

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Институт специального образования
Кафедра специальной педагогики и специальной психологии

**Формирование социальных навыков у подростков с умственной
отсталостью**

Выпускная квалификационная работа

Допущено к защите
Зав. кафедрой специальной
педагогике и специальной
психологии канд. пед. наук,
доцент Г. Г. Зак

дата

подпись

Исполнитель:
Чепчугова Ирина Евгеньевна
обучающийся СП-2031z гр.

подпись

Руководитель:
Труфанова Галина Константиновна
старший преподаватель кафедры
специальной педагогики и
специальной психологии

подпись

Екатеринбург 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	7
1.1. Анализ понятия «социальные навыки» в научной литературе.....	7
1.2. Психологическая характеристика обучающихся с умственной отсталостью.....	11
1.3. Психологическая характеристика социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.....	18
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ СФОРМИРОВАННОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	23
2. 1. Характеристика базы исследования и контингента обучающихся, задействованных в экспериментальном исследовании социальных навыков.....	23
2. 2. Диагностический инструментарий, направленный на изучение сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью	30
2. 3. Анализ результатов экспериментального исследования сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью	34
ГЛАВА 3. РАБОТА СПЕЦИАЛЬНОГО ПСИХОЛОГА ПО ФОРМИРОВАНИЮ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	42
3. 1. Программа формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.....	42
3. 2. Анализ эффективности реализации программы формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.....	46

3. 3. Методические рекомендации для педагогов по формированию социальных навыков у подростков с умственной отсталостью	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	57
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	59
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Список суждений к методике М. И. Рожкова.....	65
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Бланк к методике М. И. Рожкова.....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Список суждений к методике «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин).....	67
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Бланк к методике «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин).....	69
ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Календарно-тематический план программы формирования социальных навыков подростков с умственной отсталостью	70
ПРИЛОЖЕНИЕ 6. Технологическая карта занятия на тему «Я и моё окружение».....	78
ПРИЛОЖЕНИЕ 7. Рисунок одного из обучающихся на тему «Я и моё окружение».....	83
ПРИЛОЖЕНИЕ 8. Рисунок одного из обучающихся на тему «Я и моё окружение».....	84

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы определяется требованиями современной нормативной документации в области образования детей с интеллектуальными нарушениями и обусловлена их особыми образовательными потребностями.

Согласно статистике, распространенность умственной отсталости в России составляет около 0,9-1% населения страны. По данным Росстата от 01.01.2025 «Численность населения Российской Федерации по муниципальным образованиям» на 1 января 2025 года составляет 146028325 человек, соответственно из них 1460283 человек имеют диагноз умственная отсталость, из которых 17,4 % дети от 0 до 14 лет. По приблизительным расчетам более 200 тысяч детей и их семьи нуждаются в квалифицированной помощи.

Анализ научной литературы показал, что проблема сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью рассмотрена такими исследователями как Ю. В. Коровкина, О. В. Зациринская, К. Д. Кирпичникова и другими. От того насколько хорошо у человека развиты социальные навыки зависит то, насколько успешно он сможет социализироваться в обществе. По мнению Ю. В. Коровкиной, социализация, вступление человека в общество, потребность его быть с людьми в коллективе – важное умение для людей с ментальной инвалидностью для самостоятельной жизни. Социализация лиц с ментальными нарушениями представляет собой достаточно сложный процесс, в котором человек осваивает социально значимые нормы и ценности, а также стереотипы поведения. Такие люди нуждаются в особом уходе и поддержке со стороны социальных работников, государства и общества в целом. От успешности процесса социализации зависит: сможет ли человек с ментальными нарушениями стать частью общества, устроиться на работу, найти друзей, завести семью. В этом заключается важность и актуальность данного

исследования.

Объект исследования – социальные навыки у подростков с умственной отсталостью.

Предмет исследования – формирование социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.

Цель исследования – составление, реализация и анализ эффективности программы формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.

Задачи исследования:

1. Теоретическое изучение особенностей формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.
2. Экспериментальное изучение сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.
3. Составление программы формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью и анализ ее эффективности.
4. Составление методических рекомендаций для педагогов по формированию социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.

Методика исследования. При составлении, реализации и анализе результатов педагогического изучения и программы формирования социальных навыков применялись следующие методы: анализ, наблюдение, тестирование. Методики, используемые в процессе проведения экспериментального исследования: методика М. И. Рожкова, тест «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин), коммуникативный лист (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина).

Структура выпускной квалификационной работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка источников и литературы, а также включает в себя 7 таблиц, 4 рисунка и 8 приложений.

В первой главе выпускной квалификационной работы анализируется понятие «социальные навыки», представлена психологическая

характеристика обучающихся с умственной отсталостью и дифференцируются особенности формирования у них социальных навыков.

Во второй главе работы описывается база исследования и контингент испытуемых, описываются выбранные диагностические методики и анализируются результаты констатирующего этапа экспериментального исследования.

В третьей главе выпускной квалификационной работы описывается составленная автором рабочая программа по формированию социальных навыков у подростков с умственной отсталостью, представлен анализ контрольного этапа экспериментального исследования и составлены методические рекомендации для педагогов.

Ограничение исследования. Контингент респондентов, задействованных в экспериментальном исследовании, составляют обучающиеся, которым ПМПК рекомендована адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (АООП, 1 вариант, в соответствии с приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599).

Базой исследования является Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Екатеринбургская школа №1, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

1.1. Анализ понятия «социальные навыки» в научной литературе

Социализация личности – это сложный и непрерывный процесс адаптации индивида к социальному окружению. В ходе этого процесса человек осваивает социальные роли, нормы и ценности общества, становясь его полноправным членом. Процесс социализации неразрывно связан с коммуникативными навыками [45].

Термин «социализация» ввел в научный оборот американский социолог Ф. Г. Гиддингс в конце XIX века, определив его как процесс формирования социальной природы личности. Школа играет ключевую роль в социализации, предоставляя обучающимся возможности для развития коммуникативных навыков, сотрудничества и адаптации к социальным нормам [14].

Процесс социализации личности проходит в своем развитии три основные фазы:

- 1) освоение социальных ценностей и норм, в результате чего личность учится соответствовать всему обществу;
- 2) стремление личности к собственной персонализации, самоактуализации и определенном воздействии на других членов общества;
- 3) интеграция человека в определенную социальную группу, где он раскрывает собственные свойства и возможности [45].

Выделяют первичную социализацию (начинается с рождения до достижения возраста взрослого человека; основным институтом социализации является семья, школа, сверстники) и вторичную социализацию (происходит на протяжении всей жизни человека и характеризуется разрушением ранее усвоенных норм и усвоением новых) [45].

Процесс социализации человека проходит через несколько

последовательных этапов, каждый из которых имеет свои особенности:

1) детство – один из ключевых этапов социализации, на этот период приходится становление 70 % личности человека. Нарушения процесса социализации на данном этапе имеют необратимые последствия для личности человека, так как в данный период происходит становление собственного «Я» человека;

2) подростковый возраст характеризуется бурным физиологическим и психологическим развитием, что существенно влияет на процесс социализации;

3) зрелость характеризуется стабилизацией социальных ролей и достижением жизненных целей;

4) старость характеризуется угасанием физических возможностей и необходимостью приспособления к новому этапу своей жизни [45].

Для успешной социализации человека в общество важно развивать его социальные навыки. Социальные навыки представляют собой умения человека, позволяющие успешно взаимодействовать с окружающими. Они позволяют грамотно вести диалог, повышать качество коммуникации, а также держать под контролем свои эмоции. Социальные навыки относятся к группе межличностных навыков, то есть отвечают за качество отношений человека с социумом. Люди с развитыми интерперсональными навыками, как правило, способны хорошо работать в команде, могут эффективно общаться с другими [45].

Первым из исследователей, кто выделил понятие «социальный навык», был В. Слот. Он дал следующее определение: «социальные навыки – это набор способов и приемов социального взаимодействия, которыми человек овладевает на протяжении жизненного пути и пользуется для жизни в обществе, устанавливает свое равновесие с другими» [14, с. 703].

А. Гольдштейн отмечает, что социальные навыки представляют собой усвоенные индивидом норм и правил социального взаимодействия и поведения в различных социальных ситуациях. Акцентируем внимание, что

данный компонент является приобретенным и формируется путем включения человека в систему общественных отношений еще с раннего детства вплоть до периода взрослости [1].

Именно социальные навыки являются фундаментом, который впоследствии помогает личности успешно выстраивать социальные отношения. Социальные навыки включают в себя умение работать в группе, способность к управлению конфликтами, правильное построение взаимодействия с дальнейшим прогнозированием поведения собеседника [1].

С. В. Евглевская отмечает, что понимание сущности понятия «социальные навыки» связывается с такими понятиями как социальные роли, социальная компетентность, социальные ситуации, социальное взаимодействие [14].

Совокупность социальных навыков, которые необходимо освоить ребенку зависит от того, какая деятельность в этот период его жизни является ведущей. Ведущая деятельность конкретного возрастного периода определяется изменениями, происходящими в психическом развитии ребенка на каждом этапе его взросления. У подростков ведущей деятельностью является общение со сверстниками. Подростковый возраст, согласно большинству отечественных и зарубежных исследований, охватывает период от 10 – 11 лет до 14 – 15 лет [14].

Выделяют следующие группы социальных навыков:

1) коммуникативные – навыки эффективного общения. К ним относятся: использование средства вербальной и невербальной коммуникации, легкость установления контакта, поддержание разговора, аргументирование собственного мнение и так далее;

2) перцептивные – понимать эмоциональное состояние другого человека, вставать на позиции другого, проявлять и принимать сочувствие, поддержку и так далее;

3) познавательные – видеть проблемы в совместной деятельности и решать их, применять полученные знания в нестандартных ситуациях;

4) организаторские – планировать коллективную деятельность, определять пути и средства достижения цели, оценивать ресурсы, способность разрешению конфликтов и т. д.;

5) рефлексивные – навыки осуществления самоконтроля, соотнесения своего поведения с поведением других, самоанализа, умения определять и анализировать причины своего поведения, анализа прожитых ситуаций и так далее [14].

В. В. Абдураманова пишет, что социальные навыки являются структурным элементом социальной компетентности.

В психологической литературе под «компетентностью» понимают внутриспсихологические образования, обуславливающие успешность или неуспешность, адаптивность или дезадаптивность личности. Под внутриспсихологическими образованиями В. М. Басова понимает знания, умения, навыки и способности личности, развивающиеся на протяжении жизни.

Социальная компетентность, по мнению Л. С. Выготского, является результатом социальной ситуации развития личности, то есть в сознании личности содержания переживаний отображают особенности системы отношений между окружающей средой и субъектом взаимодействия, что осуществляется в совместной деятельности с другими субъектами [1].

В. Н. Куницына выделяет следующие виды социальной компетентности: вербальная, коммуникативная, социо-профессиональная, социально-психологическая, самоидентификация (эго-компетентность) [1].

Развитие социальных навыков у подростков напрямую связано с особенностями образовательной среды. Согласно научным исследованиям, образовательная среда – это не просто место обучения, а совокупность условий, способствующих формированию личности. Она предоставляет подросткам возможности для взаимодействия, саморазвития и приобретения социального опыта [14].

Следует уделять внимание тем условиям, которые будут, наилучшим

образом способствовать развитию социальных навыков обучающихся. Первым условием можно считать создание социализирующей среды, ориентированной на поддержку самооценной активности обучающихся в образовательном учреждении. Вторым условием развития социальных навыков можно считать включение обучающихся в социально значимую деятельность. Социально значимая деятельность осуществляется, как самим подростком, самостоятельно, так и при активном участии других субъектов: ровесников и взрослых [14].

Таким образом, социальные навыки представляют собой умения человека, позволяющие успешно взаимодействовать с окружающими. Они позволяют грамотно вести диалог, повышать качество коммуникации, а также держать под контролем свои эмоции. Сформированность социальных навыков лежит в основе социализации.

1.2. Психологическая характеристика обучающихся с умственной отсталостью

Умственная отсталость представляет собой состояние неполного или задержанного развития психики, которое, прежде всего, отличается нарушением способностей, проявляющихся в период взросления и обеспечивающих общий уровень интеллекта, то есть когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей. Данное состояние может развиваться как совместно с любым другим соматическим или психическим расстройством, так и возникать независимо от него. Тем не менее, у индивидов с умственной отсталостью может наблюдаться весь спектр психических расстройств, встречаемость которых среди них как минимум в 3–4 раза превышает аналогичный показатель в общей популяции. Адаптивное поведение нарушено всегда, однако в благоприятных социальных условиях, где оказывается поддержка, данное нарушение у лиц с легкой степенью умственной отсталости может быть совсем неявным [19].

Количественное изменение глубины нарушения интеллекта осуществляется путем психометрического тестирования, позволяющего определить коэффициент интеллекта (IQ). В соответствии с МКБ-10 приняты следующие условные показатели IQ:

- 1) психическая норма – от 100 до 70;
- 2) легкая степень умственной отсталости – от 69 до 50;
- 3) умеренная степень умственной отсталости – от 49 до 35;
- 4) тяжелая степень умственной отсталости – от 34 до 20;
- 5) глубокая степень умственной отсталости – 20 и ниже.

Расстройства психической деятельности у детей с умственной отсталостью осложняют их ориентацию в окружающей обстановке и приспособление к ней. Обозначая типичные психологические черты школьников с умственной отсталостью, необходимо выделить следующее. Устройство психики такого ребенка крайне непросто. Л. С. Выготский сформулировал утверждение о том, что наряду с исходными отклонениями, непосредственно вызванными дефектом, в ходе аномального развития формируются вторичные отклонения. Вторичными называются дефекты, появляющиеся косвенно в процессе ненормального социального развития. Они не исходят напрямую из органического дефекта и не обусловлены исключительно им, а возникают из-за «социального вывиха» детей с умственной отсталостью. Под «социальным вывихом» Л. С. Выготский понимает неспособность ребенка реализовывать в обществе те социальные роли, которые доступны для реализации обычным людям. Специализированная коррекционно-воспитательная деятельность с детьми с умственной отсталостью — гарантия того, что они станут способны к осуществлению определенных социальных функций [4].

Ж. И. Шиф считает, что «совокупность порождаемых дефектов, следствий проявляется в изменениях в развитии личности аномального ребенка в целом». Возникшие изменения оказывают влияние на весь дальнейший ход развития ребенка [4].

Недостаточная познавательная активность, слабость ориентировочной деятельности — это симптомы протекания нейрофизиологических процессов в коре головного мозга умственно отсталых детей. Отмечаются сниженный интерес к окружающему миру, вялость в отсутствие инициативы [4].

