

Название психолого-педагогической программы:
«СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК»

Автор-составитель:

педагог-психолог Луговская Ольга Дмитриевна,

Контактная информация:

эл. адрес: Oluchka75@mail.ru

телефон: 8(86341) – 3-19-52

Почтовый адрес:

346970 п. М-Курган, ул. 40 лет Пионерии, №3

Луговская О.Д

Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа работы с детьми «группы риска» «Седьмой лепесток».

АННОТАЦИЯ

Данная коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа работы с детьми «группы риска» направлена на обучение подростков использованию социально-приемлемых способов снятия внутреннего напряжения, конструктивным способам взаимодействия с окружающими. Основными задачами программы являются:

- обучение их навыкам саморегуляции;
- оптимизация уровня тревожности;
- обучение релаксации;
- создание положительного эмоционального фона для преодоления негативных проявлений.

Численность группы должна быть достаточной для осуществления групповых процессов, но вместе с тем следует учитывать необходимость личного пространства для каждого участника. Оптимальная численность группы - 8 человек или две подгруппы по 4 человека.

Программа состоит из 10 занятий.

Каждое занятие имеет тему, включает в себя цель занятия, разминку, релаксационное упражнение, рефлекссию и ритуал прощания. Каждое занятие имеет длительность от 30 мин до 45 мин.

Реализация программы предполагает свое осуществление в комнате психологической разгрузки. В комнате психологической разгрузки проводятся групповые мероприятия по данной программе по психологической поддержке и социальной адаптации детей, поддержанию здоровья и оптимальной работоспособности, ускорению реабилитации после чрезмерных нагрузок, стрессов и переутомления, освоению навыков саморегуляции. Особенно рекомендуются данные занятия для категории «трудных» подростков, поскольку

позволяют снять нервно-психическое напряжение, агрессию, эмоциональную возбудимость.

Сочетание разных стимулов оказывает успокаивающее, тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее действие, способствует как релаксации организма, так и активизации функций центральной нервной системы. Известно, что дети с умственной отсталостью – это дети с психопатоподобным поведением, гиперактивные дети или наоборот, инфантильные и аутичные. Оказание им помощи это первостепенная задача психологической службы. Один раз в неделю или же по мере необходимости ученики из-за парт плавно перемещаются в сухой бассейн с шариками. В нем массаж соединен с развлечениями. Такие игровые моменты, как купание, ныряние, плавание несут в себе функцию снятия эмоционального напряжения и психологической разгрузки, снять нервно-психическое напряжение, агрессию, эмоциональную возбудимость.

Комплексное воздействие элементов комнаты психологической разгрузки, проведение коррекционно-развивающих программ по коррекции и развитию эмоциональной сферы позволили увидеть положительную динамику эмоционального развития на примере исследуемых воспитанников.

Предполагаемые результаты:

- снижение вероятности отклонений в поведении;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих социальной дезадаптации;
- расширение репертуара просоциальных поведенческих стратегий в проблемных ситуациях.

1. Проблемная ситуация, на решение которой направлена программа

Коррекционно-развивающая программа «Седьмой лепесток» программа психологической коррекции эмоциональной сферы подростков с интеллектуальными нарушениями, относящихся к категории детей « «группы риска», в интерактивной среде сенсорной комнаты.

Современный человек ежедневно испытывает на себе суету окружающей жизни, сталкивается с конфликтными ситуациями на работе, решает проблемы семейной жизни.

Все это не проходит бесследно и может разрушить здоровье любого человека. В повседневной жизни стресс чаще всего возникает из-за психологического давления, действующего на человека в течение определенного времени. К сожалению, дети – не исключение. Многие из них, живущие своей повседневной жизнью, подвергаются воздействию постоянных стрессов. Это школьные перегрузки, острая нехватка времени, обилие дополнительных внешкольных обязанностей, напряженная обстановка в семье и обществе. Анализ теоретических и экспериментально - практических исследований показывает, что эмоциональное развитие детей с ограниченными возможностями здоровья рассматривается в числе наиболее актуальных вопросов коррекционной педагогики и психологии. Необходимость его изучения обусловлена как недостаточной разработанностью теоретических аспектов этой проблемы, так и потребностями коррекционно-педагогической практики.

Умственная отсталость проявляется, прежде всего, в нарушении ориентировки в пространстве и времени, в пассивном внимании, в произвольном и малом объеме запоминаемого материала, в недоразвитии мыслительных операций и т. д. Несформированность личности человека с проблемами в развитии обусловлена спецификой его потребностей, интеллекта и проявляется в специфике его чувств. В чувствах и эмоциях он выражает личное отношение к предметам, явлениям, к процессу и содержанию познания. Как известно, эмоции и чувства взаимосвязаны. Эмоции возникают при удовлетворении или неудовлетворении органических потребностей при непосредственной реакции

человека на предметы окружающей действительности. Чувства - это социальное отношение человека к собственной деятельности. Между чувствами и интеллектом складываются сложные взаимоотношения. Так, возникшее переживание может быть усилено или подавлено разумом, может стать источником деятельности или ее тормозом.

Чувства подростков с нарушениями интеллектуального развития недостаточно дифференцированы. Им чаще присущи полярные чувства: удовольствие либо неудовольствие. По своей динамике такие чувства часто непропорциональны воздействиям внешнего мира. Наблюдаются быстрые переходы от одного настроения к другому. В ходе работы с подростками, имеющими интеллектуальные нарушения (в легкой степени), было отмечено, что они часто не понимают своих чувств, не соотносят их с переживаниями других людей, плохо различают выражение лица другого человека, их собственная мимико-жестовая речь скована. Все это приводит к возникновению трудностей при решении самых простых жизненных вопросов в общении с окружающими. Неустойчивость самооценки и ее зависимость от ситуации и мнения окружающих, высокая внушаемость также препятствуют успешной адаптации этих подростков в обществе. Незрелость личности подростка с проблемами интеллектуального здоровья проявляется также в большом влиянии на оценочные суждения эгоцентрических эмоций. Поэтому наиболее высоко он оценивает то, что ему приятно.

Подростковый возраст представляет собой период особого обострения конфликтов и часто приводит к различным поведенческим нарушениям, таким как делинквентность, агрессивное поведение, наркомания, суициды. Подросток обладает сильными, иногда гипертрофированными потребностями в самостоятельности и общении со сверстниками, но подобная самостоятельность выражается в основном в стремлении к эмансипации от взрослых, к освобождению от их опеки, контроля и в разнообразных увлечениях - неучебных занятиях. По выражению Л. С. Выготского, в «структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного, неподвижного». Личностная

нестабильность порождает противоречивые желания и поступки. Особенно это касается детей «группы риска» из числа воспитанников детских домов, у которых ограничен круг общения, нет возможности создать свое личное пространство, что приводит к повышенному возбуждению и стрессу. Воспитанники детских домов часто испытывают трудности в общении, в организации своей деятельности, в регуляции своего поведения. Нарушение социальных тактов приводит к формированию ряда отрицательных характера: моральных (эгоцентричность, отсутствие чувства долга, товарищества), волевых (несамостоятельность, упрямство, негативизм). Таким образом, отмеченные особенности и наличие ряда негативных проявлений личности у детей с ограниченными возможностями здоровья требуют организации социальных психокоррекционных мероприятий.

