_318172/ (Accessed 27.10.2021). (In Russ.).
4. Baryaeva L.B. et al. Programma vospitaniya i obucheniya doshkol'nikov s intellektual'noi nedostatochnost'yu. Saint Petersburg: SOYuZ, 2003. 320 p. (In Russ.).
5. Rasporyazhenie Pravitel'stva Rossiiskoi Federatsii ot 29 maya 2015 g. No. 996-r "Ob utverzhdenii Strategii razvitiya vospitaniya v Rossiiskoi Federatsii na period do 2025 goda" [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tantPlyus*. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/ (Accessed 27.10.2021). (In Russ.).
6. Federal'nyi zakon "Ob obrazovanii v Rossiiskoi Federatsii" ot 29 dekabrya 2012 goda No. 273-FZ [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tantPlyus*. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_433436/ (Accessed 27.10.2021).
7. Federal'nyi zakon RF "Ob osnovnykh garantiyakh prav rebenka v Rossiiskoi Federatsii" ot 24 iyulya 1998 goda No. 124-FZ [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tantPlyus*. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_433295/ (Accessed 27.10.2021).

Информация об авторах

Карманова Мария Николаевна

педагог-психолог, Центр развития ребенка — детский сад № 57 «Одуванчик» г. Нерюнгри (МДОУ ЦРР — д/с «Одуванчик»), г. Нерюнгри, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8440-8756>, e-mail: karmanova.81@bk.ru

Козырева Елена Станиславовна

учитель-логопед, дефектолог, Центр развития ребенка — детский сад № 57 «Одуванчик» г. Нерюнгри (МДОУ ЦРР — д/с «Одуванчик»), г. Нерюнгри, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7398-2920>, e-mail: kozyreva.80@list.ru

Information about the authors

Maria N. Karmanova

Teacher-Psychologist, Child Development Center — Kindergarten No. 57 "Oduvanchik", Neryungri, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8440-8756>, e-mail: karmanova.81@bk.ru

Elena S. Kozyreva

Teacher Speech Therapist, Defectologist, Child Development Center — Kindergarten No. 57 "Oduvanchik", Neryungri, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7398-2920>, e-mail: kozyreva.80@list.ru

Получена 04.09.2022

Received 04.09.2022

Принята в печать 30.11.2022

Accepted 30.11.2022

О журнале

Сетевой журнал «Вестник практической психологии образования» / Bulletin of Practical Psychology of Education публикует наиболее актуальные психологические и психолого-педагогические работы теоретического, практико-прикладного и экспериментального характера российских и иностранных специалистов.

Основные темы журнала посвящены описанию:

- наиболее эффективных практик психолого-педагогической работы в сфере детства,
- проблем обучения, воспитания и развития детей с учетом их возрастных, психофизиологических особенностей, особенностей поведения, мотивов и способностей,
- нормативно-правового обеспечения профессиональной деятельности педагога-психолога,
- вопросов подготовки психолого-педагогических кадров,
- общественно-значимых событий и вопросов профессионального становления психолога образования.

Издание адресовано психологам-исследователям, психологам-практикам, преподавателям психологии, а также всем тем, кто интересуется вопросами психологии образования.

Соучредители:

- Общероссийская общественная организация «Федерация психологов образования России»,
- ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».

Издатель:

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»,
127051, Москва, ул. Сретенка, 29.

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации:

серия ЭЛ №ФС77-73461 от 10 августа 2018 г.

ISSN: 2658-3100 (online)

Периодичность: 4 раза в год.

Издается с 2019 года.

Сайт издания:

на сайте <http://psyjournals.ru> в открытом доступе на русском и английском языках размещаются аннотации, ключевые слова, информация об авторах для всех статей и обзоров, опубликованных изданием, а также полнотекстовые версии всех статей издания. На сайте на русском и английском языках размещены информация об издательстве, главном редакторе, редакционном совете и редакционной коллегии, а также контактная информация с описанием тематики журнала.

РИНЦ:

издание зарегистрировано в Российском индексе научного цитирования (https://elibrary.ru/title_about.asp?id=37878) и регулярно предоставляет информацию об опубликованных статьях в данный индекс.

Тематика журнала (по перечню отраслей науки и групп специальностей научных работников в соответствии с Номенклатурой специальностей):

19.00.05 Социальная психология (психологические науки)

19.00.07 Педагогическая психология

19.00.13 Психология развития, акмеология

Форма периодического распространения: сетевая.

Языки: русский, английский.

Территория распространения: Российская Федерация, зарубежные страны.

Для авторов

Журнал «Вестник практической психологии образования» / Bulletin of Practical Psychology of Education — рецензируемое научное периодическое издание, зарегистрированное в установленном законом порядке как средство массовой информации.

Основное содержание издания представляет собой оригинальные научные и практико-ориентированные статьи, научные обзоры и профессиональные дискуссии.

Рецензирование

Издание осуществляет рецензирование всех поступающих в редакцию статей, соответствующих тематике журнала, с целью их экспертной оценки. Все рецензенты являются признанными специалистами по тематике рецензируемых материалов. Рецензии на поступившие материалы хранятся в издательстве в течение 5 лет. При необходимости доработки статей редакция издания направляет авторам рецензии в электронном виде.

Оформление статей

В публикуемых материалах указывается информация об авторах, их месте работы и необходимые контактные данные.

При опубликовании научной статьи на русском языке обязательным является наличие ключевых слов (5–10) и аннотации не менее 1000 знаков (с пробелами) на русском и английском языках.

У всех публикуемых статей должны быть приставные библиографические списки, а также их транслитерация (http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/formatting_rules.shtml#formatting_rules_4), оформленные в соответствии с правилами издания на основании требований, предусмотренных действующими ГОСТами.

Объем статей должен составлять не более 25000 знаков (с пробелами).

При направлении рукописи в издательство редакция просит руководствоваться правилами направления, рецензирования и опубликования представленных рукописей авторов (<https://drive.google.com/file/d/0B0Ow7h-SbHCdeE03Nm9oV3g2STdFaW1KaU1pOTFFR3M3TDJZ/view>).

Издательством разработан стилевой файл статьи электронного журнала (http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/index.shtml) для использования авторами при подготовке рукописей статей, подаваемых для публикации в сетевом журнале «Вестник практической психологии образования». Использование стилового файла упрощает процесс оформления рукописей согласно требованиям издательства.

Рукопись статьи необходимо направлять в редакцию на адрес электронной почты vestnik-psy@mgppu.ru в комплекте с портретным фото и анкетой (http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/app_author_form.shtml) автора(ов).

В журнале плата за предпечатную подготовку и публикацию не взимается.

Секретарь редакции — С.В. Филимонова
Художественный редактор — Е.О. Пятаков
Литературный редактор — Е.О. Пятаков
Переводчик — Т.Д. Озерцкая
Верстка, корректура — А.Г. Каганер