Дети с интеллектуальными нарушениями отличаются устойчивыми расстройствами всей психической деятельности, в особенности в области познавательных процессов. Наблюдается не только отставание от нормы, но и выраженное своеобразие личностных проявлений и познания. У детей с умственной отсталостью на уровне нервных процессов отмечается ослабление замыкательной функции коры головного мозга, замедленность нервных процессов, повышенная предрасположенность к охранительному торможению. Все перечисленное формирует патологическую основу для уменьшения познавательной активности в целом. Дети с умственной отсталостью, в частности младшего возраста, характеризуются ослаблением интереса к непосредственному предметному окружению. Гиперактивные дети берут все подряд, не размышляя, допустимо ли это. Однако делают они это не из любопытства, а из-за присущей им импульсивности. Взяв предмет, сразу же отбрасывают его, поскольку он им неинтересен. Дети с умственной отсталостью как будто не видят того, что находится вокруг. Их внимание ничто не привлекает. Дети с сохранным поведением ведут себя более соответствующе ситуации. Они с удовольствием берут в руки новые, ярко раскрашенные предметы, рассматривают их некоторое время, но при этом не задают вопросов и не пытаются об этих предметах что-либо узнать. Они могут положить предмет в рот или ударять им о стол, сломать, разбить на куски, совершенно не стремясь изучить свойства данного предмета [4].

Речевое развитие у подростков с умственной отсталостью легкой степени характеризуется недостаточной сформированностью всех сторон речевой деятельности. Мышление отличается не критичностью, невозможностью самостоятельно оценить свою работу. Эмоциональная сфера подростков с легкой умственной отсталостью характеризуется незрелостью и

недоразвитием. Эмоции недостаточно дифференцированы: переживания конкретные, простые, полярные [51].

Подростки с интеллектуальными нарушениями могут сталкиваться с проблемами в эмоциональной сфере в сравнении со своими ровесниками. Им бывает непросто осознавать и проявлять собственные эмоции, что усложняет коммуникацию. У них нередко наблюдается заниженная самооценка вследствие особенностей их развития, и это способно отрицательно влиять на их эмоциональное благополучие. Сложности в контактах с окружающими могут появляться из-за недостаточного понимания и выражения эмоциональных состояний. Это способно привести к разногласиям и недопониманию. Подростки с умственной отсталостью нуждаются в дополнительной поддержке и помощи в развитии и регуляции своих эмоций. Это требует внимания со стороны родителей, педагогов и других взрослых. [16].

Практика педагогической работы демонстрирует, что дети с умственной отсталостью обладают крайне ограниченным запасом слов. Зачастую они не осознают значения достаточно широко употребляемых слов, и если хотя бы одно слово из трех остается непонятым, то смысл предложения теряется. Данные обучающиеся не способны сформулировать свою мысль, даже поняв преподавателя, а чаще, не зная значения ряда слов, просто утрачивают интерес к учебному процессу. Для таких детей слово перестает быть инструментом коммуникации, а становится скорее средством защиты или агрессии. При ограничении общения у ребенка с интеллектуальными нарушениями замедляется развитие, не формируется стремление к познанию. Скучный словарный запас препятствует школьникам с умственной отсталостью должным образом выражать свои мысли, чувства, потребности, затрудняет восприятие обращенной к ним речи [51].

Плохое понимание воспринимаемого материала приводит к тому, что обучающиеся с нарушением интеллекта лучше запоминают внешние признаки предметов и явлений в их чисто случайных сочетаниях. Они с трудом

запоминают внутренние логические связи и отношения, так как просто не вычлениают их. Также плохо они понимают и запоминают отвлеченные словесные объяснения. Именно поэтому так важно умело и одновременно сочетать при изучении нового материала предъявление наглядных пособий с отвлеченными словесными объяснениями. Запоминание впечатлений внешнего мира принимает иногда ярко выраженную патологическую форму и носит название эйдетической памяти. Дети, с такой памятью отвечая урок, как бы продолжают видеть перед своими глазами страницу учебника, однако не в состоянии передать ее содержание своими словами [51].

Основными показателями обучаемости для обучающихся с умственной отсталостью следует считать обобщенность мыслительной деятельности, в том числе перенос знаний и умений в относительно новые условия, осознанность, определяемую соотношением словесно — логических и практических компонентов мыслительной деятельности, а также самостоятельность в решении заданий. Значительным показателем является восприимчивость обучающихся к помощи, их реакция на характер и объем помощи со стороны взрослого [51].

Эмоциональная сфера у детей с умственной отсталостью, в особенности в начальных классах, отличается незрелостью и недостаточным развитием. Дети предрасположены к контрастным, не имеющим тонких нюансов эмоциям. Их эмоциональные реакции поверхностны, изменчивы, подвержены скорым и зачастую резким переменам. У ряда школьников отмечается замедленность, инертность эмоциональных откликов, нередко обладающих явно выраженным эгоцентрическим характером. Не всегда возникающие у ребенка эмоции соответствуют оказываемым на него внешним влияниям. Обучающиеся с интеллектуальными нарушениями крайне слабо регулируют свои эмоциональные проявления, а зачастую и не стремятся этого делать. В то же время необходимо подчеркнуть, что обучающиеся даже начальных классов не остаются безучастными при прослушивании понятных им текстов, содержащих эмоционально окрашенные элементы, а в своих пересказах не

упускают их, выделяют на них внимание, воспроизводят с большей выразительностью и точностью, нежели другие части воспринятого [16].

Ребенок с умственной отсталостью, а тем более подросток, оказавшись в доступной его пониманию ситуации, способен к сопереживанию, к эмоциональному отклику на переживания другого человека и стремится оказать ему ту или иную помощь. Развитие эмоциональной сферы умственно отсталых школьников в большой мере определяется внешними условиями, важнейшими из которых являются специальное обучение и правильная организация всей жизни детей. Присущие этим обучающимся импульсивные проявления обиды, злости, радости и т. п. постепенно сглаживаются под воздействием обучения и воспитания. У детей появляется осмысливание своих действий и поступков, формируются положительные привычки и правильное бытовое поведение, необходимые для их успешной социальной адаптации [16].

Чувства детей с умственной отсталостью характеризуются незрелостью и недостаточной дифференцированностью: им недоступны тонкие градации чувств, они способны испытывать лишь удовольствие и неудовольствие. Дети с умственной отсталостью различаются также и по характеру эмоциональных переживаний: одни переживают все происходящие события поверхностно, быстро сменяя одно настроение другим, в то время как другие отличаются значительной инертностью переживаний, фиксацией на каких-либо малозначительных событиях [51].

Большое влияние эгоцентрических эмоций на оценочные суждения - проявление их личностной незрелости. Они высоко оценивают лишь тех, кто приятен, или то, что доставляет удовольствие [4].

Мотивационно-потребностная сфера детей с умственной отсталостью находится на начальной стадии становления. Их интересы тесно связаны с занимательностью выполняемой деятельности, мало интенсивны, неглубоки, односторонни, ситуативны, недифференцированы и неустойчивы, вызываются преимущественно физиологическими потребностями. Дети

руководствуются, как правило, ближайшими мотивами. Многие исследователи отмечают как характерную черту умственно отсталого ребенка отсутствие у него интереса к познанию. Его импульсивные реакции, конечно, не могут быть оценены как интерес к тому или иному объекту [4].

Особые трудности вызывает формирование у ребенка правильного поведения. Присущая ему интеллектуальная недостаточность и скудный жизненный опыт затрудняют понимание и адекватное оценивание ситуаций, в которых он оказывается. Инертность нервных процессов способствует стереотипности реакций, которые часто не соответствуют создавшейся обстановке. Некоторые дети в незнакомой обстановке бегают, кричат, берут без спроса все, что попадает им на глаза, кривляются. Другие, напротив, молчат, испуганно смотрят по сторонам, не вступают в контакт со взрослым [51].

Трудности формирования коммуникативных навыков, которые испытывают обучающиеся с умственной отсталостью: ограниченный круг общения, бедный социальный опыт, недоразвитие интеллекта и эмоционально-волевой сферы, отношение к себе, ситуации, связанной с общением, недоразвитие всех компонентов речи (от фонематического до семантического уровней), отсутствие речевой инициативы, дефицитарность речемыслительных средств [51].

Зачастую дети с нарушениями интеллекта пытаются избежать речевого общения. В тех случаях, когда речевой контакт между ребенком и сверстником или взрослым возникает, он оказывается кратковременным и не всегда полноценным. Это объясняется следующими причинами:

- 1) быстрая исчерпываемость побуждений к высказываниям, что приводит к прекращению беседы;
- 2) отсутствие у ребенка информации, необходимой для ответа;
- 3) бедный словарный запас, препятствующий формированию высказывания;
- 4) непонимание собеседника – дети с интеллектуальной

недостаточностью не стараются вникнуть в то, что им говорят, поэтому их речевые реакции оказываются неадекватными и не способствуют продолжению общения [51].

Психологи и педагоги констатируют значительные отклонения в развитии коммуникативных навыков при взаимодействии детей с интеллектуальными нарушениями как со взрослыми, так и с ровесниками. Дети с интеллектуальными нарушениями часто не способны внимательно слушать и воспринимать информацию, исходящую от партнеров, формулировать собственные мысли, передавать смысл действия таким образом, чтобы партнер однозначно понял, что и каким образом необходимо делать, принимать похвалу и воспринимать критические замечания, взаимодействовать с окружающими. Вследствие этого возникают разнообразные трудности, их взаимоотношения приобретают конфликтный и проблемный характер. Им сложно понимать окружающих, они не умеют регулировать межличностную дистанцию. Зачастую испытывают недоверие, основываясь на негативных побуждениях; установление близких отношений с другими людьми представляется им опасным. Их преследует ощущение, что их обманут, причинят боль, оскорбят [16].

Таким образом, дети с умственной отсталостью характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, особенно в сфере познавательных процессов.

1.3. Психологическая характеристика социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

П. О. Омарова пишет, что общая характеристика поведения школьника с умственной отсталостью отражает, прежде всего, нарушение социальной адаптации, имеющее постоянный, хронический характер. Обучающиеся обладают изначально плохой социальной приспособляемостью к условиям жизни в обществе в силу структуры основного дефекта. Возникающие

сложности в поведении обуславливаются целым комплексом вторично наслаивающихся проблем в общении:

1) проблемы в осмыслении ситуации общения. Недостаточное развитие высших вербально-логических форм мышления, свойственное детям с умственной отсталостью, обуславливает неполное понимание ребенком ситуации взаимодействия. Результатом такого непонимания может стать неадекватность поведения ребенка, выражающаяся в плаче, смехе или улыбке, не соответствующих контексту, агрессивных поступках, адресованных как партнеру по взаимодействию, так и предметам, относительно которых осуществляется взаимодействие (рвет тетради, ломает игрушки, карандаши и тому подобное);

2) проблемы в восприятии и понимании личности другого человека (в частности, партнера по общению). Эта категория проблем проявляется в неумении учитывать в процессе общения особенности личности другого человека, излишней доверчивости, что делает умственно отсталых детей легко поддающимися под влияние асоциально настроенных личностей. К этой же категории трудностей относятся и проблемы в сфере эмпатии (сопереживания другому человеку);

3) проблемы в использовании средств общения. Это относится как к вербальным, так и невербальным средствам, поэтому эта категория трудностей разбивается на две подгруппы: нарушения в сфере применения средств вербального общения (сюда относятся бедность активного словаря, нарушения грамматического строя речи, наличие аграмматизмов при преимущественном недоразвитии смысловой стороны речи. Кроме того, в структуру неврологического статуса могут входить и более тяжелые нарушения речи – заикание, дизартрия) и нарушения в сфере применения невербальных средств общения. Проблемы в подборе адекватного мимического сопровождения проявляются у умственно отсталых младших школьников в виде амимичности либо гримасничанья. Гримасы объясняются потребностью ребенка с интеллектуальной недостаточностью

дифференцированно реагировать на ситуацию общения;

4) трудности в коммуникации, обусловленные особенностями нарушения корковой нейродинамики, свойственные органическому поражению головного мозга у детей с умственной отсталостью. В зависимости от принадлежности ребенка к определенному типу – торпидному или возбудимому по характеристикам нейродинамики – выделяют две подгруппы подобных трудностей: 1) апатичность, замедленность в коммуникации, пассивное сопротивление, отдельные аутистические признаки; 2) агрессия, повышенная возбудимость, активное сопротивление, психопатические черты;

5) проблемы в общении, связанные с повышенной общей тревожностью, которые проявляются в виде страхов общения в некоторых ситуациях. Эта категория проблем часто осложняется тем, что при наличии критики к своему состоянию умственно отсталый ребенок старается свести общение к минимуму для того, чтобы скрыть свой дефект;

б) проблемы в общении, связанные с особенностями личности детей с интеллектуальной недостаточностью, проявляющиеся в инфантилизации поведения, излишней привязчивости к окружающим людям, стремлении к физическому контакту – например, поглаживаниям, несмотря на то, что ребенок уже достиг школьного возраста [43].

Следует отметить, что обучающиеся с легкой умственной отсталостью зачастую стремятся соблюдать основные правила поведения в обществе, хотя общение и поведение при этом управляется, в основном, аффективными установками. В силу структуры основного дефекта при реализации этого стремления возникают частые противоречия между требованием соблюдения социальной нормы поведения от окружающих сверстников и способами, которые использует ребенок для того, чтобы убедить партнеров по общению в ее необходимости [43].

Период 10-12 лет представляет собой наиболее благоприятный этап для становления межличностных взаимоотношений среди детей с умственной отсталостью. Для данного возраста характерны признаки формирования

самовосприятия. Постепенно формируется представление о себе, появляются признаки соответствующей самооценки, что выявляется при исследовании не только собственного внешнего вида, но и нравственных качеств, культуры поведения, индивидуальных особенностей. В рассуждениях отмечается критическое мышление, начальная способность к самоанализу. К 13-14 годам у подростков развивается умение представлять себя в конкретных ситуациях коммуникации. Они частично анализируют высказывания людей из ближайшего социального круга (родители, педагоги, сверстники) и, принимая их во внимание, стараются приобретать умения межличностного взаимодействия [16].

В подростковом возрасте первостепенным становится стремление к неформальному взаимодействию. Вместе с тем, дефицит самопонимания предопределяет у обучающихся имитационную манеру поведения с ровесниками, сниженную способность к самооценке. Нарушенным оказывается избирательное отношение к одноклассникам вследствие сложностей в осмыслении их индивидуальных, личностных характеристик, проявляющихся в процессе общения [16].

Обращает на себя внимание тенденция к снижению стремления к лидерству у испытуемых к 5-7 классам, что не характерно для нормально развивающихся школьников. Данное снижение стремления к лидерству, видимо, связано с возникновением выраженных затруднений в межличностном общении с другими подростками. Этим обучающимся не удается представить себя в центре внутришкольных событий и вызвать интерес и симпатию одноклассников [43].