Подростки используют свои способы снятия стресса и расслабления, которые зачастую оказываются неконструктивными и неэффективными. Несмотря на свое стремление к эмансипации, подростки нуждаются в помощи решении проблем, в обучении адекватным способам выражения своих эмоций. Интерактивная среда сенсорной комнаты включает оборудование, позволяющее подросткам отрегулировать свое эмоциональное состояние, обучить приемам внутреннего самоконтроля, при формировании позитивных установок, в преодолении агрессивных стереотипов поведения.

Участники программы

Цикл занятий по программе «Седьмой лепесток» предполагает работу с детьми «группы риска». Взаимодействие детей с полярными проявлениями эмоционального состояния в поведении позволит им лучше понять друг друга, увидеть сильные и слабые стороны своего поведения. Занятия проводятся в группе, численность группы должна быть достаточной для осуществления групповых процессов, но вместе с тем следует учитывать необходимость личного пространства для каждого участника. Оптимальная численность группы - 8 человек.

Цель программы

Коррекция и развитие эмоциональной сферы у подростков с нарушениями интеллекта, относящихся к «группе риска».

Задачи программы

- развитие у подростков навыков сотрудничества и коммуникативных умений;
- обучение подростков использованию социально-приемлемых способов снятия внутреннего напряжения;
- оптимизация уровня тревожности;
- обучение релаксации;
- создание положительного эмоционального фона для преодоления негативных проявлений.

Научные, методологические и методические основания программы

Методологически значимым при разработке программы «Седьмой лепесток», является концептуальное положение Л.С. Выготского о своеобразии взаимодействия интеллекта и аффекта, о важности системного подхода в психологическом изучении аномального ребенка. Большой вклад в изучение эмоционального развития учащихся со сниженным интеллектом внесли исследования А.Н. Граборова Г.М. Дульнева, Л.В. Занкова, В.И. Лубовского, М.С. Певзнер, И.М. Соловьева, Ж.И. Шиф и других специалистов. В работах О.К. Агавеляна, Н.Л. Коломинского, К.С. Лебединской, Н.Г. Морозовой, Ж.И. Намазбаевой, В.Г. Петровой и других исследователей приводятся интересные данные, которые позволяют по-новому рассмотреть проблему умственной отсталости, шире использовать имеющиеся компенсаторные возможности психики таких детей.

По мнению Л.С. Выготского, природу умственной отсталости следует объяснить из взаимосвязи и соотношений интеллектуальной и эмоционально стороны. Таким образом, вопрос изучения эмоционального развития умственно отсталых детей, обучающихся в условиях коррекционной школы представляется

важным и актуальным при применении коррекционно- развивающей программы «Седьмой лепесток». Важная роль эмоций в жизни человека в процессе освоения ребенком социального опыта, глубокое внимание специалистов к данной проблеме, а также недостаточная разработанность отдельных ее аспектов определяет актуальность использования данной программы в коррекционно- развивающей работе психологического сопровождения детей «группы риска».

В основу реализации программы положена гипотеза о том, что:

1. Эмоциональное развитие умственно отсталых школьников зависит, прежде всего, от биологически обусловленного дефекта и поэтому характеризуется незрелостью, негативно отражающейся на поведении, межличностном взаимодействии и социальной адаптации учащихся школы восьмого вида.
2. Незрелость эмоциональной составляющей психического развития умственно отсталых школьников проявляется в нарушении интеллектуальной регуляции, адекватности и динамических показателей эмоциональных реакций, в ограничении их диапазона и возможностей выражения, в затрудненном понимании переживаний других людей.
3. Целенаправленная работа по преодолению эмоциональной незрелости при умственной отсталости у детей «группы риска» является важным условием решения основной задачи общеобразовательной специальной (коррекционной) школы восьмого вида, которая заключается в подготовке учащихся к жизни в обществе. Недостаточное внимание к этой проблеме, отсутствие комплексного психолого-педагогического воздействия заметно снижают эффективность воспитательно-образовательного процесса, поскольку затрудняют реализацию потенциальных возможностей развития эмоциональной сферы школьников и личности в целом

Основные этапы работы

1.Предварительный этап.

Формирование группы. Заполнение психологом учетных карт на каждого ребенка, где имеется информация об уровне развития познавательной, эмоционально-волевой сферы и характере межличностных отношений ребенка.

2.Диагностический этап.

Определение основных свойств нервной системы (уравновешенности, работоспособности, простой зрительно-моторной реакции). Предлагается заполнить опросник Айзенка, подростковый вариант, модифицированный Т. В. Маталиной для определения характерологических проявлений личности подростка.

3.Основной этап.

Групповая работа (10 занятий), направленная на выполнение конкретных задач программы.

4.Заключительный этап:

- итоговая диагностика, основной целью которой является получение информации о результатах проделанной работы, возможных изменениях в индивидуально-психологических, физических, поведенческих особенностях подростка;
- подготовка справки об итогах работы;
- индивидуальное консультирование подростков по запросам.

Режим работы группы

Программа включает 10 занятий, первое и последнее — диагностические. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Длительность одного занятия – 45 мин.

Ориентировочная структура занятия:

- разминка (10 мин);
- основная часть (20 мин);
- активизация (10 мин);
- ритуал прощания (5 мин).

План работы по программе «Седьмой лепесток»

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1	«Цветик-семицветик», Предварительная диагностика психоэмоционального состояния воспитанников	45 мин
2	«Звездное небо»	45 мин
3	«Заброшенный сад»	45 мин
4	«Волшебный остров»	45 мин
5	«Волшебное озеро»	45 мин
6	«Сад чувств»	45 мин
7	«Лесная прогулка»	45 мин
8	«Листопад»	45 мин
9	«Путешествие на Голубую звезду»	45 мин
10	Итоговая диагностика психоэмоционального состояния подростков	45 мин
Всего		4,5 ч

ЗАНЯТИЕ 1

Тема: Цветик-семицветик

Цель: Диагностика психоэмоционального состояния воспитанников

Содержание:

1. Приветствие, упражнения «Мое имя и как я к нему отношусь» (с использованием средних мячей, по кругу)
2. Знакомство с программой и правилами работы групп: знакомство со сказкой В.Катаева «Цветик-семицветик»

Жила-была на свете девочка Женя. Послала однажды мама Женю в магазин за баранками. Купила Женя в магазине семь баранок: две баранки с маком для мамы, две баранки с тмином для папы, две баранки с сахаром для себя и одну розовую маленькую баранку для младшего братика Павлика. Взяла Женя эту связку баранок и домой отправилась. Идет, по сторонам смотрит, зеваает, ворон считает, вывески читает. А сзади тем временем пристала к ней незнакомая собака, и одну за другой все баранки и съела: съела мамины с маком, потом папины с тмином, потом Женины с сахаром. Почувствовала Женя, что баранки что-то чересчур легкие стали. Обернулась, посмотрела назад, да уж поздно. Мочалка пустая болтается, а собака последнюю, Павликову розовую бараночку доедает, и счастливо облизывается.