Нормально-развивающиеся школьники 5-7 классов, напротив, показывают определенную склонность к усилению личных притязаний на лидерство. Указанную закономерность можно объяснить воздействием физиологических трансформаций, сопряженных с процессом взросления и наступлением пубертатного периода, в ходе которого происходит формирование личности и возрастает желание занять конкретную социальную

позицию в коллективе ровесников. Воздействие данных факторов приводит к активизации лидерских тенденций в процессе коммуникации [43].

Социальная адаптация подростков с умственной отсталостью должна быть основана не только на трудовом обучении и социально-бытовой ориентировке, но и на постоянном развитии социальных качеств личности ребенка с умственной отсталостью на всех возрастных этапах.

Таким образом, дети с умственной отсталостью сталкиваются с множеством проблем в области коммуникации и социальной адаптации. Однако, осознание и понимание этих сложностей открывает новые горизонты для коррекционной работы. Эмоционально насыщенная деятельность может значительно улучшить межличностные отношения среди подростков с интеллектуальными нарушениями, содействуя их социальной интеграции.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ СФОРМИРОВАННОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

2.1. Характеристика базы исследования и контингента обучающихся, задействованных в экспериментальном исследовании социальных навыков

Исследование проводилось на базе ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 1» (Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Екатеринбургская школа №1, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»). В образовательной организации реализуются следующие образовательные программы:

1) адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ФГОС ОУО 1-4, 5-9 классы;

2) адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ФГОС ОУО 1-4, 5-9 классы;

3) адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 8-12 классы.

Информационная база школы оснащена электронной почтой, локальной сетью, выходом в интернет, функционирует официальный сайт школы, имеется версия для слабовидящих.

Для обеспечения безопасных условий доступа в сеть интернет в школе действует система контент-фильтрации. Доступ к запрещенным в

образовательном процессе ресурсам сети для обучающихся и преподавателей школы закрыт. В школе имеются мультимедийные средства обучения, оргтехника, компьютерная техника, аудиотехника (музыкальные центры), видеотехника (мультимедийный проектор, телевизоры, DVD проигрыватели). В школе имеются принтеры, сканеры. Школьники имеют возможность работать в сети интернет на уроках информатики в компьютерном классе и библиотеке.

Спортивный зал оснащён оборудованием для организации занятий по адаптивной физической культуре и внеурочных спортивных мероприятий (шведская стенка, гимнастические скамьи, баскетбольные кольца, мячи, канаты, волейбольная сетка, скакалки, теннисные столы, ракетки для настольного тенниса, тренажёр робот для тенниса).

Кабинет ЛФК оснащён оборудованием для реализации занятий лечебной физкультурой (сенсорные дорожки, канат, тактильные мячи, гимнастические скамьи, мячи, массажеры для ног и рук, эспандеры, гимнастические палки, обручи, скакалки, гимнастические коврики).

Кабинет логопедических занятий оснащён современным логопедическим оборудованием, различными методическими пособиями, специализированной литературой и мебелью, соответствующей требованиям СанПиНа, где создана необходимая коррекционно-развивающая среда, с целью создания необходимых предпосылок для исправления и преодоления речевых нарушений, а также адаптации детей-логопатов.

Кабинет педагога-психолога разделен на две комнаты (комната для коррекционных занятий и сенсорная комната), каждая из которых специфична и по оснащению, и по функциональному назначению. Здесь созданы благоприятные условия для полноценного развития эмоционально-волевой, коммуникативной, познавательной, мотивационной сфер ребёнка. Кабинет оснащён современным оборудованием (сенсорные дорожки, сухой бассейн, тактильно-развивающее оборудование, массажное оборудование, комплект «Сенсорный уголок», бескаркасные кресла, водопад фиброоптических

волокон «Звёздный дождь», настенное небьющееся зеркало с подсветкой «Таинственный свет», напольный фиброоптический ковёр и потолок «Звёздное небо», фиброоптический фонтан, настенная мерцающая занавесь, светильник «Пламя», музыкальный центр, набор CD-дисков для релаксации).

Компьютерный класс оснащён интерактивной доской, ноутбуками, компьютером. На занятиях по внеурочной деятельности «Компьютерная грамотность» у обучающихся развиваются творческие способности, память, внимание, мышление.

Оборудование в кабинете социально-бытовой ориентировки, хозяйственно-бытового труда позволяет реализовать практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду (бытовая техника (кухонный комбайн, тостер, пароварка, миксер, электромясорубка, блендер, чайник, холодильник, электроплита), столовые и чайные приборы, весы, муляжи готовых блюд, технологические карты, спецодежда); ванна, стиральная машина, инвентарь.

Кабинет цветоводства оборудован системой средств обучения, ученической мебелью, инвентарём для садоводческих работ, специальной формой для работы с растениями. Есть швейная, штукатурно-малярная и слесарная мастерские.

Учебные кабинеты оснащены наглядными пособиями, учебным оборудованием, регулируемые партами и стульями, компьютерами. Зонированность кабинетов позволяет создать благоприятные психологические условия для организации учебного процесса, возможность организации двигательной и сенсорной интеграции необходимой для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Администрация ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 1» уделяет большое внимание вопросу обеспечения доступности здания школы. Помощь в передвижении маломобильных граждан на прилегающей территории и в зданиях школы оказывает специально назначенный сотрудник. Сотрудник, ответственный за сопровождение маломобильных групп населения встречает

и сопровождает маломобильного гражданина, оказывает помощь при посадке маломобильного гражданина в транспортное средство (высадке из транспортного средства). Дополнительно, перед входом в здания ОУ, размещена кнопка-вызова, которая обозначена соответствующей табличкой. Вход в здание школы оборудован пандусами. На первом этаже здания школы расположены: гигиеническая комната, оборудованная сантехникой для людей с ограниченными физическими возможностями и иных маломобильных групп населения, имеющая соответствующее обозначение, раздевалка, медицинский кабинет, кабинет руководителя ОУ, учебные кабинеты, столовая, кабинеты трудового обучения.

В исследовании приняли участие восемь обучающихся 9 «А» класса, список которых представлен в Таблице 1.

Таблица 1

Список обучающихся, задействованных в экспериментальном исследовании

№	Имя	Возраст	Диагноз
1	Полина П.	16	Легкая умственная отсталость
2	Екатерина В.	15	Легкая умственная отсталость
3	Антон П.	16	Легкая умственная отсталость
4	Екатерина Р.	15	Легкая умственная отсталость
5	Валерий А.	14	Легкая умственная отсталость
6	Никита Б.	15	Легкая умственная отсталость
7	Дарья Т.	15	Легкая умственная отсталость
8	Виктория П.	15	Легкая умственная отсталость

В целях сохранения конфиденциальности персональных данных, имена испытуемых были изменены.

1) Полина П., 16 лет. Общий объем знаний не соответствует возрасту. Внимание неустойчивое, отвлекаемое, непроизвольное. Наиболее эффективными средствами для привлечения внимания являются наглядный материал, стимулирующая помощь. К труду и учёбе относится выборочно, пассивно, на достижение результатов не замотивирована, так как очень много пропусков по болезни. В отношениях с педагогами ведёт себя адекватно,

контакт глаз избегает. Не всегда соблюдает режимные и дисциплинарные требования. На уроках ведет себя пассивно, безынициативно, нуждается в постоянной направленной помощи. Недостаточно полно владеет умениями и навыками поведения в обществе сверстников, проявляет навязчивость. При возникновении трудностей может отказаться от деятельности, нужна постоянная направляющая помощь. Наблюдаются недостатки в развитии воли: ведомость, податливость, своеволие, пассивность действий. Навыки культурного поведения сформированы частично. Характер отличается добротой, скрытностью, замкнутостью. Настроение неустойчивое;

2) Екатерина В., 15 лет. Внимание поверхностное, неустойчивое. Наиболее эффективными средствами для привлечения внимания являются наглядный материал. В учебной деятельности рассеянная, трудно переключается с одного вида деятельности на другой. Поведение адекватное. Умеет взаимодействовать с одноклассниками, легко идёт на контакт, на какое-либо замечание или действие реагирует адекватно. Наблюдаются недостатки в развитии воли: лёгкая внушаемость, ведомость, податливость, рассеянность. Эмоционально-волевая сфера развита недостаточно, иногда может не контролировать свои эмоции. Сужен объем устойчивой работоспособности. Формы самоконтроля и самооценки сформированы на среднем уровне, не всегда может оценить результаты своей деятельности. При выполнении трудных заданий принимает помощь взрослого;

3) Антон П., 16 лет. Внимание неустойчивое, произвольное. Наиболее эффективными средствами для привлечения внимания являются наглядный материал, изменение громкости, высоты голоса. К труду и учёбе относится индифферентно, нет мотивации, часто сбегает с уроков и прогуливает. В отношениях с педагогами и воспитателями чаще безразличен. Не соблюдает режимные и дисциплинарные требования, сопротивляется требованиям. Владеет умениями и навыками поведения в обществе сверстников, взрослых, но не всегда правильно их проявляет. Причинами нарушения дисциплины является нежелание учиться. При возникновении

трудностей принимает помощь, либо вообще отказывается от деятельности. Наблюдаются недостатки в развитии воли: лёгкая внушаемость, ведомость, податливость, своеволие, импульсивность, уход от трудностей. Неустойчивая эмоциональная сфера: в зависимости от настроения юноша бывает как вежлив, так и груб, чаще безразличен. Спокойный, уравновешенный, скромный. Настроение устойчивое;

4) Екатерина Р., 15 лет. Внимание поверхностное, неустойчивое. Наиболее эффективными средствами для привлечения внимания являются наглядный материал. В учебной деятельности рассеянная, трудно переключается с одного вида деятельности на другой. Поведение адекватное. Умеет взаимодействовать с одноклассниками, легко идёт на контакт, на какое-либо замечание или действие реагирует адекватно. Наблюдаются недостатки в развитии воли: лёгкая внушаемость, ведомость, податливость, рассеянность. Сужен объем устойчивой работоспособности. Формы самоконтроля и самооценки сформированы на среднем уровне, не всегда может оценить результаты своей деятельности. При выполнении трудных заданий принимает помощь взрослого;

5) Валерий А., 14 лет. Внимание отвлекаемое, произвольное. Наиболее эффективным средством для привлечения внимания является наглядный материал. К учёбе относится выборочно, пассивно, учебная мотивация слабая, в трудовой деятельности иногда проявляет заинтересованность, выполняет поручения. В отношениях с педагогами и воспитателями может вести себя доброжелательно, уважительно, исполнительно. Режимные и дисциплинарные требования соблюдает. На уроках чаще ведет себя пассивно, отказывается от деятельности, пребывает в сонном состоянии. Недостаточно полно владеет умениями и навыками поведения в обществе сверстников, не всегда идет на контакт. Действия и поступки носят осмысленный характер. При возникновении каких-либо трудностей просит помощи взрослого, либо отказывается от деятельности. Волевые усилия крайне непродолжительные: отмечается лёгкая внушаемость,

ведомость. Эмоции малодифференцированные. Навыки культурного поведения сформированы. Внешне выглядит опрятным;

б) Никита Б., 15 лет. Внимание произвольное. Восприятие и ощущения развиты недостаточно. Темп средний, полнота и правильность восприятия фрагментарная, узнавание объектов и явлений адекватное. Временные представления сформированы, последовательность событий понимает, иногда может путать. Основные геометрические формы узнает, называет. Восприятие величины сформировано. Ориентация в пространстве: право-лево, верх-низ, близко-далеко знает, показывает. Ориентация на листе бумаги сформирована. К труду и учёбе относится положительно, часто пропускает учебные занятия по болезни. В отношениях с педагогами и воспитателями доброжелательный, уважительный, исполнительный. Соблюдает режимные и дисциплинарные требования. На уроках ведет себя тихо, безынициативно. Владеет умениями и навыками поведения в обществе сверстников. При возникновении трудностей прикладывает усилия для их преодоления, может попросить помощи взрослого. Волевые усилия крайне непродолжительные. Навыки культурного поведения сформированы: отзывчив, внешне выглядит опрятным. Характер отличается добротой, скромностью, самокритичностью, иногда ленью. Настроение нейтральное. Не склонен к аффективным реакциям и к длительным переживаниям. Самооценка занижена;

7) Дарья Т., 15 лет. Внимание поверхностное, неустойчивое. Наиболее эффективными средствами для привлечения внимания являются наглядный материал. В учебной деятельности рассеянная, трудно переключается с одного вида деятельности на другой. Поведение адекватное. Умеет взаимодействовать с одноклассниками, легко идёт на контакт, на какое-либо замечание или действие реагирует адекватно. Наблюдаются недостатки в развитии воли: лёгкая внушаемость, ведомость, податливость, рассеянность. Сужен объем устойчивой работоспособности. Формы самоконтроля и самооценки сформированы на среднем уровне, не всегда может оценить

результаты своей деятельности. При выполнении трудных заданий принимает помощь взрослого;

8) Виктория П., 15 лет. Не может длительное время сосредоточиться на каком-либо деле. Наблюдаются значительные трудности сосредоточения, недостаточный уровень произвольности внимания. Исполнительная, наблюдается скромность, в следствии чего увлечения и интересы слабо выражены. Взаимоотношения с окружающими сверстниками доброжелательные, но иногда ведет себя неадекватно, расторможена. Эмоциональные реакции неадекватны, могут проявляться аффективные вспышки, проявляет склонность к отказным реакциям, закрывается, уходит в себя. Наблюдаются резкие колебания работоспособности на протяжении урока; темп работы замедлен.

Таким образом, исследование проводилось на базе ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 1». Выборку испытуемых составили обучающиеся 9 «А» класса с лёгкой умственной отсталостью. Для большинства респондентов характерны следующие особенности развития: неустойчивое внимание, проблемы с мотивацией, недостаточное развитие волевой сферы, эмоциональная неустойчивость.

2.2. Диагностический инструментарий, направленный на изучение сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

В целях изучения сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью использовались следующие методики:

- 1) методика М. И. Рожкова;
- 2) тест «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин);
- 3) коммуникативный лист (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина).

Методика М. И. Рожкова – это шкала с описанием поведенческих

признаков, характеризующих отношение обучающегося к учебным задачам и выраженность учебно-познавательного интереса.

Цель методики: выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности обучающихся.

Ход проведения. Респондентам предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и оценить степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 – всегда;

3 – почти всегда;

2 – иногда;

1 – очень редко;

0 – никогда.

Список суждений представлен в Приложении 1.

Для более простой и быстрой обработки результатов, рекомендуется изготовить для каждого испытуемого бланк, в котором против номера суждения ставится оценка. Бланк для проведения диагностики представлен в Приложении 2.

Обработка полученных данных: среднюю оценку социальной адаптированности испытуемых получают при сложении оценок 1, 5, 9, 13 и 17 и делении этой суммы на пять. Оценка автономности высчитывается на основе аналогичных операций с оценками 2, 6, 10, 14 и 18. Оценка социальной активности с оценками 3, 7, 11, 15 и 19. Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности) с оценками 4, 8, 12, 16 и 20.

Если получаемый коэффициент больше трех, то можно констатировать высокую степень социализированности ребенка; если же он больше двух, но меньше трех, то это свидетельствует о средней степени развития социальных качеств; если коэффициент меньше двух, то можно предположить, что отдельный обучающийся (или группа обучающихся) имеет низкий уровень социальной адаптированности.

Тест «Коммуникативные способности» предназначен для выявления уровня развития коммуникативных способностей личности. Тест был адаптирован для школьников с умственной отсталостью. Содержание вопросов теста было сохранено, но изменена формулировка вопросов на более доступную.

Обучающимся предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и ответить «да», «иногда» или «нет» на каждый из них. Стимульный материал методики представлен в Приложении 3.

Для более простой и быстрой обработки результатов, рекомендуется изготовить для каждого испытуемого бланк, пример которого представлен в Приложении 4.

Обработка результатов:

Ключ: ответы «да» на следующие вопросы: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 18, 19, 20. Ответы «нет» на следующие вопросы: 2, 4, 8, 10, 12, 14, 16. Ответ «иногда» оценивается в 0,5 балла.

Подсчитывается количество совпадающих с ключом ответов по каждому разделу методики, затем вычисляются оценочные коэффициенты по формуле: $K = 0,05 * C$, где K - величина оценочного коэффициента, C – количество совпадающих с ключом ответов.

Интерпретация результатов:

Оценка «1» (от 0,10 до 0,45): получившие ее испытуемые, характеризуются крайне низким уровнем проявления способностей к коммуникативной деятельности.

Оценка «2» (от 0,46 до 0,55). Для испытуемых, получивших такую оценку характерно отсутствие стремления к общению. Они чувствуют себя скованно в незнакомой компании и новом коллективе. Они предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства с новыми людьми. Им трудно выступать перед аудиторией. Они плохо ориентируются в незнакомой ситуации. Не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды.

Оценка «3» (от 0,56 до 0,65). Получившие такую оценку испытуемые,

обладая средними данными, стремятся к новым контактам с людьми, не ограничивая круг своих привычных знакомств. Они охотно проявляют лидерское поведение, отстаивают свое мнение. Однако потенциал их способностей не отличается устойчивостью. Если они хотят быть успешными в общении с людьми, нуждаются в серьезной и планомерной работе по формированию и развитию способностей.

Оценка «4» (от 0,66 до 0,75). Испытуемые этой группы не теряются в новой для них обстановке, быстро находят друзей, постоянно расширяют круг своих знакомств. Они охотно занимаются общественной работой, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении.

Оценка «5» (от 0,76 до 1). Люди с высоким уровнем проявления коммуникативных способностей быстро ориентируются в сложных ситуациях, они непринужденно ведут себя в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны. Предпочитают самостоятельность в выборе и принятии решений, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято. Они легко вливаются в незнакомую компанию.

С целью диагностики состояния речевого компонента коммуникативной компетентности был использован «коммуникативный лист» (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина). В процессе наблюдения за повседневной деятельностью подростков фиксируются такие параметры:

- 1) инициативное общение (умение здороваться);
- 2) поддерживающее общение (отвечает на вопросы, задает вопросы, выражает просьбу, не перебивает);
- 3) завершающее общение (прощание).

Оценка проводилась в ситуации свободного общения и общения вызывающегося либо педагогом-психологом, либо сверстниками.

Количественная оценка регистрируемых параметров осуществлялась следующим образом:

- 1) 1 балл – достаточный уровень сформированности умения (навыка);

- 2) 0,5 баллов – средний уровень;
- 3) 0 баллов – низкий уровень.

Таким образом, для диагностики сформированности социальных навыков были использованы 3 методики: методика М. И. Рожкова; тест «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин); коммуникативный лист (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина).

2.3. Анализ результатов экспериментального исследования сформированности социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

С целью определения уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых, была использована методика М. И. Рожкова.

Согласно интерпретации данных, предложенных автором методики, коэффициент больше трех свидетельствует о высокой степени социализированности ребенка; коэффициент больше двух, но меньше трех – о средней степени и коэффициент меньше двух характерен для низкой степени сформированности изучаемых параметров. Показатели сформированности социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых представлены в Таблице 2.

Проведенное изучение уровня социализации испытуемых демонстрирует достаточно разнородные результаты. В целом, по большинству показателей наблюдается средний уровень развития социальных навыков. При более детальном анализе можно выделить следующее:

- 1) *социальная адаптированность*: отмечается преобладание низкого и среднего уровней социальной адаптированности среди обучающихся. Четыре испытуемых (половина группы) демонстрируют низкий уровень, что может свидетельствовать о трудностях в установлении контактов, приспособлении к новым условиям, следовании социальным нормам и

правилам. У трех обучающихся отмечается средний уровень, что говорит об относительной адаптации, но возможны эпизодические затруднения в социальных ситуациях. Лишь один обучающийся демонстрирует высокий уровень адаптированности, успешно взаимодействуя с окружающими и легко приспосабливаясь к изменениям. Разброс показателей (от 1.6 до 3.4) указывает на неоднородность группы по данному параметру. Средний показатель 2.3 соответствует среднему уровню, что подтверждает общую тенденцию к средней адаптированности;

2) *социальная автономность*: большинство обучающихся (пять человек) демонстрируют средний уровень социальной автономности, что говорит о способности принимать самостоятельные решения и действовать независимо в определенных пределах, но с возможной потребностью в поддержке или совете. Двое обучающихся находятся на низком уровне, что может указывать на зависимость от мнения окружающих, нерешительность и трудности в принятии самостоятельных решений. Один обучающийся показывает высокий уровень автономности, проявляя инициативу, независимость и уверенность в своих действиях. Показатели варьируются от 1.6 до 3, средний показатель 2.3 соответствует среднему уровню;

3) *социальная активность*: характеризуется преимущественно средним уровнем. Семь обучающихся проявляют умеренную социальную активность, участвуя в общественной жизни в рамках установленных норм, но не проявляя особой инициативы. Один обучающийся демонстрирует высокую активность, стремясь к активному участию в социальной жизни. Разброс показателей от 2 до 3.2 и средний показатель 2.5 указывают на преобладание среднего уровня активности;

4) *приверженность гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности)*: по данному критерию наблюдаются наиболее высокие результаты. Пять обучающихся демонстрируют средний уровень, что говорит о понимании и принятии общечеловеческих ценностей и моральных норм. Трое обучающихся показывают высокий уровень, что свидетельствует о

готовности следовать гуманистическим принципам в своем поведении. Высокий средний показатель 3 и разброс от 2.6 до 3.8 подтверждают общую тенденцию к высокой приверженности нравственным нормам.

Таблица 2

Показатели сформированности социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых (по методике М. И. Рожкова)

	Оценка социальной адаптированности	Оценка автономности	Оценка социальной активности	Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности)
Полина П.	2.8	1.6	2	2.8
Екатерина В.	2.6	3	2.6	2.8
Антон П.	1.8	2.2	2.8	3
Екатерина Р.	1.6	2.6	3.2	2.6
Валерий А.	1.8	1.8	2	2.6
Никита Б.	3.4	2.8	2.4	3.4
Дарья Т.	2.8	2	2.8	3.8
Виктория П.	1.8	2.4	2.2	2.6

Результаты диагностики свидетельствуют о неоднородности группы обучающихся по различным аспектам социализированности. Наиболее проблемными зонами являются социальная адаптированность и автономность, где преобладают средние и низкие показатели. Социальная активность проявляется преимущественно на среднем уровне. В то же время, обучающиеся демонстрируют достаточно высокий уровень приверженности гуманистическим нормам. Полученные данные представлены графически в рисунке 1.

С целью изучения коммуникативных способностей испытуемых применялась методика «Коммуникативные способности» (В.В. Синявский, В.А. Федорошин). Согласно интерпретации данных методики, оценка «1» (от 0,10 до 0,45) – крайне низкий уровень коммуникативной деятельности, оценка

«2» (от 0,46 до 0,55) – низкий уровень, оценка «3» (от 0,56 до 0,65) – средний уровень, оценка «4» (от 0,66 до 0,75) – высокий уровень, оценка «5» (от 0,76 до 1) – очень высокий уровень. Показатели развития коммуникативных способностей представлены в таблице 3.

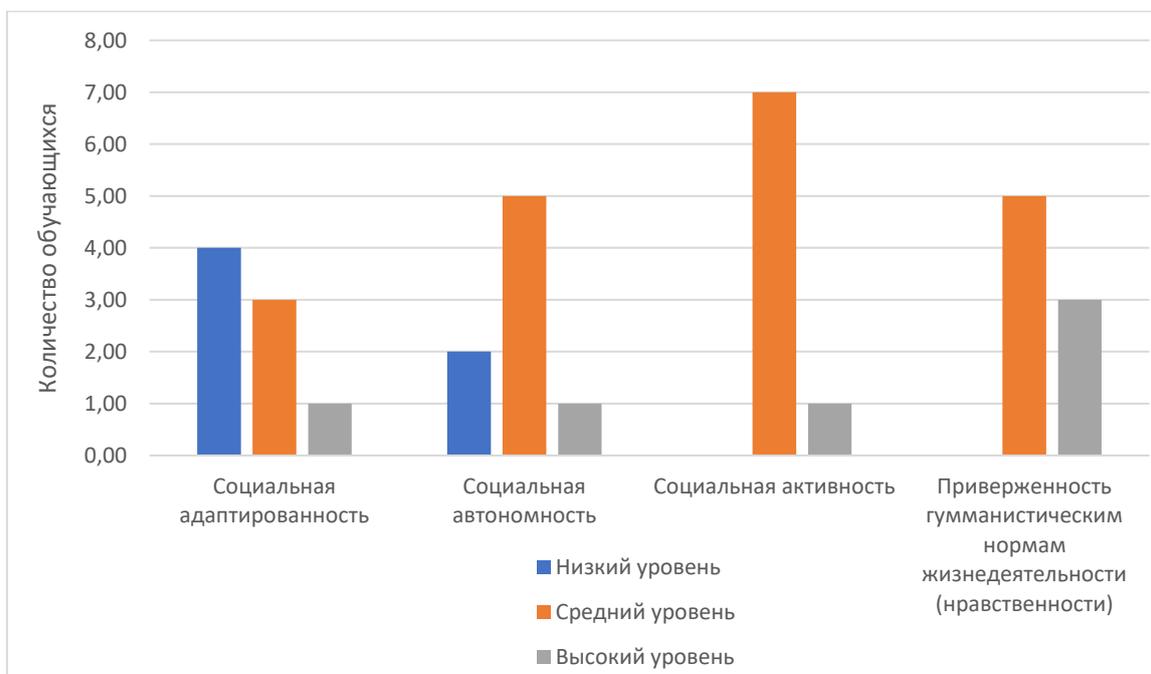


Рис. 1. Показатели уровней сформированности социальных навыков у обучающихся (по методике М. И. Рожкова)

Таблица 3

Показатели развития коммуникативных способностей по результатам теста «Коммуникативные способности»

(В. В. Синявский, В. А. Федорошин)

	Величина оценочного коэффициента	Оценка
Полина П.	0.43	1
Екатерина В.	0.43	1
Антон П.	0.25	1
Екатерина Р.	0.3	1
Валерий А.	0.4	1
Никита Б.	0.53	2

	Величина оценочного коэффициента	Оценка
Дарья Т.	0.48	2
Виктория П.	0.5	2

Результаты диагностики коммуникативных способностей показывают наличие серьезной проблемы в сформированности коммуникативных навыков у обучающихся. Пять обучающихся получили оценку 1 (крайне низкий уровень), и трое обучающихся получили оценку 2 (низкий уровень). Даже лучший результат среди группы указывает на низкий уровень. Значение 0.53 говорит о том, что даже самые «коммуникабельные» из этой группы обучающихся испытывают значительные трудности. Наихудший результат (0.25): Этот показатель демонстрирует крайнюю степень низкого уровня развития коммуникативных навыков у отдельного обучающегося. Разница между лучшим и худшим результатом (0.28) говорит о разбросе в уровне развития навыков внутри группы, хотя все они находятся в пределах низкого диапазона. Среднее значение 0.42 подтверждает общий вывод о крайне низком уровне развития коммуникативных навыков у группы в целом. Среднее значение, близкое к наихудшему результату, указывает на преобладание крайне низких показателей.

Результаты диагностики однозначно свидетельствуют о низком уровне развития коммуникативных навыков у всех протестированных обучающихся. Отсутствие обучающихся с результатами выше низкого уровня, а также низкое среднее значение, подчеркивают необходимость коррекционной работы. Полученные данные представлены графически в рисунке 2.

С целью изучения коммуникативных навыков обучающихся применялась методика «коммуникативный лист» (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина). Методы диагностики – беседа и наблюдение. Согласно интерпретации данных методики, 1 балл – достаточный уровень сформированности умения (навыка), 0,5 баллов – средний уровень, 0 баллов –

низкий уровень. Показатели развития коммуникативных способностей представлены в таблице 4.