– Ах ты, вредная собака! – закричала Женя и кинулась собаку догонять. Бежала, бежала, но не догнала, и только сама заблудилась. Видит Женя – место незнакомое совсем, больших домов нет, а кругом стоят маленькие домики. Испугалась девочка и заплакала. Вдруг, смотрит, откуда ни возьмись – появилась старушка.

– Ты почему, девочка, плачешь? – Женя все старушке про свое горе и рассказала. Пожалела Женю старушка, в свой садик ее привела и говорит:

– Ничего страшного, не плачь, я тебе помогу. Баранок, правда, у меня нет. И денег что баранки купить тоже нет, но зато у меня в садике растет один цветок, который называется – цветик-семицветик, вот он все может. Я знаю,

ты девочка хорошая, хоть и любишь по сторонам зевать. Я тебе подарю этот цветик-семицветик, и он лучшим образом все устроит. С этими словами сорвала старушка с грядки и девочке Жене подала очень красивый цветок похожий на ромашку. Только у него было семь прозрачных лепестков, каждый другого цвета: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый.

– Этот цветик-семицветик, – сказала Жене старушка, – не простой. Он все, что ты захочешь, может исполнить. Для этого только надо один из лепестков оторвать, бросить его и сказать:

Лети, лети, лепесток,

Через запад на восток,

Через север, через юг,

Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели.

Вели, чтобы сделалось то-то или то-то.

И тотчас то что ты пожелаешь сделается. Женя старушку вежливо поблагодарила, за калитку вышла и только тут вспомнила, что дороги домой не знает. Она захотела в садик вернуться и старушку попросить, чтобы та ее до ближнего милиционера проводила, но ни садика, ни старушки уже как не бывало. Что же делать? Женя уже собиралась заплакать, по своему обыкновению, и даже нос уже, как гармошку, наморишила, да вдруг вспомнила про заветный цветок.

– А ну-ка, посмотрим, что это за цветик-семицветик! – Сказала она. Женя поскорее оторвала от цветочка желтый лепесток, кинула его и сказала:

- Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. - Вели, чтобы я сейчас же была дома с баранками!

И не успела она это сказать, как в тот же момент очутилась дома, а в руках у нее оказалась целая связка баранок! Баранки Женя отдала маме, а сама думает: “И вправду это замечательный цветок, надо его непременно поставить в самую красивую вазочку!” Женя ростом была совсем небольшая девочка,

поэтому она сначала влезла на стул, и потом потянулась за любимой маминой вазочкой, которая стояла на самой верхней полке. Как на грех, в это время за окном пролетали вороны. Понятно, что Жене сейчас же захотелось узнать совершенно точно, сколько там было ворон – восемь или семь? Она открыла рот и стала считать ворон, загибая пальцы, а вазочка в это время полетела вниз и – бац! – разбилась на мелкие кусочки.

– Ты опять что-то разбила, тяпа-растяпа! – закричала ей из кухни мама. – Уж не мою ли самую любимую вазочку? – Нет, нет, мамочка, ничего я не разбила. Это тебе показалось! – закричала в ответ Женя, а сама поскорее оторвала от цветика-семицветика красный лепесток, бросила его и прошептала: Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. – Вели, чтобы мамина любимая вазочка целая сделалась!

И как только она усела это сказать, черепки вазы сами собой друг к другу поползли и стали срастаться. Мама из кухни прибежала – смотрит, а ее любимая вазочка стоит на своем месте, как ни в чем не бывало. Мама на всякий случай Жене пальцем погрозила и послала ее во двор гулять. Пришла Женя во двор, а во Дворе мальчики в папанинцев играют: на старых досках сидят, и в песок палка воткнута. – Мальчики, мальчики, примите меня к себе поиграть! – Ишь ты, чего захотела! Не видишь, что-ли, – это у нас Северный полюс? Мы на Северный полюс девчонок не берем. – Какой же это Северный полюс, когда это доски одни? – Это льдины, а не доски! Уходи, не мешай играть! У нас как раз сильное сжатие корабля льдами. – Значит, меня вы не принимаете? – Не принимаем. Уходи отсюда! – Ну и подумаешь! И не нужно. Я и без вас сейчас на Северном полюсе буду. Только не на таком игрушечном, как ваш, а на всамделишном. А вам – кошкин хвост! Женя отошла от мальчишек в сторонку, под ворота, достала из кармашка заветный цветик-семицветик, оторвала от него синий лепесток, кинула и сказала: Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. – Вели, чтобы я сейчас же на Северном полюсе оказалась! И не успела она это сказать, как сразу же откуда ни возьмись

налетел на нее вихрь, солнце пропало, сразу сделалась страшная ночь, а земля как волчок закружилась под ногами. И Женя, как была с голыми ногами в летнем платьице, так одна-одинешенька и оказалась на Северном полюсе, а, между прочим, мороз там сто градусов! – Ай, замерзаю, мамочка! – закричала и стала плакать Женя, но слезы у нее тут же превратились в сосульки и сразу повисли на ее носу, как на водосточной трубе. А в это время из-за льдины вышли семь больших белых медведей, один другого страшней, и направились прямехонько к девочке: первый – нервный, второй – злой, третий – в берете, четвертый – потертый, пятый – помятый, шестой – рябой, седьмой – самый большой. Забыв себя от страха, Женя обледеневшими пальчиками схватила цветик-семицветик, вырвала зеленый лепесток, кинула его и закричала что есть мочи: *Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. - Вели, чтоб я сейчас же очутилась опять на нашем дворе! И в один миг она опять очутилась во дворе. А мальчики смотрят на нее и смеются: – Ну и где же твой Северный полюс? – Я была на нем. – Докажи! Мы не видели. – Смотрите – у меня на носу еще висит сосулька. – Это не сосулька, а кошкин хвост! Что, взяла?*