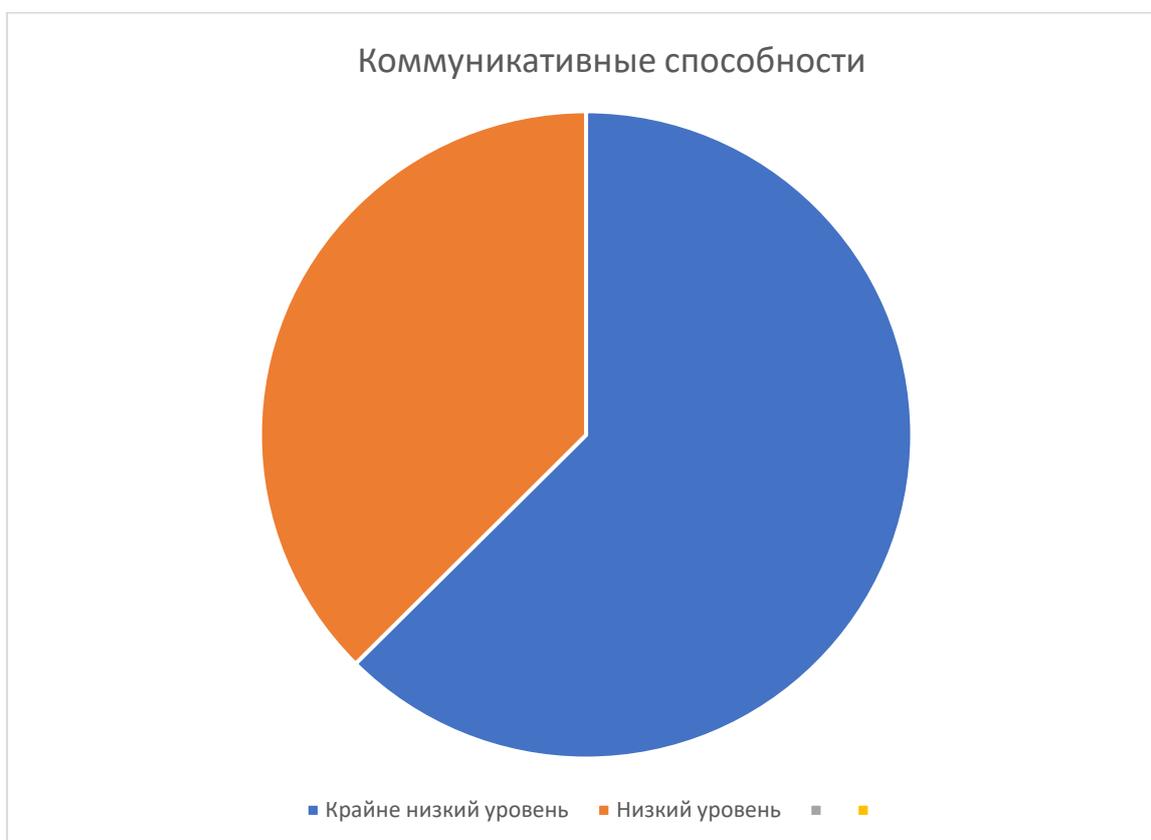


Рис. 2. Показатели сформированности коммуникативных навыков у обучающихся (по методике: тест «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин)

Четыре обучающихся показали достаточный уровень сформированности речевого компонента коммуникации. Они всегда здороваются и прощаются, активно участвуют в диалоге (задают вопросы, отвечают на вопросы), однако иногда могут перебивать собеседника. Другая половина обучающихся показала средний уровень сформированности речевого компонента коммуникации. Они не всегда здороваются и прощаются, могут быть пассивны во время диалога (двое обучающихся практически не задают вопросы), перебивают собеседника. Большинство обучающихся могут выразить просьбу.

**Показатели развития коммуникативных навыков (по методике
«Коммуникативный лист»)**

		Количество баллов
Полина П.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	0.5
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	1
	Прощается	1
Екатерина В.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	1
	Прощается	1
Антон П.	Здоровается	0.5
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	0.5
	Задает вопросы	0
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	1
	Прощается	0.5
Валерий А.	Здоровается	0.5
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	0.5
	Задает вопросы	0
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	1
	Прощается	0.5
Никита Б.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	1
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1
Дарья Т.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	0.5

Продолжение таблицы 4

		Количество баллов
	Прощается	1
Виктория П.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1
	Екатерина Р.	Здоровается
Обращается к собеседнику		1
Отвечает на вопросы		1
Задает вопросы		1
Выражает просьбу		1
Не перебивает		0.5
Прощается		1

Таким образом, было проведено исследование, которое показало низкий уровень развития социальных навыков по второй методике и средний по первой и третьей. Это указывает на необходимость целенаправленной работы по развитию социальных навыков у подростков с умственной отсталостью.

ГЛАВА 3. РАБОТА СПЕЦИАЛЬНОГО ПСИХОЛОГА ПО ФОРМИРОВАНИЮ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

3.1. Программа формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

1. *Пояснительная записка*

Данная программа направлена на формирование социальных навыков у обучающихся с легкой умственной отсталостью 8-9 классов. Программа курса составлена с учетом психофизиологических, познавательных, эмоционально-волевых особенностей развития, особых образовательных потребностей обучающихся подростков с умственной отсталостью.

Программа составлена согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.
2. ФГОС общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ МО РФ № 1599 от 19.12.2014г.).
3. Письма Министерства образования и науки РФ / Департамента государственной политики в сфере общего образования «О рабочих программах учебных предметов» от 28.10.2015 № 08-1786.
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ФГОС ОУО 1-4, 5-9 классы (2024-2025 учебный год).

Цель программы – формирование и развитие социальных навыков у подростков с умственной отсталостью, обеспечивающих их эффективное взаимодействие с окружающими, развитие навыков коммуникации и

адаптации в социальной среде.

Задачи:

- 1) повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- 2) формирование и развитие навыков общения;
- 3) формирование образа «Я», навыков самопознания;
- 4) формирование навыка выхода из конфликтных ситуаций;
- 5) развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

Согласно федеральной рабочей программе воспитания, данная программа согласуется с разделом «ценности научного познания», ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

Срок реализации – 1 учебный год. Программа рассчитана на 34 занятия, в неделю проводится 1 занятие продолжительностью 40 минут.

Структура коррекционно-развивающих занятий:

Каждое занятие состоит из нескольких последовательных частей.

1) вводная часть. Организационный момент, настраивающий на работу. Игры и упражнения на развитие произвольности психических процессов;

2) основная часть. Выполнение основных заданий и упражнений. Происходит формирование умения последовательного анализа и наблюдения; развитие навыков самостоятельного мышления, постановки цели и планомерного выполнения задания. В основную часть обязательно включаются релаксационные упражнения, способствующие снятию мышечного напряжения, усталости и активизирующие мыслительную деятельность;

3) заключительная часть. Упражнения и задания на развитие самоконтроля и адекватной самооценки. Рефлексия занятия, подведение

итогах работы.

2. *Содержание программы «Формирование социальных навыков у подростков с умственной отсталостью»*

Программа включает в себя четыре блока:

1) развитие и коррекция познавательной сферы: приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков; формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения; становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения; расширение словарного запаса;

2) самопознание. Что я знаю о себе. Формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир; умение определять личностные качества свои и других людей; формирование адекватной самооценки; достоинства и недостатки; навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями; Развитие коммуникативных навыков;

3) я и другие. Становление умения владеть средствами общения; формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам; формирование коллективного обсуждения заданий; установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику; способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я»;

4) развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы. Чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние; формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния; понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости; отработка методов противостояния внешнему

воздействию ровесников и взрослых; понятие группового давления и принятие собственного решения; формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения; поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению; понятие насилия и права защищать свои границы; формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя; понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций; коррекция агрессивности обучающихся.

Календарно-тематический план программы представлен в Приложении 3.

3. *Планируемые результаты реализации программы «Формирование социальных навыков у подростков с умственной отсталостью»*

1) наличие умения сотрудничать с окружающими людьми (поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия, уважительное отношение к иному мнению, осуществление взаимного контроля в совместной деятельности, осуществление самоконтроля в процессе деятельности и т. п.);

2) наличие навыков саморегуляции;

3) наличие адекватных представлений о собственных возможностях;

4) наличие осознания своего места в обществе.

4. *Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы «Формирование социальных навыков у подростков с умственной отсталостью»*

Материально-техническое обеспечение: мультимедийный проектор, ноутбук, интерактивная доска.

Учебно-методическое обеспечение:

1) Слепович Е.С., Поляков А.М. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии. СПб.: Речь, 2008. – 247 с.

2) Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М.,

2002.

Таким образом, была составлена рабочая программа, направленная на формирование социальных навыков у обучающихся с легкой умственной отсталостью 8-9 классов. Цель программы – формирование и развитие социальных навыков у подростков с умственной отсталостью, обеспечивающих их эффективное взаимодействие с окружающими, развитие навыков коммуникации и адаптации в социальной среде.

3.2. Анализ эффективности реализации программы формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

После частичной реализации коррекционно-развивающей программы была проведена диагностика на контрольном этапе экспериментального исследования.

С целью определения уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых, была использована методика М. И. Рожкова.

Согласно интерпретации данных, коэффициент больше трех свидетельствует о высокой степени социализированности ребенка; коэффициент больше двух, но меньше трех – о средней степени и коэффициент меньше двух характерен для низкой степени сформированности изучаемых параметров. Показатели сформированности социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых после частичной реализации рабочей программы представлены в Таблице 5.

В целом, можно констатировать, что показатели обучающихся улучшились:

1) *социальная адаптированность*: наблюдается положительная динамика. Количество обучающихся с низким уровнем адаптированности сократилось с четырёх до двух, а с высоким уровнем – увеличилось с одного

до двух. Это свидетельствует об улучшении способности обучающихся к установлению социальных контактов и адаптации к социальным ситуациям. Средний показатель адаптированности вырос с 2.3 до 2.5, что подтверждает общую тенденцию к улучшению. Несмотря на улучшение, по-прежнему преобладает средний уровень, что указывает на необходимость дальнейшей работы в данном направлении;

Таблица 5

Показатели сформированности социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности испытуемых (по методике М. И. Рожкова)

	Оценка социальной адаптированности	Оценка автономности	Оценка социальной активности	Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности)
Полина П.	2.8	2.4	2.4	2.8
Екатерина В.	2.6	3	2.8	3
Антон П.	1.8	2	2.8	3.2
Екатерина Р.	1.6	2.6	3.2	2.6
Валерий А.	2	1.8	2	3.2
Никита Б.	3.6	3.2	2.6	3.4
Дарья Т.	3.2	2.4	3.2	3.8
Виктория П.	2.4	2.8	2.2	2.8

2) *социальная автономность*: Зафиксирована положительная динамика: количество обучающихся с низким уровнем автономности сократилось с двух до одного, а с высоким – увеличилось с одного до двух. Это говорит о развитии у обучающихся способности к принятию самостоятельных решений и независимости. Количество обучающихся со средним уровнем осталось неизменным (пять человек). Средний показатель автономности также вырос с 2.3 до 2.5, что подтверждает положительную тенденцию;

3) *социальная активность*: наблюдается небольшое улучшение –

количество обучающихся с высоким уровнем активности увеличилось с одного до двух. Это свидетельствует о возрастании инициативности и стремления к активному участию в социальной жизни. Средний показатель активности вырос с 2.5 до 2.7, что также является положительным показателем;

4) *приверженность гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности)*: зафиксирована существенная положительная динамика: количество обучающихся с высоким уровнем приверженности нравственным нормам возросло с трёх до пяти. Средний показатель вырос с 3 до 3.1, что подтверждает укрепление нравственных ценностей у обучающихся.

Результаты контрольной диагностики демонстрируют явную положительную динамику по всем исследуемым параметрам социализированности. Наиболее значительные улучшения наблюдаются в областях социальной адаптированности, автономности и приверженности гуманистическим нормам. Уровень социальной активности также показывает положительную динамику. Полученные данные представлены графически в рисунке 3.

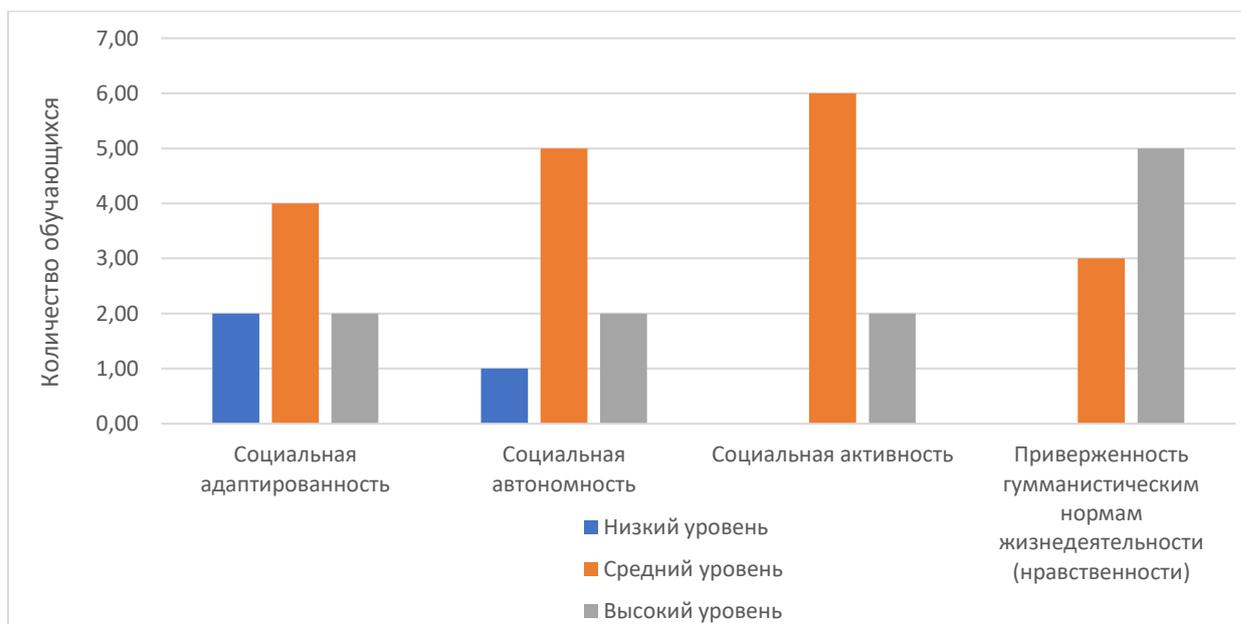


Рис. 3. Показатели уровня сформированности социальных навыков у обучающихся на контрольном этапе эксперимента (по методике М. И. Рожкова)

С целью изучения коммуникативных способностей испытуемых применялась методика «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин). Согласно интерпретации данных методики, оценка «1» (от 0,10 до 0,45) – крайне низкий уровень коммуникативной деятельности, оценка «2» (от 0,46 до 0,55) – низкий уровень, оценка «3» (от 0,56 до 0,65) – средний уровень, оценка «4» (от 0,66 до 0,75) – высокий уровень, оценка «5» (от 0,76 до 1) – очень высокий уровень. Показатели развития коммуникативных способностей после частичной реализации рабочей программы представлены в таблице 6.

Анализ результатов контрольной диагностики коммуникативных способностей демонстрирует определенный прогресс, хотя общая картина по-прежнему указывает на необходимость дальнейшей работы. Количество обучающихся, получивших оценку «1», уменьшилось на два. Это положительный сдвиг, свидетельствующий об эффективности проделанной коррекционной работы для части обучающихся. Количество обучающихся с оценкой «2» увеличилось на одного. Хотя это и не переход на более высокий уровень, это можно рассматривать как промежуточный этап, поскольку обучающиеся приблизились к границе среднего уровня. Самым значимым изменением является появление одного обучающегося с оценкой 3 (средний уровень). Это говорит о том, что коррекционная программа оказала существенное положительное влияние как минимум на одного обучающегося. Средний балл улучшился на 0.03. Хотя улучшение и невелико, оно подтверждает общую тенденцию к улучшению коммуникативных навыков в группе.