Женя обиделась на мальчишек и решила больше с ними не водиться, а пошла водиться с девочками на другой двор. Пришла, видит – у девочек разные игрушки. У одной коляска, у другой мячик, у третьей прыгалка, у четвертой трехколесный велосипед, а у одной – говорящая большая кукла в кукольных калошках и в кукольной соломенной шляпке. Женю взяла досада. От зависти даже глаза у нее стали желтые, как у козы. “Ну, – думает Женя, – я сейчас вам покажу, у кого игрушки!” Вынула цветик-семицветик, оранжевый лепесток оторвала, кинула и сказала: *Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. - Вели, чтобы все игрушки, какие только есть на свете, мои были! И откуда ни возьмись, в тот же миг со всех сторон повалили к Жене игрушки. Конечно, первыми, громко хлопая глазами и пища без передышки: “папа-мама”, “папа-мама” прибежали куклы. Сначала Женя очень обрадовалась, но кукол*

оказалось так много, что они сразу заполнили весь двор, две улицы, переулок, и половину площади. Невозможно было и шагу ступить, чтобы не наступить на куклу. Представляете себе, какой могут поднять шум пять миллионов говорящих кукол? А ведь их было ну никак не меньше. И ведь это пока были только московские куклы. А куклы из Ленинграда, Киева, Харькова, Львова и других советских городов просто пока еще не успели добежать и, как попугаи, галдели по всем дорогам Советского Союза. Женя даже немного испугалась. Но это было только начало. За куклами сами собой покатались шарики, мячики, трехколесные велосипеды, самокаты, тракторы, танки, автомобили, танкетки, пушки. Скакалки как ужи ползли по земле, путаясь под ногами, и заставляя нервных кукол пищать еще громче. По воздуху летели миллионы игрушечных дирижаблей, самолетов, планеров. С неба, подобно тюльпанам, сыпались, повисая на телефонных проводах и деревьях, ватные парашютисты. Движение в городе совсем остановилось. Постовые милиционеры влезли на фонарные столбы и не знали, что им делать. – Хватит, довольно! – в ужасе закричала Женя, хватаясь за голову. – Хватит! Что вы, что вы! Мне столько игрушек совсем не надо. Я пошутила. Я боюсь... Но не тут-то было! Игрушки не переставая все валяли и валяли... Уже весь город был завален игрушками до самых крыши. Женя побежала по лестнице – игрушки за ней. Женя залезла на балкон – игрушки за ней. Женя вылезла на чердак – игрушки за ней. Женя выскочила на крышу, поскорее фиолетовый лепесток оторвала, кинула и быстро сказала: Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. – Вели, чтоб игрушки поскорей обратно в магазины убирались. И сейчас же все игрушки исчезли. Женя на свой цветик-семицветик посмотрела и увидела, что всего один лепесток остался. – Вот так штука! Оказывается, шесть лепестков уже потратила – и никакого удовольствия. Ну, ничего. Вперед я уж буду умнее. Пошла она на улицу, идет и думает: “Чего бы мне все-таки еще велеть? Пожалуй, велю-ка я себе два кило “мишек”. Или нет, лучше два кило “прозрачных” карамелек. Или нет... Лучшие так сделаю: велю полкило “мишек”, полкило “прозрачных”, сто граммов орехов, сто граммов халвы, и еще

одну розовую баранку для Павлика. Ну, велю я все это, а что толку? Ну, допустим, все это я съем. И ничего не останется. Нет, лучше велю я себе трехколесный велосипед. Хотя зачем? Ну, покатаюсь я на велосипеде, а потом что? Еще, чего доброго, мальчишки его отнимут. Пожалуй, могут и поколотить! Нет. Лучше я велю себе билет в цирк или в кино. Там весело все-таки. А может быть, лучше велеть новые сандалеты? Тоже не хуже кино или цирка. Хотя, по правде сказать, и какой толк в новых сандалетах? Можно чего-нибудь еще гораздо лучше велеть. Главное, торопиться не надо”. Рассуждая подобным образом, Женя пришла в парк и вдруг увидела превосходного мальчика, который сидел на лавочке у ворот. У мальчика были синие большие глаза, веселые, но смирные. Мальчик был очень симпатичный – сразу видно, что он был не драчун, и Жене, конечно, захотелось с ним познакомиться. Девочка подошла к нему так близко, что в каждом его зрачке очень ясно увидела свое лицо с двумя косичками, разложенными по плечам.

– Мальчик, мальчик, тебя как зовут?

– Витя. А тебя?

– А меня Женя. Давай играть в салки?

– Не могу. Я хромой. И Женя увидела его ногу в уродливом башмаке на очень толстой подошве.

– Как это жалко! – сказала Женя. – Потому что ты мне очень понравился, и я бы побегала с тобой с большим удовольствием.

– Ты мне тоже очень нравишься, и я бы тоже побегал с тобой с большим удовольствием, но это невозможно, к сожалению. Ничего с этим не поделаешь. Это на всю жизнь.

– Ах, мальчик, какие пустяки ты говоришь! – воскликнула Женя и вынула из кармана свой заветный цветик-семицветик.

– Смотри! С этими словами Женя бережно оторвала голубой, последний, лепесток, на минутку прижала его к глазам, затем разжала пальцы и запела тонким голоском, дрожащим от счастья: Лети, лети, лепесток, Через запад на восток, Через север, через юг, Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли – Быть по-моему вели. – Вели, чтобы Витя немедленно был здоров! И в

эту же минуту Витя вскочил со скамьи, и стал играть с Женей в салки, причем бежал он так хорошо, что девочка как ни старалась, не могла его догнать.

Думаю, не ошибусь, если предположу, что каждый из нас мечтает о таком волшебном цветике-семицветике. Ну, или, о золотой рыбке или волшебной говорящей щуке. Но добрая сказка о простой девочке и ее волшебном цветке, конечно, все-таки нам ближе. Потому что девочка была такой же как мы. И мы тоже хотим много игрушек или сладостей, или исполнения других желаний, но мы должны с вами почувствовать как это здорово — помогать другим!

Мы с вами будем создавать такой цветик-семицветик по лепестку каждую нашу с вами встречу.

3. Проведение анкеты – опросник Айзенка Цель: определение уровня познавательной активности, тревожности и гнева как актуальных состояний и свойств личности.

4. Ритуал прощания: упражнения «Волна», «Пожелание на следующую неделю».

ЗАНЯТИЕ 2

Тема: «Звездное небо»

Цели: создание доброжелательной атмосферы в группе; принятие правил группы; достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».

Ребятам выдается чистый лист бумаги на котором они должны цветными карандашами нарисовать рисунок, соответствующий своему настроению.

- упражнение «Я люблю, я не люблю» (использование мячей для выполнения упражнения)

- «Настрой на релаксацию».

Основное содержание. Релаксация «Звезды».

Посмотрите на наше звездное небо (включается настенный ковер «Звездное небо», общее освещение в комнате выключается либо затеняется). Как ярко

светят чудесные звездочки. Проследите за движениями звезд, за сменой их цвета. Каждый из вас может найти среди них свою звезду, только свою, неповторимую путеводную звезду, которая помогает вам в жизни. Запомните, какого цвета звезды вам понравились больше всего.

Красный цвет дает нам энергию и тепло. На него хорошо смотреть, когда нам холодно или одиноко. Это цвет любви, привязанности, вдохновения. Красный цвет напоминает о радостных, приятных моментах в нашей жизни. Какие мысли возникают у вас, когда вы смотрите на красные звезды.

Следующий цвет — сине-фиолетовый. Он может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Он освежает, как купание в озере или в реке. Это цвет путешествия манит и зовет за собой, на поиски своей мечты. Что значит этот цвет для вас, задумайтесь.

Желтый цвет приносит нам радость. Он согревает нас, как солнце, и мы улыбаемся. Если нам грустно он поднимает настроение. Желтый — цвет уюта и комфорта. Какие мысли пробуждает у вас желтый цвет?

Зеленый — цвет природы и надежды. Если мы больны или нам не по себе, зеленый помогает нам почувствовать лучше. О чем думаете вы, когда смотрите на зеленый?

Замечали ли вы, как разные цвета влияют на наше настроение и самочувствие. На нашем маленьком небе эти звезды плавно переходят один в другой. Какой цвет вам наиболее приятен?

Несколько раз глубоко вдохните и выдохните.

Упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия);

Упражнение «Цветик-семицветик»

Лети, лети, лепесток,

Через запад на восток,

Через север, через юг,

Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснешься ты земли –

Быть по-моему вели. - Вели, чтобы

(создание импровизированного цветика-семицветика с пожеланиями. Первый лепесток).

Ритуал прощания: упражнения «Волна», «Пожелание на следующую неделю».

ЗАНЯТИЕ 3

Тема: «Заброшенный сад»

Цели: преодоление психоэмоционального напряжения; сплочение группы; достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».

Основное содержание

Релаксация «Заброшенный сад».

Сядьте удобно, внимательно посмотрите на мерцающие огоньки на Млечном пути, потом закройте глаза и представьте себе, что вы входите в заброшенный сад и становитесь его садовниками. Вам хочется очистить его от мокрых листьев и веток, вы берете садовые инструменты и начинаете работу. Вы подстригаете траву и срезаете старые ветки. Чувствуете запах срезанной травы. Заглядываете в каждый уголок сада и везде наводите порядок. Сажаете новые цветы и кустарники, самые разные... Чувствуете нежный запах цветов.

Сад наполняется прекрасными звуками: вы слышите жужжание пчел, пение птиц, отдаленный шум водопада...Вы испытываете состояние глубокого покоя. Вы ощущаете свежий запах сосны, чистого воздуха, лилии и множества других цветов, сильный, как крепкий кофе, запах пили... Воздух отдает дымком. Кто-то разжег костер. Вы лежите на земле. Чувствуете под руками ее влажную прохладу. Вы можете остаться в этом саду, он так много дарит вам в благодарность за маленькую заботу. Все чувства говорят вам, что этот сад совершенен, и вы можете прийти в него в любое время. Он цветет в вашем

воображении, и появляются все новые ростки и цветы. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните, ощущая запах цветов и трав. Медленно открой глаза. Потянись. Если хотите, можете нарисовать сад или подумать о том, что вы будете делать в нем в следующий раз.

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).

- Упражнение «Цветик- Семицветик» (второй лепесток)

Ритуал прощания:

- Упражнение «Волна»

- Упражнение «Салют солнцу».

И. п.: поза молитвы. Вдох, ноги напряжены. Выдох. Вдох. Поднять руки над головой. Выдох. Опустить руки. Вдох, ноги напряжены. Выдох ртом, наклоняясь вперед. Голова свободно опущена. Повторить упражнение 3 раза.

ЗАНЯТИЕ 4

Тема: «Волшебный остров»

Цели: снижение тревожности; позитивный настрой, достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».

- упражнение «День бывает...» (с использованием средних мячей, по кругу).

Основное содержание

Релаксация «Волшебный остров».

Теперь давайте сядем удобнее и закроем глаза. Представим себя на волшебном острове. Это может быть место, где вы уже однажды побывали, которое видели на картинке единственный человек на этом острове. Кроме вас тут только звери, птицы и цветы. Какие звуки вы слышите? запахи чувствуете? Вас окружают самые разнообразные фантастические деревья. Высокие пальмы с тяжелыми

кокосами, заросли цветущих кустарников, фруктовых деревьев. Вы чувствуете запах спелых, согретых жарким солнцем бананов, ароматных апельсинов.

Вы видите чистый песчаный берег и прозрачную воду, Вода голубая и такая прозрачная, что видны дно и стайки экзотических рыбок. Рыбки сверкают на солнце, как маленькие серебряные монетки. Поплавайте в море. Какое оно? Вода в море очень теплая, но в то же время она освежает. Волны так приятно качают вас. Можно просто лежать на воде и смотреть на небо, на пробегающие белоснежные облака, пусть все ваши неприятности улетят вместе с облаками. Захватите с собой это чувство свободы, уверенности и покоя и возвращайтесь.

Я досчитаю до пяти, и вы медленно откроете глаза.

Активизация: упражнение «Сороконожка» (ведущий идет по кругу, за его спину берутся все участники занятия, и в конце присаживаются и пытаются двигаться по кругу все вместе).

Рефлексия занятия

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).

- Упражнение «Цветик- Семицветик» (третий лепесток)

Ритуал прощания: упражнения «Волна», «Пожелание на следующую неделю».

ЗАНЯТИЕ 5

Тема: «Волшебное озеро»

Цели: повышение внутригруппового доверия; улучшение настроения; достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».

- игра «Дракон ловит свой хвост». Дети становятся в колонну за ведущим, держат друг друга за талию, тот, кто находится впереди пытается поймать того, кто стоит последним.

Основное содержание

Релаксация «Волшебное озеро».

Посмотрите на воду в колонне, вы видите, как она переливается, как играют в ней разноцветные рыбки. А теперь закройте глаза и представьте себе тропинку. Медленно вы поднимаетесь по ней в гору. Проходите сквозь кустарник. Чувствуете, как ветки касаются ваших лиц, рук. Чувствуете запах листьев. Медленно выходите из таинственного полумрака, кустарник смыкается за вами. Тропинка, по которой вы поднимались, увлекает вас за собой все выше и выше. Внезапно тропинка обрывается. Вы оказываетесь в горном ущелье с заросшими буйной зеленью склонами, на дне которого находится круглое, как чаша, озеро. Вода его совершенно прозрачная, легкие солнечные блики играют на поверхности, сливаясь с голубовато-серебристым светом, идущим, как кажется, из самых глубин. Чистое озеро притягивает наши взоры. В нем отражаются деревья, облака. Вы входите в озеро. Чувствуете прохладу воды. Легко отталкиваетесь ногами, и вода поднимает вас, качает...

Вы выходите из озера. Находите тропинку, по которой пришли к нему, проходите через заросли кустарника, и медленно спускаетесь по склону горы. Вдох — выдох (3 раза). Откройте глаза. Потянитесь.