Контрольная диагностика демонстрирует положительную динамику в развитии коммуникативных навыков обучающихся. Наблюдается сокращение количества обучающихся с крайне низким уровнем, увеличение числа обучающихся с низким уровнем и появление обучающегося со средним уровнем. Числовые показатели также демонстрируют улучшение. Однако, большинство испытуемых по-прежнему находятся на низком или крайне

низком уровне развития коммуникативных навыков, что говорит о необходимости продолжения работы в том направлении. Полученные данные представлен графически в рисунке 4.

Таблица 6

Показатели развития коммуникативных способностей по результатам теста «Коммуникативные способности»
(В. В. Синявский, В. А. Федорошин)

	Величина оценочного коэффициента	Оценка
Полина П.	0.53	2
Екатерина В.	0.48	2
Антон П.	0.3	1
Екатерина Р.	0.3	1
Валерий А.	0.4	1
Никита Б.	0.58	3
Дарья Т.	0.48	2
Виктория П.	0.53	2

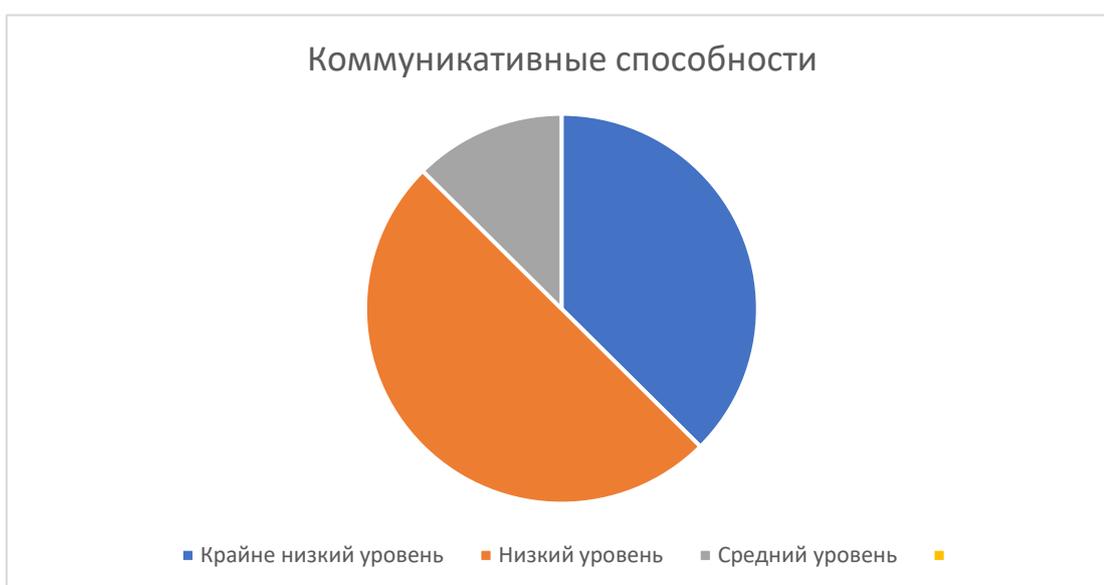


Рис. 4. Показатели уровней сформированности коммуникативных навыков у обучающихся на контрольном этапе эксперимента (по методике «Коммуникативные способности»)

С целью изучения коммуникативных навыков обучающихся применялась методика «коммуникативный лист» (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина). Методы диагностики – беседа и наблюдение. Согласно интерпретации данных методики, 1 балл – достаточный уровень сформированности умения (навыка), 0,5 баллов – средний уровень, 0 баллов – низкий уровень. Показатели сформированности коммуникативных способностей представлены в таблице 7.

Большинство обучающихся показали достаточный уровень сформированности речевого компонента коммуникации. Они всегда здороваются и прощаются, активно участвуют в диалоге (задают вопросы, отвечают на вопросы), однако иногда могут перебивать собеседника. Обучающиеся, которые во время первичной диагностики показали средние результаты улучшили свои показатели. Они стали чаще отвечать на вопросы, активнее участвовать в диалоге.

Таблица 7

Показатели сформированности коммуникативных навыков (по методике «Коммуникативный лист» (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина)

		Количество баллов
Полина П.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	0.5
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	1
	Прощается	1
Екатерина В.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	1
	Прощается	1
Антон П.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	0.5
	Задает вопросы	0

		Количество баллов
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	1
	Прощается	0.5
Екатерина Р.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	1
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1
Валерий А.	Здоровается	0.5
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	0.5
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	1
	Прощается	0.5
Никита Б.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	1
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1
Дарья Т.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	1
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	1
	Выражает просьбу	1
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1
Виктория П.	Здоровается	1
	Обращается к собеседнику	0.5
	Отвечает на вопросы	1
	Задает вопросы	1
	Выражает просьбу	0.5
	Не перебивает	0.5
	Прощается	1

Таким образом, можно отметить положительный эффект коррекционно-

развивающей программы. Обучающиеся показали более высокие результаты по всем диагностическим методикам.

3.3. Методические рекомендации для педагогов по формированию социальных навыков у подростков с умственной отсталостью

При планировании занятий учитывается тема, поставленные цели, подбираются такие формы работы, которые помогают сделать занятие разнообразным, а выбор упражнений и заданий ликвидировали бы пробелы в знаниях и стимулировали бы познавательную деятельность. Используемый материал строится по концентрическому принципу, постепенно расширяя и углубляя изученные темы.

Систематическое применение технологии имитационного моделирования позволяют решать поставленные задачи, так как игровая форма наиболее доступна для детей, она способствует сглаживанию и сокращению адаптационного периода, а также формирует учебную мотивацию через ситуацию успеха в игровой деятельности. Использование развивающих игр и упражнений в учебном процессе оказывает благотворное влияние на развитие не только познавательной деятельности, но также носит личностно-ориентированную направленность, которая помогает в дальнейшем адаптироваться детям в социуме.

Использование на занятиях словесных методов (рассказ, объяснение, беседа) помогают в общении с обучающимися. У детей с интеллектуальной недостаточностью отмечаются нарушения речевого развития, в связи с этим уделяется особое внимание речи педагога, которая является образцом для обучающихся: необходимость четкого произношения, правильность ударения, яркость, выразительность, замедленность темпа, так как это углубляет понимание, расширяет словарный запас, способствует развитию связной речи у обучающихся.

Устное изложение материала сочетается с наглядными и практическими

упражнениями. В качестве практических заданий используются развивающие материалы из набора “Монтессори – материалы”, посредством взаимодействия с которыми у детей развивается моторика, влияющая на общее, эмоциональное, речевое и социальное развитие.

Для более полного усвоения детьми учебного материала, применяются проблемно-поисковые и наглядные методы, так как зрительные образы изучаемого материала быстрее формируются в памяти, чем создаваемые только на основе речевого сообщения; широко используются ИКТ: компьютер, интерактивная доска.

Применение наглядных методов в обучении умственно отсталых детей создает условия для более полного усвоения ими учебного материала. Использование наглядных методов позволяет подготовить обучающихся к изучению более сложной техники в профессиональном обучении. Зрительные образы изучаемого материала быстрее формируются и дольше сохраняются в памяти, чем создаваемые только на основе речевого сообщения; именно этим объясняется эффективность применения наглядных средств.

Использование развивающих игр и упражнений в учебном занятии оказывает благотворное влияние на развитие не только познавательной деятельности, но также носит личностно-ориентированную направленность, которая помогает в дальнейшем адаптироваться детям в социуме.

Одним из главных условий достижения положительного результата является опора на чувственное познание детей, на их личный опыт. Предметы, используемые на занятиях, позволяют сблизить теоретические знания и реальную жизнь.

В начале каждого занятия в организационный момент включаются специальные корригирующие упражнения, предполагающие развитие высших психических функций ребенка: восприятие; различных видов памяти и ее процессов (запоминания, узнавания, воспроизведения); внимания; мышления. Эти упражнения помогают детям сразу включиться в активную познавательную деятельность и создают положительную мотивационную

установку. Это могут быть «пальчиковые» упражнения, артикуляционная гимнастика. Перед выполнением каждого задания дается подробная инструкция, возможен показ действия педагогом. Обучающийся должен учиться, сам оценивать качество выполнения задания и уметь контролировать свои действия. Выбирается оптимальный темп деятельности, установка делается не на скорость, а на качество. Оценивая работу, внимание акцентируется на положительном моменте и не заостряется на неудаче. Обучающийся должен быть уверен, что все трудности и проблемы преодолимы и успех возможен.

Ведущим в системе целенаправленной коррекционно-педагогической деятельности является принцип единства коррекционных, профилактических и развивающих задач, где системность и взаимообусловленность задач отражает взаимосвязь развития различных сторон личности ребенка и их гетерохронность, т. е. неравномерность развития. Принцип единства диагностики и коррекции обеспечивает целостность педагогического процесса. Невозможно вести эффективную и полномасштабную коррекционную работу, не зная исходных данных об объекте. Трудно подобрать необходимые методы и приемы коррекции отклоняющегося поведения и развития, если у нас нет объективных данных о ребенке, о причинах и характере девиации, особенностях его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей ребенка в коррекционно-педагогическом процессе целесообразнее рассматривается как принцип «нормативности» развития личности, как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития. Понятие «психологический возраст» ввел Л.С. Выготский, который видел в этом новый тип строения личности и ее деятельности, те психические и социальные изменения, которые в самом главном и основном определяют сознание ребенка, его отношение к среде, его внутреннюю и внешнюю жизнь, весь ход его развития в данный период.

Деятельностный принцип коррекции определяет тактику проведения коррекционной работы и способы реализации поставленных целей, подчеркивая, что исходным моментом в их достижении является организация активной деятельности ребенка, создание необходимых условий для его ориентировки в сложных конфликтных ситуациях, выработка алгоритма социально приемлемого поведения.

Принцип гуманизма, развитый в ряде гуманистических теорий (А. Маслоу, Э. Эриксон, К. Роджерс, К. Ясперс, Р. Мей, В. Франкл), означает веру в возможности ребенка, субъектный, позитивный подход к взаимодействию с ним. Говоря о реализации принципа гуманизма в работе с детьми, имеющими проблемы в развитии, уместно вспомнить слова Л. С. Выготского, который со свойственной ему образностью писал: «В традиционном воспитании детей с дефектами психики нет ни грани стоицизма, оно расслаблено тенденциями жалости и филантропии, оно отравлено ядом болезненности и слабости. Наше воспитание пресное, оно не задевает за живое, в нем нет соли. Нам нужны закаливающие и мужественные идеи. Наш идеал — не обкладывать больное место ватой и беречь его всеми силами от ушибов, а открывать преодолению дефекта, его сверх компенсации широчайший путь». И далее: «Мы останавливаемся на золотниках болезни и не замечаем пудов здоровья. Мы подмечаем крупички дефектов и не замечаем колоссальных, богатых жизнью областей, которыми обладают дети...».

Данные методические рекомендации помогут педагогам эффективно организовать и провести занятия, направленные на развитие у подростков необходимых социальных компетенций.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа была посвящена проблеме формирования социальных навыков у подростков с умственной отсталостью. Актуальность данного исследования заключалась в следующем: социализация – важный процесс в жизни человека и от его успешности зависит, сможет ли человек с ментальными нарушениями стать частью общества: устроиться на работу, найти друзей, завести семью. Лица с умственной отсталостью нуждаются в особом уходе и поддержке со стороны социальных работников, государства и общества в целом.

Теоретическое изучение научной литературы показало, что обучающиеся с умственной отсталостью характеризуются нарушением всей психической деятельности и, в частности, сталкиваются с проблемами в процессе социализации, а в основе успешной социализации лежит развитие социальных навыков.

Экспериментальное изучение сформированности социальных навыков проводилось на базе ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 1». В исследовании приняло участие восемь обучающихся с лёгкой умственной отсталостью из 9 «А» класса. Было использовано три методики: методика М. И. Рожкова, тест «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин) и коммуникативный лист (Л. М. Шипицына, М. И. Лисина). Исследование показало низкий уровень сформированности социальных навыков по тесту «Коммуникативные способности» и средний – по методикам М. И. Рожкова и методике «Коммуникативный лист».

В рамках формирующего этапа экспериментального исследования была составлена рабочая программа, направленная на формирование социальных навыков у подростков с легкой умственной отсталостью. Занятия по программе включают в себя упражнения, игры, релаксацию, рефлекссию. Программа была реализована частично. По результатам контрольной диагностики была выявлена положительная динамика. Обучающиеся

улучшили результаты по всем диагностическим методикам.

Задачи выпускной курсовой работы были решены, и поставленная цель достигнута.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдураманова В. В. Социальные навыки подростков как компонент социальной компетентности // Современные научные исследования и разработки. 2017. № 9(17). С. 18-20. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32308270>
2. Агавелян О.К. Общение детей с нарушениями умственного развития : Автореф. дисс. ... д.психол.н. / М.: АПН СССР, НИИД, 1989. 34 с.
3. Агеева И.Б. Проблема формирования коммуникативных навыков в системе образования лиц с умственной отсталостью // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. 2016. № 4. С. 95-98.
4. Акимова Т. А. Особенности социально-бытовых навыков у детей с умственной отсталостью // Проблемы и перспективы развития образования: материалы 6 Междунар. науч. конф. (г. Пермь, апрель 2015 г.) : Пермь: Меркурий, 2015. С 209-210.
5. Байкова Л. А. Исследование социального здоровья детей и учащейся молодежи: теоретико-методологические основы // Педагогическое образование и наука. 2016. № 3. С. 59-63.
6. Белицкая Г. Э. Социальная компетентность личности. М.: ИП РАН, 2009. 245 с.
7. Беляева М. А. Содержание социально-педагогической деятельности в реабилитации семьи ребенка-инвалида : Дис. ... канд пед. наук / М. А. Беляева. Екатеринбург, 1997.
8. Виноградова А.Д. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка : Учеб. Пособие / М.: Просвещение. 1985. 144 с.
9. Воронова А. А., Кравец К. К. Подростки с умственной отсталостью в интернет-пространстве: риски и пути их преодоления // Медийно-информационная грамотность современного педагога: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Том Часть II. Составление

и научная редакция: О.М. Скибина, И.В. Жилавская : Оренбург: «Оренбургская книга», 2018, С. 191-197. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36855484>

10. Гареева М. В. Социальные навыки обучающихся : Информационные и инновационные технологии в науке и образовании / Ростов-на-Дону, 2020. 681 с. URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_43993743_73746468.pdf

11. Горина Е. Н., Байбулатова О. В., Хмелькова О. В. Работа по социально-трудовой адаптации выпускников школы-интерната для обучающихся по адаптированным образовательным программам // Балтийский гуманитарный журнал. 2018. Т. 7. № 1 (22). С 22-25.