Рефлексия занятия.

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).

- Упражнение «Цветик - Семицветик» (четвертый лепесток)

Ритуал прощания: упражнение «Салют солнцу».

ЗАНЯТИЕ 6

Тема: «Сад чувств»

Цели: развитие способности к волевому регулированию умения присоединиться к партнеру; достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».

- упражнение «Пожатие».

Дети становятся в круг и пожимают друг другу руку, при этом говорят приветственные слова.

- упражнение «Толкалки».

Дети толкаются друг о друга, тем самым вытесняя негативность.

Основное содержание.

Релаксация «Сад чувств» (с использованием напольного ковра «Млечный путь»).

Сядьте удобно, внимательно посмотрите на мерцающие огоньки на Млечном пути, потом закройте глаза и представьте себе, что вы входите в заброшенный сад и становитесь его садовниками. Вам хочется очистить его от мокрых листьев и веток, вы берете садовые инструменты и начинаете работу. Вы подстригаете траву и срезаете старые ветки. Чувствуете запах срезанной травы. Заглядываете в каждый уголок сада и везде наводите порядок. Сажаете новые цветы и кустарники, самые разные... Чувствуете нежный запах цветов.

Сад наполняется прекрасными звуками: вы слышите жужжание пчел, пение птиц, отдаленный шум водопада...Вы испытываете состояние глубокого покоя. Вы ощущаете свежий запах сосны, чистого воздуха, лилии и множества других цветов, сильный, как крепкий кофе, запах пили... Воздух отдает дымком. Кто-то разжег костер. Вы лежите на земле. Чувствуете под руками ее влажную прохладу. Вы можете остаться в этом саду, он так много дарит вам в благодарность за маленькую заботу. Все чувства говорят вам, что этот сад совершенен, и вы можете прийти в него в любое время. Он цветет в вашем воображении, и появляются все новые ростки и цветы. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните, ощущая запах цветов и трав. Медленно открой глаза. Потянись. Если хотите, можете нарисовать сад или подумать о том, что вы будете делать в нем в следующий раз.

Рефлексия занятия.

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).

- Упражнение «Цветик- Семицветик» (пятый лепесток)

Ритуал прощания: упражнения «Волна», «Пожелание на следующую неделю».

ЗАНЯТИЕ 7

Тема: «Лесная прогулка»

Цели: повышение уверенности в себе; развитие умения говорить о себе; достижение состояния релаксации.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».
- игра «Разведчик».

Цель: развитие памяти, наблюдательности.

Из группы подростков выбираются «командир» и «разведчик». Остальные – «отряд». По комнате хаотично расставлены предметы, «Разведчик» проходит между предметами с разных сторон. «Командир» наблюдает за действиями «разведчика». Потом он проводит отряд по тому пути, который был ему показан «разведчиком». Затем второй «разведчик» прокладывает новый путь, и другой «командир» повторяет его.

Основное содержание

Релаксация «Подводное царство» (с использованием пузырьковой колонны). Сядьте удобно. Посмотрите на пузырьковую колонну. Вы видите, как переливается в ней вода, как снуют туда-сюда разноцветные рыбки. Правда, это похоже на море? А теперь закройте глаза. Вспомните море. Может быть, вы когда-то бывали на море, видели его по телевизору, на картине. Представьте себе, что сейчас вы оказались на берегу моря. Вы стоите и смотрите, как волны набегают на берег. Слышите шум прибоя. Чувствуете запах моря.

Вы надеваете костюм водолаза и входите в воду. И вот уже под водой. Ваше тело стало легким.

Мимо вас проплывают стайки разноцветных рыбок, медузы, морские звезды. Вы опускаетесь ниже и ниже, на самое дно моря. Вы видите рыбок, прячущихся в морских водорослях, камни и раковины, лежащие на дне моря, поднимаете и

рассматриваете их. Вы идете дальше и встречаете красные кораллы, похожие на стены заброшенного замка.

Где-то вдалеке лежат обломки затонувшего корабля. Может быть, на нем много лет назад перевозили сокровища? А может, они еще там? Поищите их. Загляните внутрь корабля. Вы идете дальше. Играете с рыбками. Пробираетесь через водоросли. К вам подплывают дельфины. Поиграйте с ними. Покатайтесь на них. Но вот вам пора возвращаться.

Вы поднимаетесь со дна моря все выше и выше. Внизу остаются водоросли, кораллы, затонувший корабль. А видите свет солнца, пробивающийся через воду. Легко, свободно, плавно вы поднимаетесь на поверхность воды. Плывете к берегу. Выходите из воды. Чувствуете, как легкий ветер касается лица, рук. Лучи солнца согревают вас. Слышите шум моря. Посмотрите на море. Почувствуйте покой. Запомните его красоту. На счет «три» откройте глаза.

Море исчезло, но осталось чувство покоя. Вы чувствуете прилив сил.

Посмотрите еще раз на пузырьковую колонну. Сохраните ощущение покоя надолго.

Рефлексия занятия.

- упражнение «Мое настроение».
- Упражнение «Цветик- Семицветик» (шестой лепесток)

Ритуал прощания: Упражнение «Салют солнцу».

ЗАНЯТИЕ 8

Тема: «Листопад»

Цели: развитие мимики, пантомимики, умения понимать эмоциональные состояния окружающих, формирование коммуникативных умений.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».
- Упражнения «Колечко».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

И.п. Сидя в кресле.

Поочередно и как можно быстрее дети перебирают пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному) порядке сначала каждой рукой отдельно, затем обеими вместе.

Основное содержание

Релаксация «Листопад» (используется проектор Жар-Птица).

Посмотрите вокруг. Вы видите, как цветные пятна, словно разноцветные листья, кружатся по комнате. А теперь закройте глаза. Послушайте звуки, окружающие вас. Прислушайтесь к себе. Своему дыханию. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох. Представьте, что вы идете по осеннему лесу. Тихо вокруг. Ни птичьих песен, ни голосов зверей. Воздух так прозрачен, что кажется, будто солнце поднялось выше. Тишина... и листопад.

Ярким румянцем заливается боярышник. Осины нарядились в красный цвет. Но некоторые деревья стоят зеленые. Вдруг налетел ветер. Разноцветной метелью полетели листья. Летят, кружатся, шуршат. Листья падают и накрывают землю. Они будут беречь в ней тепло ушедшего лета. В глубину леса ведет тропинка. Вы идете по ней. Вас окружают разноцветные деревья и шелест падающей листвы. Вы ловите летящие листья, играете с ними... Вот вы выходите на поляну. Вы идете по поляне, берете листья и подбрасываете вверх, видите, как они кружатся вокруг вас.

Найдите на поляне место, которое кажется вам наиболее удобным, красивым. Посидите там и послушайте шелест листьев, шум ветра. Вы чувствуете тишину. Запомните это чувство. Вам пора возвращаться. Вы снова идете по лесу. Посмотрите, изменился ли он. Сделайте глубокий вдох и откройте глаза.

Рефлексия занятия.

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).
- Упражнение «Цветик - Семицветик» (седьмой лепесток)

Ритуал прощания: упражнение «Салют солнцу».

ЗАНЯТИЕ 9

Тема: «Путешествие на Голубую звезду»

Цели: развитие мимики, пантомимики, умения понимать эмоциональные состояния окружающих, формирование коммуникативных умений.

Разминка:

- упражнение «Мое настроение».
- упражнения «Групповой танец» (под быструю музыку подросткам предлагается выполнять разные танцевальные движения)

Основное содержание

Релаксация: Упражнение «Путешествие на Голубую звезду» (используется настенный ковер «Звездное небо»).

А теперь отправимся в путешествие на Голубую звезду. Наша родная планета - Земля. На ней живут звери, птицы, насекомые, люди. Люди любят мечтать, хотят знать, а есть ли у нас соседи.

(Обращается внимание на ковер «Звездное небо», предлагается каждому выбрать свою звезду). Сейчас помечтаем и мы. Закройте глаза. Представьте темное ночное небо с яркими звездами. Где-то там далеко-далеко тоже есть жизнь. Мы отправляемся в путешествие к загадочной Голубой звезде.

Сейчас наш корабль поднимается в небо... Вдох – выдох (3 раза). Почувствуйте, как приятная тяжесть растекается по телу. Корабль взлетает. Нам становится легко. Мы почти не чувствуем своего тела, оно легкое, невесомое. Мы в космосе. На нас приветливо смотрят звезды, но наша цель - Голубая звезда.

И вот она уже близко, яркая, голубая. Плавно и мягко опускаемся на эту планету. Выходим из корабля. Перед нами океан, где нет воды. Цветы, всюду цветы: белые, желтые, голубые, синие, розовые... Голубая мягкая трава. Чувствуем нежный аромат цветов. Легкий ветерок касается наших лиц. Мы гуляем по планете.

Мы выходим на прекрасную поляну. Трогаем цветы, вдыхаем их запах и чувствуем, как в наше тело входит тепло, покой, доброта. Пора возвращаться на Землю. Мы возьмем с собой все это: доброту, радость и чистоту. Мы поделимся ими с людьми на своей планете.

Мы улетаем с Голубой звезды. Мы летим в космосе. Голубая звезда становится маленькой звездочкой, ярко светящей нам в просторах космоса.

Мы почти не чувствуем своего тела, оно легкое, невесомое. Мы видим Землю. Медленно опускаемся на нее. Наше Тело становится сильным. Вдох — выдох (3 раза). Откройте Глаза, потянитесь.

Рефлексия занятия.

- упражнение «Мое настроение» (рисование своего любимого рисунка цветными карандашами в конце занятия).

- Упражнение «Цветик - Семицветик». Обращение внимания подростков на то, что собрали все лепестки Цветика-семицветика. Небольшое обсуждение желаний и подведение подростков к выводу о доброте, о хороших поступках, о позитивном настроении и т.д.

Прощание. Упражнение «Волна».

ЗАНЯТИЕ 10

Тема: Итоговая диагностика

Цель: получение информации о результатах проделанной работы, возможных изменениях в индивидуально-психологических, физических, поведенческих особенностях подростка.

Опросник Айзенка, подростковый вариант, модифицированный Матолиной для определения характерологических проявлений личности подростка (определение уровня невротизма после проведения цикла занятий)

Рефлексия занятия «Прощание»

Участники произносят в адрес рядом сидящего слова прощания и доброе пожелание.

Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы

➤ Для проведения занятий с категорией детей, относящихся к «группе риска» с использованием интерактивного оборудования необходимо получить рекомендации врача, изучить анамнез, выявить у них заболевания, связанные со зрительной, слуховой, интеллектуальной или двигательной патологией. Крайне осторожно следует подходить к занятиям в комнате психологической разгрузки имеющими такие проблемы, как астенические проявления, эпилептический синдром, тяжелая умственная отсталость, психоневрологические заболевания.

➤ Перечень методических материалов

- Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. - М., 2005.
- Белкин А.С. Нравственное воспитание умственно отсталого ребенка. - СПб., 2009.
- Ветрова В. Развитие и коррекция. - СПб., 2005.
- Воронкова В.В. Эмоционально-волевые процессы умственно отсталых детей: - М., 2005.
- Выготский Л.С. Собрание сочинений. - М., 1983. Т.5
- Газман Л.Я. Проблемы эмоциональных отношений. - М., 2006.
- Захаров А.И. Как предупредить отклонение в поведении ребенка - М., 2006.
- Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь (программы эмоционального развития детей). - М., 2010.
- Лебендинский В.В. Нарушение психического развития у детей. - М., 1985.
- Москаленко А.А. Полезные пособия по коррекционно-воспитательной работе. / Дефектология. - 2006. - №4.
- Никифорова Е.В. Развитие социальных эмоций у умственно отсталых детей. Дефектология. - 2007. - №3.
- Психолого-педагогическое сопровождение детей с отклоняющим поведением. - /Под ред. Хоменко И.Н. - Волгоград, 2009.
- Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника. - М., 2009.
- Сенсорная комната- волшебный мир здоровья.- /Под ред. Жевнерова В.Л. - СПб, 2007.

- Шаповалова О.Е. Изучение эмоционального развития умственно отсталых школьников./ Коррекционная педагогика- №3 (15) - 2006.
- Шаповалова О.Е. Использование проективных методик при изучении особенностей эмоциональной сферы учащихся с интеллектуальной недостаточностью./ Дефектология- №6- 2003.
- Сборник релаксационной музыки (<http://www.n-ataeva.ru/>, http://meditation-portal.com/o/meditation_mp3/, http://viking1234567.narod.ru/muzic_1/2_1.html).

➤ Кабинет педагога-психолога: комната психологической разгрузки

Оборудование:

- кресло «Трансформер»;
- пуфики-подушки;
- пуфики с гранулами
- Напольный ковер «Млечный путь»;
- пузырьковая колонна;
- музыкальный центр с набором музыки для релаксации;
- Настенное панно «Звездное небо».
- Сухой душ
- Сухой бассейн

Использование в работе перечисленного оборудования позволяет комплексно воздействовать на большую часть анализаторов для снятия психоэмоционального напряжения и способствует развитию навыков саморегуляции. Применение указанного оборудования не имеет противопоказаний.

Реализация и итоговые результаты программы

➤ Реализация программы проходила с 13.01.2014 г. по 23.03.2014 г. на базе ГКОУ РО школы-интерната VIII вида п. Матвеева Кургана.