12. Гуровец Г.В. Коррекционно-развивающие игры как метод обучения в специальной педагогике // Обучение и воспитание детей с нарушениями в развитии. 2002. №1. С. 77–83.

13. Дульнев Г.М. Задачи и методы воспитания учащихся вспомогательной школы / Воспитательная работа во вспомогательной школе / Под ред. Г.М. Дульнева. М.: АПН СССР, Институт дефектологии, 1961. 240 с.

14. Евглевская С. В. Формирование социальных навыков обучающихся // Аллея науки. 2018. Т. 5. № 9(25). С. 702-704.

15. Евтушенко И. В. Использование регулятивной функции музыки в воспитании детей с легкой умственной отсталостью // Современные проблемы науки и образования. 2013. №6. С. 201-205.

16. Защиринская О. В. Возрастные особенности общения детей и подростков с умственной отсталостью // Вестник СПбГУ. 2012. № 4. С. 39-44.

17. Защиринская О. В., Кулага П. Ю. Дизонтогенетические особенности общения детей и подростков с умственной отсталостью // Вестник СПбГУ. 2011. № 3. С. 97-104.

18. Зимина Н. А., Психологическая диагностика коммуникативного потенциала личности: методические рекомендации для студентов / Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т; Н. Новгород: ННГАСУ, 2015. 42 с.

19. Исаев Д. Н., Колосова Т. А. Практикум по психологии умственно отсталых детей и подростков : учебное пособие / Санкт-Петербург : КАРО, 2012. 176 с.
20. Кагермазова Л. Ц. Возрастная психология (Психология развития) : электронный учебник / URL: https://chukotkabezsirot.chao.socinfo.ru/media/2019/01/25/1274339953/Vozrastnaya_psixologiya_uchebnik.pdf
21. Калинина Н.В. Формирование социальной компетентности как механизм укрепления психологического здоровья подрастающего поколения // Психологическая наука и образование. 2001. № 4. С. 16-21.
22. Карпушкина Н. В., Конева И. А. Особенности Образа я у подростков с умственной отсталостью // Карельский научный журнал. 2019. Т. 8. № 4(29). С. 27-29.
23. Кирпичникова К. Д. Социализация детей с умственной отсталостью : Материалы VI Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. В 4-х частях. Том Часть 4. Под редакцией Г.С. Чесноковой, Е.А. Сапрыкиной / Новосибирский государственный педагогический университет (Новосибирск). 2017. С 74-76.
24. Колосова Н. А. Особенности копинг-поведения и механизмов психологической защиты умственно отсталых подростков // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2007. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-koping-povedeniya-i-mehanizmov-psihologicheskoy-zaschity-umstvenno-otstalyh-podrostkov>
25. Кон И. С. Психология юношеского возраста : учеб. пособие для студентов / пед. ин-тов. М., 1979. 175 с.
26. Королева А. Ф., Королева Н. С. Социально-психологические особенности подросткового возраста // Новая наука: стратегии и векторы развития. 2016. № 118(3). С 76-78.
27. Котова О. В. Современные модели интеграции инвалидов в

социум // Социальная политика и социология. 2010. №1(55). С. 209-218. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=15171375>

28. Кравченко А. И. Социология: Общий курс : учебное пособие для вузов / М., 2002. 640 с.

29. Крушельницкая, О. Б. Подросток в системе референтных отношений : учебное пособие / О. Б. Крушельницкая. Москва ; НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. 208 с.

30. Куницына В.Н. Межличностное общение : учебник для ВУЗов / СПб.: Питер, 2001. 544 с.

31. Лукина А. К., Куропаткина Н. Г. Театральная деятельность как средство развития социальной компетентности подростков с умственной отсталостью // Социальная педагогика. 2020. №1. С. 105-113.

32. Маллаев Д.М., Омарова П.О., Бажукова О.А. Психология общения и поведения умственно отсталого школьника : Учебное пособие / СПб.: Речь, 2009, 160 с

33. Мамаева С. В. Формы и методы социализации школьника на основе сотрудничества семьи, школы, общественности : методические разработки / Йошкар-Ола: Марийский институт образования, 2016. 16 с.

34. Мардахаев Л. В. Социальная педагогика : электронный учебник. URL: <https://culture.wikireading.ru/95621>

35. Меерзон Т. И., Кожаева К. Е. Куклотерапия в социализации детей с умственной отсталостью // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. №Т20. С. 43-48. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25907388>

36. Мозжалова Ю.А. Формирование навыков социального взаимодействия у людей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью : Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / М., 2007, 182 с.

37. Мудрик, А.В. Социальная педагогика : учебник для студ. высш. проф. образования / 8-е изд., М.: Академия, 2013, 224 с.

38. Насибуллина А. Д., Хаустова М. Н. Игровые технологии как

средство развития навыков социального взаимодействия у подростков с умственной отсталостью // Научное и образовательное пространство: перспективы развития / Сборник материалов IV Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 29 января 2017 года). Том 1. 2017. С. 175-180.

39. Насибуллина А.Д. Психолого-педагогические аспекты организации мониторинга развития личности подростка с умственной отсталостью в коллективе сверстников // Классный коллектив в современной науке и практике образования: методология исследования, реалии и перспективы развития: Мат-лы Межд. науч.-практ. конф., Оренбург, 2016. С. 232–235.

40. Насибуллина А. Д., Зыкова Н. В., Мелешкина М. С. Роль семейного воспитания в формировании навыков социально-бытовой ориентации у младших подростков с умственной отсталостью // Концепт. 2014. № 09. С. 1-6.

41. Обухова, Л. Ф Детская Психология : учебник / Москва ; Юрайт, 2013, 460 с.

42. Омарова П.О. Развитие общения умственно отсталых младших школьников : учебное пособие / Махачкала: Юпитер, 2002, 120 с.

43. Омарова П. О. Социализация детей с нарушениями интеллекта // Педагогическое образование и наука. 2009. № 10. С. 29-34.

44. Опарина Е. В. Развитие социальных навыков школьников как педагогическая проблема // Педагогика. Вопросы теории и практики. 2017. № 4 (8). С. 33-37.

45. Попова А. А. Социальные навыки детей с ограниченными возможностями здоровья // Евразийский Союз Ученых. Серия: педагогические, психологические и философские науки. 2021. № 7(88). С. 18-20.

46. Прямикова Е.В. Социальная компетентность взросления // Социологические исследования. 2009. №7. С. 126–132.

47. Реан А. А. Социализация личности : Учебное пособие / Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 1999. С. 32-34.
48. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого ребенка : Учебник / М.: Просвещение, 1979, 192 с.
49. Свиридова Е. М. Феномен явления социализации: диагностика, уровни, условия, подходы к обеспечению активности учащегося в школе // Инновационные проекты и программы в образовании / 2013. № 1. С. 37-47.
50. Степанова О.А. Методика игры с коррекционно-развивающими технологиями : Учебное пособие / О.А. Степанова, М.Э. Вайнер, Н.Я. Чутко; под ред. Г.Ф. Кумариной. М.: Академия, 2003, 270 с.
51. Тростина Е. В. Исследование сформированности социально-коммуникативных навыков у подростков с легкой степенью умственной отсталости // Вопросы педагогики. 2022. №3-1. С. 234-238.
52. Фотекова Т.А., Ахутина Т.В. Диагностика речевых нарушений школьников с использованием нейропсихологических методов : Пособие для логопедов и психологов. / М.: АРКТИ, 2002, 136 с.
53. Шипицына Л.М. Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта : учебное пособие / СПб.: Дидактика Плюс; Институт общегуманитарных исследований, 2002, 496 с.
54. Шмелева, Е. А. Мотивация детей с умственной отсталостью к физкультурно-спортивной деятельности в условиях адаптивной двигательной рекреации // Научный поиск. 2015. № 2.2. С. 74–77.
55. Щербакова А.М., Москоленко Н.В. Формирование социальной компетентности у учащихся старших классов специальных образовательных учреждений VIII вида (Методические рекомендации) // Дефектология. 2001. № 3. С. 19– 34.

Список суждений к методике М. И. Рожкова

- 1) Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
- 2) Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
- 3) За что бы я ни взялся – добиваюсь успеха.
- 4) Я умею прощать людей.
- 5) Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
- 6) Мне хочется быть впереди других в любом деле.
- 7) Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
- 8) Считаю, что делать людям добро – это главное в жизни.
- 9) Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
- 10) Общаюсь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
- 11) Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
- 12) Мне нравится помогать другим.
- 13) Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
- 14) Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
- 15) Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
- 16) Переживаю неприятности других, как свои.
- 17) Стремлюсь не ссориться с товарищами.
- 18) Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие,
- 19) Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
- 20) Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Бланк к методике М. И. Рожкова

Имя _____ Возраст 16 лет

	Всегда	Почти всегда	Иногда	Очень редко	Никогда
Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей		+			
Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других				+	
За что бы я ни взялся – добиваюсь успеха			+		
Я умею прощать людей	+				
Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи				+	
Мне хочется быть впереди других в любом деле				+	
Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав			+		
Считаю, что делать людям добро – это главное в жизни			+		
Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие		+			
Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение				+	
Если я что-то задумал, то обязательно сделаю			+		
Мне нравится помогать другим			+		
Мне хочется, чтобы со мной все дружили			+		
Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться		+			
Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать			+		
Переживаю неприятности других, как свои	+				
Стремлюсь не ссориться с товарищами	+				
Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие			+		
Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца			+		
Стараюсь защищать тех, кого обижают			+		

Рис. 1. Бланк к методике М. И. Рожкова, заполненный одним из обучающихся

Список суждений к методике «Коммуникативные способности»

(В. В. Синявский, В. А. Федорошин)

- 1) Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
- 2) Долго ли длится ваша обида на товарищей, если вы поссорились?
- 3) Хотите ли вы познакомиться с новыми людьми, завести себе новых друзей?
- 4) Правда ли, что вы больше любите читать книги, чем проводить время в одиночестве или общаться со своими друзьями?
- 5) Легко ли вам разговаривать со взрослыми?
- 6) Легко ли вы себя ведете в незнакомой компании?
- 7) Легко ли вам общаться с незнакомыми для вас людьми?
- 8) Долго ли вы пытались завести друзей, когда пришли учиться в школу?
- 9) Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с незнакомыми людьми?
- 10) Вам не нравятся окружающие люди и вам хочется побыть одному?
- 11) Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
- 12) Трудно ли вам подойти и познакомиться с новым человеком?
- 13) Любите ли вы участвовать играх в команде?
- 14) Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
- 15) Легко ли вам развеселить малознакомую для вас компанию?
- 16) У вас мало настоящих друзей?
- 17) Чувствуете ли вы себя легко, попав в незнакомую для вас компанию?
- 18) Вы чувствуете себя уверенно, выступая перед большой группой людей?
- 19) Верно ли, что у вас много друзей?

20) Часто ли вы находитесь в центре внимания у своих товарищей?

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Бланк к методике «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин)

Имя Возраст 18

	Да	Иногда	Нет
Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?	+	+	
Долго ли длится ваша обида на товарищей, если вы поссорились?			+
Хотите ли вы познакомиться с новыми людьми, завести себе новых друзей?			+
Правда ли, что вы больше любите читать книги, чем проводить время в одиночестве или общаться со своими друзьями?	+		
Легко ли вам разговаривать со взрослыми?		+	
Легко ли вы себя ведете в незнакомой компании?			+
Легко ли вам общаться с незнакомыми для вас людьми?			+
Долго ли вы пытались завести друзей, когда пришли учиться в школу?			+
Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с незнакомыми людьми?			+
Вам не нравятся окружающие люди и вам хочется побыть одному?	+		
Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?			+
Трудно ли вам подойти и познакомиться с новым человеком?	+		
Любите ли вы участвовать играх в команде?		+	
Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?	+		
Легко ли вам развеселить малознакомую для вас компанию?			+
У вас мало настоящих друзей?	+		
Чувствуете ли вы себя легко, попав в незнакомую для вас компанию?			+
Вы чувствуете себя уверенно, выступая перед большой группой людей?			+
Верно ли, что у вас много друзей?	+		
Часто ли вы находите в центре внимания у своих товарищей?		+	

Рис. 2. Бланк к методике «Коммуникативные способности» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин), заполненный одним из обучающихся

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Календарно-тематический план программы формирования социальных навыков подростков с умственной отсталостью

Тема занятия	Содержание	Планируемые результаты	Количество часов
Развитие внимания	Приветствие; Упражнение «Найди отличия»; Игра «Запрещенное движение»; Упражнение «Повтори рисунок»; Упражнение «Мозаика» Рефлексия.	Развитие концентрации внимания; Развитие навыков переключения внимания между различными видами деятельности; Увеличение объема запоминаемой информации;	1
Развитие памяти	Приветствие; Упражнение «Нарисуй по памяти»; Упражнение «Запомни слова попарно»; Упражнение «Цифры»; Упражнение «Послушай и повтори»; Упражнение «Рисунок по памяти»; Рефлексия.	Развитие кратковременной памяти; Развитие слуховой и зрительной памяти; Развитие внимания;	1
Развитие мышления	Приветствие; Упражнение «Найди лишнее»; Упражнение «Продолжи ряд»; Упражнение «Классификация»; Упражнение «Составление рассказов по картинкам»; Рефлексия.	Развитие логического мышления; Развитие навыков сравнения и обобщения; Развитие способности к анализу и синтезу информации.	1
Моё окружение	Приветствие; Беседа про социальные роли; Упражнение «живая картина»; Беседа про место человека в обществе; Упражнение «рисунок	Повышение уровня знаний о социальных нормах и правилах поведения; Развитие эмпатии и понимания чувств других; Развитие	1

	на тему «Я и моё окружение»» Рефлексия.	представления о своём месте в окружающем мире; Повышение уверенности в себе.	
Формирование развернутой монологической и диалогической речи	Приветствие; Беседа о значении речи в жизни человека; Игра «Опиши картинку»; Упражнение «Цепочка слов»; Упражнение «Рассказ по опорным словам»; Рефлексия.	Обогащение словарного запаса; Развитие речевых навыков; Развитие умения строить связный текст; Развитие мышления.	1
Становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций	Приветствие; Игра «Найди пару»; Игра «Четвертый лишний»; Упражнение «Составь рассказ»; Упражнение «Классификация»; Рефлексия.	Развитие логического мышления; Развитие внимания; Развитие когнитивных функций; Развитие умения анализировать.	1
Становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций	Приветствие; Игра «Что изменилось?»; Упражнение «Сравниваем картинку»; Упражнение «Больше-меньше»; Упражнение «Составление схем»; Рефлексия.	Развитие логического мышления; Развитие внимания; Развитие когнитивных функций; Развитие умения анализировать.	1
Формирование способности к самопознанию	Приветствие; Беседа «Какой я?»; Рисунок «Мой портрет»; Упражнение «Мое волшебное зеркало»; Упражнение «Я могу...»; Рефлексия.	Повышение самооценки; Развитие самопознания;	1
Формирование способности к самопознанию	Приветствие; Игра «Угадай эмоцию»; Беседа «Какие чувства я испытываю?»; Упражнение «Мои цели и мечты»; Игра «Расскажи	Развитие эмпатии; Повышение самооценки; Развитие самопознания; Развитие понимания своих эмоций.	1