➤ Предполагаемый результат:

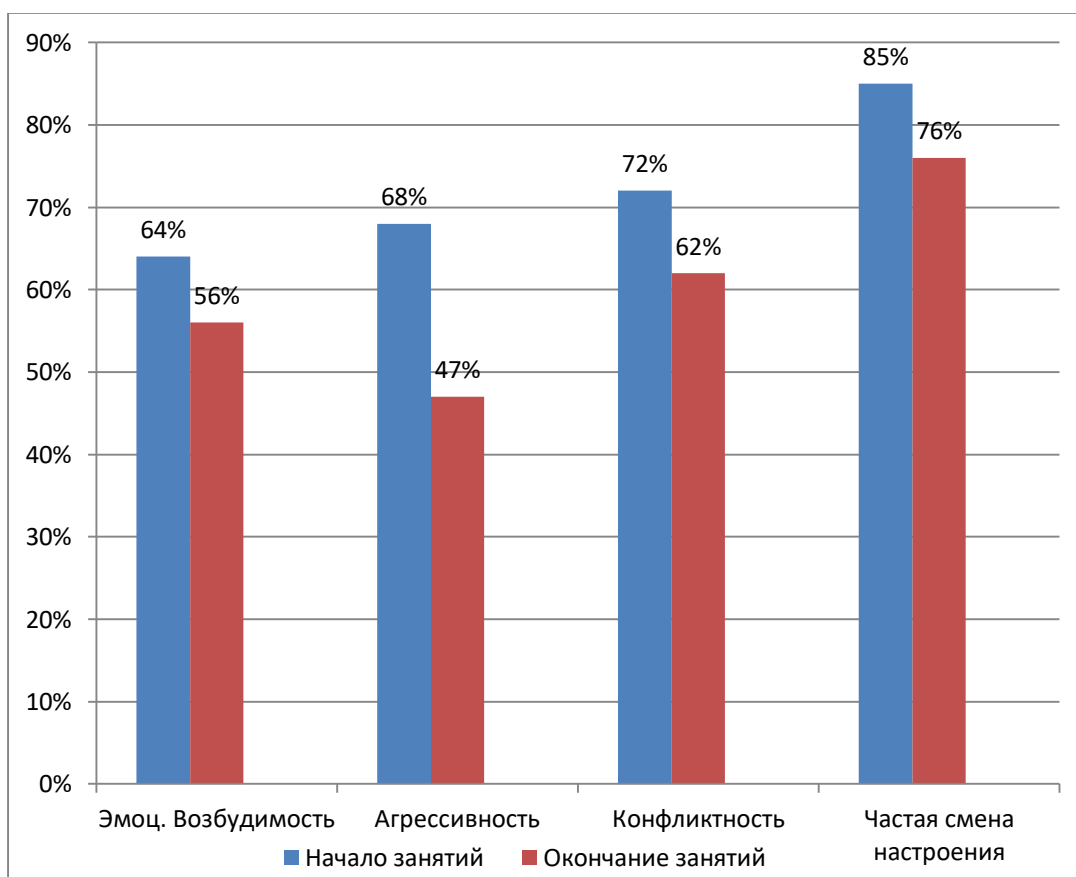
- сформированность умения понимать эмоциональное состояние свое и окружающих, умение действовать в группе;

- оптимизация уровня тревожности, способность к саморегуляции поведения и к положительному разрешению конфликтных ситуаций.

➤ **Итоговый результат:**

Эмоциональное развитие умственно отсталых школьников определяется рядом общих с нормой закономерностей (зависимость от возраста, от особенностей взаимоотношений с окружающими людьми, от участия в различных видах деятельности). В то же время ему присущи специфические закономерности (зависимость от структуры и своеобразия биологического дефекта, от эффективности коррекционной помощи, взаимосвязь с компенсаторным фондом психики). Создание и успешная реализация системы психолого-педагогической коррекции эмоционального развития учащихся со сниженным интеллектом требует обязательного учета этих закономерностей.

Динамика эмоционального развития «группы риска» с использованием коррекционно-развивающей программы «Седьмой лепесток»

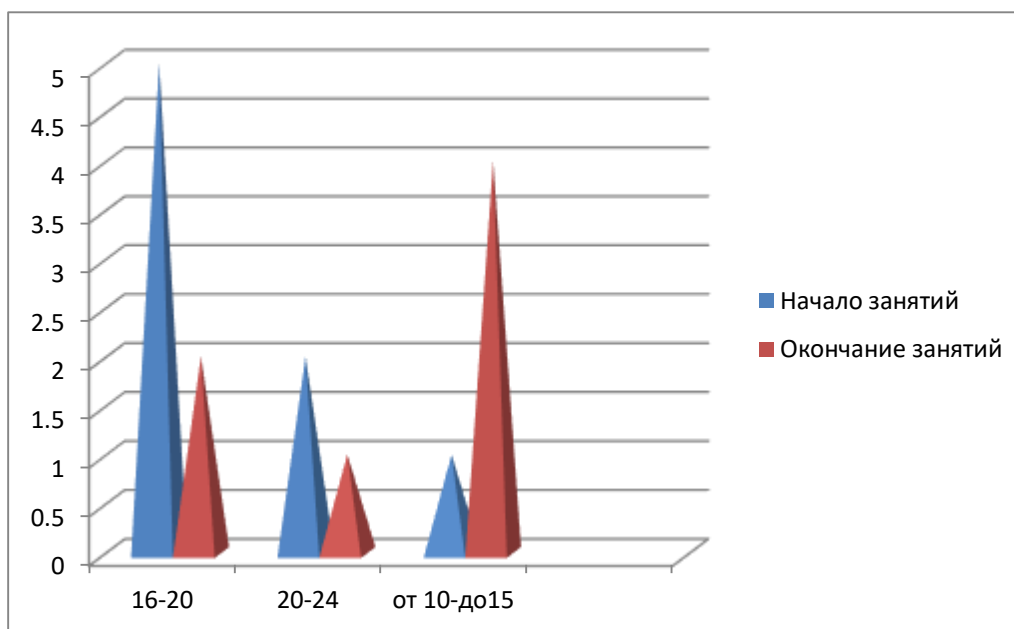


С целью регуляции личных взаимоотношений детей с олигофренией, относящихся к «группе риска», следует каждому из них обеспечить положительное эмоциональное самочувствие в классном коллективе, более широкие взаимоотношения с товарищами, формировать потребность в активном общении друг с другом, воспитывать умения и навыки правильного общения, а также адекватной самооценки и уровня притязаний в сфере личных взаимоотношений.

После окончания занятий заметно снизился уровень нейротизма:

Нормативы для подростков 12—17 лет – 10-15 баллов.

Динамика уровня нейротизма подростков



Выполняя все условия реализации программы, можно в значительной степени улучшить развитие эмоциональной сферы у умственно отсталых детей, относящихся к «группе риска», снизить уровень тревожности и агрессивности.