	историю»; Рефлексия.		
Формирование адекватной самооценки	Приветствие; Игра «Похвали соседа»; Беседа «Что я умею делать хорошо?»; Игра «Моя шкатулка с сокровищами»; Упражнение «Я ценю в себе...»; Создание аффирмаций; Рефлексия.	Формирование адекватной самооценки; Повышение уверенности в себе; Развитие самопознания.	1
Формирование адекватной самооценки	Приветствие; Беседа «Когда мне бывает трудно?»; Упражнение «Мой волшебный помощник»; Игра «Найди решение»; Создание памятки «Как справиться с трудностями»; Рефлексия.	Формирование адекватной самооценки; Повышение уверенности в себе; Развитие умения справляться с трудностями; Развитие самопознания.	1
Достоинства и недостатки	Приветствие; Беседа: «Что такое достоинство? Что такое недостаток?»; Упражнение «Дерево достоинств и недостатков»; Ролевая игра; Техника «Снежный ком»; Рефлексия.	Развитие навыков самоанализа; Формирование адекватной самооценки; Развитие самопознания.	1
Навыки осуществления контроля за своей деятельностью	Приветствие; Беседа «Что такое план?» Игра «Мой день»; Упражнение «Собери пазл»; Рефлексия.	Формирование навыков самоконтроля; Формирование навыков планирования; Формирование навыков оценки своей деятельности.	1
Навыки осуществления контроля за своей деятельностью	Приветствие; Беседа «Что такое самоконтроль?»; Игра «Найди ошибку»; Упражнение «Сделай сам»; Рефлексия.	Формирование навыков самоконтроля; Формирование умения оценивать правильность выполнения задания;	1

		Формирование навыков оценки своей деятельности.	
Становление умения владеть средствами общения	Приветствие; Беседа «Что такое дружба?»; Просмотр и обсуждение мультфильмов, отражающих различные социальные ситуации; Ролевая игра; Рисунок «Мой друг»; Рефлексия.	Развитие коммуникативных навыков; Увеличение словарного запаса; Развитие навыков разрешения конфликтов; Повышение уверенности в себе.	1
Формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам	Приветствие; Игра «Изобрази эмоцию»; Упражнение «Общее дело»; Ролевая игра «Разрешение конфликта»; Рассказ «История дружбы»; Рефлексия.	Формирование позитивного отношения к сверстникам; Развитие коммуникативных навыков; Развитие навыков разрешения конфликтов; Развитие навыков работы в команде; Развитие эмпатии; Повышение уверенности в себе.	1
Установление позитивных взаимоотношений с окружающими	Приветствие; Игра «Телепатия»; Беседа о важности умения слушать; Упражнение: «Интервью»; Игра «Испорченный телефон»; Рефлексия.	Развитие навыков активного слушания; Развитие внимания; Развитие эмпатии; Развитие коммуникативных навыков.	1
Установление позитивных взаимоотношений с окружающими	Приветствие; Беседа о том, что такое «Я-сообщение»; Упражнение: «Ситуации»; Игра «Комплименты»; Создание коллажа «Я и мои друзья»; Рефлексия.	Развитие навыков активного слушания; Развитие внимания; Развитие эмпатии; Развитие умения выражать свои мысли и чувства; Развитие коммуникативных навыков.	1
Способность выражения собственного мнения,	Приветствие; Упражнение «Мое мнение»;	Формирование умения высказывать своё мнение;	1

формирование позитивного образа «Я»	Рассказ «Я такой, какой я есть»; Упражнение «Мои достижения»; Рефлексия.	Развитие умения выражать свои мысли и чувства; Развитие коммуникативных навыков;	
Профорентация	Приветствие; Игра «Таинственное слово»; Беседа на тему «Какие профессии подходят людям с умственной отсталостью?»; Игра «Необычные характеристики»; Игра «Угадай профессию»; Рефлексия.	Закрепление знаний о различных профессиях; Формирование положительного отношения к труду; Расширение представлений о различных профессиях; Стимулирование интереса к профессиональной деятельности.	1
Чувства, сложности идентификации чувств	Приветствие; Беседа о чувствах; Упражнение «Мое настроение»; Игра «Отгадай эмоцию»; Упражнение «Чувства и тело»; Рисунок «Моё настроение»; Рефлексия.	Развитие эмпатии; Развитие умения выражать свои мысли и чувства; Развитие самопонимания; Развитие коммуникативных навыков.	1
Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния	Приветствие; Игра «Отгадай эмоцию по голосу»; Упражнение «Зеркало»; Рисование эмоций; Составление «Словаря эмоций»; Рефлексия.	Развитие эмпатии; Развитие умения выражать свои мысли и чувства; Развитие самопонимания; Развитие коммуникативных навыков.	1
Понятие зависимости, понятие «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости	Приветствие; Беседа о привычках; Беседа о химической зависимости; Игра «Хорошо-плохо»; Рефлексия.	Формирование представления о зависимостях;	1
Понятие зависимости, понятие «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные	Приветствие; Беседа об эмоциональной зависимости; Обсуждение «как	Закрепление представления о зависимостях; Понимание способов борьбы с	1

зависимости	можно справиться с зависимостью»; Ролевая игра; Рефлексия.	зависимостью;	
Отработка методов противодействия внешнему воздействию ровесников и взрослых	Приветствие; Беседа об опасных социальных ситуациях; Игра «Ситуация»; Упражнение «Я говорю нет»; Ролевая игра; Рассказ «Мой герой»; Рефлексия.	Развитие способности идентифицировать опасные ситуации; Повышение уверенности в себе; Изучение способов отказа и противостояния нежелательным действиям; Формирование навыков асертивного поведения.	1
Понятие группового давления и принятие собственного решения	Приветствие; Беседа про групповое давление; Упражнение «Что такое давление?»; Игра «Да или нет?»; Упражнение «Мое мнение важно»; Рефлексия.	Изучение понятия «групповое давление»; Повышение уверенности в себе; Развитие навыков анализа в различных ситуациях; Формирование навыков асертивного поведения.	1
Формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения	Приветствие; Беседа о том, что такое мнение; Упражнение «Мое любимое...»; Игра «Верю – не верю»; Упражнение «Я чувствую...»; Упражнение «Аргументы за и против»; Рефлексия.	Развитие способности выражать свои мысли и чувства; Развитие навыков конструктивного общения; Развитие умения отстаивать свою точку зрения; Повышение уверенности в себе.	1
Поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению	Приветствие; Беседа о ситуациях, когда приходилось договариваться с другими людьми; Упражнение «Мои желания»; Игра «Торговля»;	Развитие навыка поиска компромиссных решений; Развитие умения отстаивать свою точку зрения; Формирование	1

	Упражнение «Строим дом»; Рефлексия.	навыков конструктивного взаимодействия в группе; Повышение уверенности в себе.	
Понятие насилия и право защищать свои границы	Приветствие; Беседа: «Что такое насилие?»; Игра «Ситуации»; Ролевая игра; Упражнение «Мое тело принадлежит мне»; Рефлексия.	Изучение понятия «насилие»; Развитие способности распознавать опасные ситуации; Повышение уверенности; Формирования навыка защита своих границ.	1
Формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя	Приветствие; Беседа о групповом давлении и насилии; Упражнение «Стенд мнений»; Игра «Аварийная ситуация»; Упражнение «Моё безопасное место»; Рефлексия.	Развитие навыков распознавания опасных ситуаций и умение говорить "нет"; Развитие способности распознавать опасные ситуации; Повышение уверенности.	1
Понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций	Приветствие; Беседа «Что такое конфликт?»; Упражнение «Мои чувства»; Игра «Разные точки зрения»; Ролевая игра; Рефлексия.	Научиться распознавать конфликтные ситуации; Развитие эмпатии; Повышение уверенности в себе.	1
Понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций	Приветствие; Беседа «Как можно разрешить конфликт?»; Техника «Я-сообщения»; Ролевая игра; Игра «Компромисс»; Рефлексия.	Изучение стратегий решения конфликта; Научиться распознавать конфликтные ситуации; Развитие эмпатии; Повышение уверенности в себе.	1
Коррекция агрессивности обучающихся	Приветствие; Беседа «Что такое агрессия?»; Игра «Рожицы»; Упражнение «Карта	Изучение понятия «агрессия»; Развитие умения распознавать признаки агрессии у	1

	эмоций»; Рефлексия.	себя и других; Развитие эмпатии; Повышение уверенности в себе.	
Коррекция агрессивности обучающихся	Приветствие; Упражнение «Общий рисунок»; Ролевая игра; Игра «Передай эмоцию»; Упражнение «Мой волшебный ящик»; Рефлексия.	Развитие навыка саморегуляции; Развитие умения распознавать признаки агрессии у себя и других; Развитие эмпатии; Повышение уверенности в себе.	1

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Технологическая карта занятия на тему «Моё окружение и социальные роли»

Класс: 9

Тема: моё окружение.

Цель: формирование представлений об обществе, которое окружает человека.

Задачи:

- 1) формировать представление о социальных ролях;
- 2) способствовать осознанию собственных социальных ролей и ответственности;
- 3) способствовать формированию представлений о своём месте в окружающем мире;
- 4) воспитывать уважительное отношение к окружающим.

Оборудование / средства, в том числе ИКТ:

- Для педагога-психолога: компьютер, проектор.
- Для обучающихся: цветные карандаши, фломастеры, бумага.

Этап, его продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога-психолога	Деятельность обучающихся	Методы, формы, приемы	Планируемый результат
Организационный этап, 5 минут	Поприветствовать детей; Настроить детей на работу.	<i>Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами поговорим о людях, которые нас окружают. Давайте начнем с вопроса: «Что такое социальная роль?» Это может быть, например, роль ученика, друга, члена семьи или работника. Как вы думаете, какие роли вы выполняете в своей жизни?</i>	Дети здороваются с педагогом-психологом, слушают, отвечают на вопросы, выполняют упражнение.	Беседа.	Дети готовы к выполнению заданий. Налажен контакт между педагогом - психологом и обучающимися.
Основно	Развитие	<i>Важно помнить,</i>	Обучающиеся	Беседа,	Большинс

<p>й этап, 30 минут</p>	<p>памяти; Развитие внимания</p>	<p><i>что каждая роль имеет свои обязанности и ожидания. Например, какие обязанности у роли ученика? Мы ожидаем, что ученик будет учиться, приходить на занятия и выполнять домашние задания. Но что еще, по вашему мнению, может входить в эту роль? Теперь давайте поговорим о том, как социальные роли могут меняться. Как вы думаете, могут ли наши роли меняться в зависимости от ситуации? Например, мы можем быть серьезными на уроке, но веселыми на встрече с друзьями. Почему это происходит? Также важно понимать, что иногда роли могут накладываться на нас давление. Чувствовали ли вы когда-нибудь, что должны соответствовать ожиданиям своей роли? Как вы с этим справились?</i></p> <p>Упражнение «живая картина».</p> <p><i>Ребята, а сейчас мы с вами создадим живую картину на тему «В школе». Давайте вспомним,</i></p>	<p>я выполняют задания.</p>	<p>упражнения.</p>	<p>тво детей справило с упражнениями</p>
---------------------------------	--	---	-----------------------------	--------------------	--

		<p><i>кто может быть в школе? (Учитель, ученики, директор, охранник, повар, медсестра).</i></p> <p><i>Сейчас каждый из вас выберет себе роль, которую он хочет изобразить.</i></p> <p><i>Подумайте, что делает этот человек в школе, как он выглядит, какое у него настроение.</i></p> <p><i>Когда вы выберете роль, найдите себе место в классе, где вы будете стоять.</i></p> <p><i>Постарайтесь изобразить свою роль так, чтобы все остальные могли понять, кого вы изображаете.</i></p> <p><i>Отлично, ребята! У нас получилась замечательная живая картина «В школе». Теперь давайте каждый по очереди расскажет, кого он изображает и что он делает.</i></p> <p><i>Молодцы, ребята! Вы очень хорошо справились с заданием. Мы увидели, как много разных людей работает в школе, и как важно уважать труд каждого из них.</i></p> <p><i>Человек существо социальное, он живет среди людей, с которыми строит свои отношения.</i></p> <p><i>Есть «Я», вокруг меня находится самое ближайшее мое окружение. Это</i></p>			
--	--	--	--	--	--

		<p><i>моя семья, близкие друзья, то есть микросоциум. Следующая сфера взаимодействия - это родственники, друзья, приятели, соседи, коллеги, одноклассники, учителя, те люди, взаимодействие с которыми для меня достаточно значимо. Следующий уровень - те люди, которые не оказывают особого влияния на мою судьбу, обычно мы не знаем их лично. Это продавец в магазине, кондуктор в транспорте, врач, обучающиеся школы. Самый дальний уровень - те люди, о существовании которых мы редко задумываемся, например одинокий старый рыбак с берегов Австралии. Рисунок «я и моё окружение» (приложение 7 и 8). Возьмите лист бумаги. Рисуйте, оставляя середину листа пустой. Нарисуйте все, что вас окружает в жизни, с кем и с чем вам приходится взаимодействовать – ваш социальный мир. Нарисовали? Теперь в центре нарисуйте себя. Расскажите что-нибудь о своем рисунке. Нравится ли тебе твой</i></p>			
--	--	---	--	--	--

		<i>рисунок, нравится ли тебе твой портрет? Что из нарисованного для тебя наиболее важно, а что - наименее? Как ты взаимодействуешь с тем, что нарисовано вокруг тебя? Какие социальные роли выполняют люди на рисунке?</i>			
Заключительный этап, 5 минут	Попрощаться, сформировать у детей положительную реакцию на занятие.	<i>Сегодня на уроке мы поговорили о людях, которые нас окружают. Что вы узнали? Какая информация была наиболее интересной? Какое упражнение понравилось вам больше всего? Вы все хорошо поработали. До свидания.</i>	Обучающиеся отвечают на вопросы и прощаются с педагогом-психологом.	Беседа.	Положительная реакция детей на занятие.

Рисунок одного из обучающихся «Я и мое окружение»



Рисунок одного из обучающихся «Я и мое окружение»

