Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Самарской области

«Тольяттинский социально-экономический колледж»

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

ГРУППОВОГО ЗАНЯТИЯ

по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся с ОВЗ

на тему: «Развитие эмпатических способностей».

Тольятти, 2022 г.

**Составитель:**

Добровольская С. А.**,** педагог-психолог ГБПОУ «ТСЭК»

**Рецензенты:**

Шавалиев Р.М., заместитель директора по УВР ГБПОУ «ТСЭК»

Горолатова Т.С., руководитель РЦПО «Профессиональная и социальная реабилитация лиц с ОВЗ» ГБПОУ «ТСЭК»

Методическая разработка содержит материалы для проведения группового занятия среди обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательных учреждения СПО.

Представленные материалы занятия разработаны в рамках коррекционно-развивающей программы «Развитие коммуникативных навыков у обучающихся с ОВЗ и лиц из числа инвалидов «Я и другие». Апробировано на обучающихся с ОВЗ и лиц с инвалидностью ГБПОУ «ТСЭК» г. Тольятти, реализуется с 2018 года по настоящее время в данном образовательном учреждении.

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА …………………………………………….4
2. ОПИСАНИЕ ПРОЦЕССА (МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ)………………..7
3. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ……………………………..16
4. КОНТРОЛЬНО ОЦЕНОЧНЫЕ ПАРАМЕТРЫ……………………………18
5. ПРИЛОЖЕНИЕ……………………………………………………………...19

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Методическая разработка предназначена для проведения группового занятия в рамках коррекционно-развивающей программы «Развитие коммуникативных навыков у обучающихся с ОВЗ и лиц из числа инвалидов «Я и другие» на тему: «Развитие эмпатических способностей». Она предназначена для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ, получающих среднее профессиональное образование в возрасте от 15 до 18 лет.

Доказано, что на успех развития любого человека: 20% влияет развитие познавательного интеллекта и 80% - эмоционального. Как показывает практика, у обучающихся с ОВЗ помимо недостаточности развития познавательного интеллекта (внимания, памяти, воображения, мышления и речи), также на низком уровне развиты и эмпатические способности. Большинство обучающихся с ОВЗ (85%) имеют низкий уровень развития самооценки и эмпатии, завышенные показатели тревожности, имеют трудности в распознавании чувств других людей, недостаточный уровень самоконтроля эмоций. Ограниченное количество социальных контактов, недостаточность жизненного опыта общения с окружающими людьми сказывается на уровне развития эмоциональной сферы данной категории обучающихся. Если это не корректировать, то вскоре проявятся и вторичные личностные нарушения, выражающиеся в негативном характере способов поведения и общения, а также в деформации личностного роста и низком уровне адаптивных способностей.

Форма проведения учебного занятия – практико-ориентированное занятие, которое позволяет значительно повысить эффективность работы с обучающимися. Данный вид занятия выполняет следующие функции:

* формирование осознанных представлений о личностных качествах, «принятие» чувств и эмоций своей личности и окружающих людей;
* снижение уровня социальной тревожности от межличностных контактов;
* коррекция неадаптивных вариантов личностного развития и социальной адаптации;
* получение опыта нового социального взаимодействия (в непривычной для себя поведенческой роли);
* овладение навыками эмоционального самоконтроля, конструктивного общения, развитие коммуникативных навыков, эмпатических способностей, необходимых в последующей профессиональной деятельности обучающихся.

В ходе занятия обучающиеся, под руководством ведущего (педагога-психолога), самостоятельно формируют систему знаний, умений и практических навыков, применяя материал, обсуждаемый в рамках дискуссий, через включение в различные практические действия.

В занятие включены упражнения аналитического характера, деловая игра, дискуссии, анализ ситуаций, способствующих развитию эмпатических способностей, овладению приемами эффективного общения, аргументирования, наряду с учетом чувств и мнения других людей, обучение навыкам управления своими собственными эмоциями. После каждого упражнения проводится обсуждение. Участники делятся впечатлениями о том, как они себя чувствовали в той или иной роли, мотивируя свои поступки.

Актуальность формы занятия обусловлена тем, что предлагаемые практические упражнения носят личностно значимый характер для обучающихся, основанные на развитии собственной внутренней мотивации, мышления, воображения, творческих способностей, устойчивого познавательного интереса к своим эмоционально-личностным особенностям, в том числе и со стороны социума, что позволяет обучающимся эффективнее выстраивать межличностные контакты с ближайшим окружением.

Благодаря работе по развитию эмпатических способностей формируется позитивная установке по отношению к себе и к окружающим, происходит осознание своих сильных и слабых сторон характера, достоинств и недостатков, появляется смелость в социальном взаимодействии, снижается вероятность социальной дезадаптации, недопонимания и межличностных разногласий.  Все это, так называемые [soft skills](https://style.rbc.ru/life/5da9d4ec9a7947b1a9ba15e4) («мягкие навыки»): качества, которые помогают «вписаться» в коллектив и решать рабочие вопросы без конфликтов. Одна из важных составляющих soft skills — умение понимать чувства других — эмпатия.

Внеучебное групповое занятие «Развитие эмпатических способностей» апробировано на обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ ГБПОУ «ТСЭК» г. Тольятти в количестве 56 человек и реализуется с 2018 года по настоящее время в данном образовательном учреждении.

**ОПИСАНИЕ ПРОЦЕССА (МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ)**

**Тема занятия:** «Развитие эмпатических способностей».

**Методы и приемы работы:**

* Цифровые образовательные ресурсы: использование мультимедийных средств (ноутбук, мультимедиа проектор), разработка презентации к занятию;
* Технология дистанционного обучения (проведение внеучебного группового занятия для обучающихся, находящихся на дистанционном обучении с использованием информационных платформ, персонального и группового чата);
* Интерактивные технологии (деловая игра; групповая дискуссия);
* Арт-терапевтическая технология (музыкотерапия);
* Здоровьесберегающие технологии:
* методика и техника по повышению уровня социальной компетентности обучающихся в их взаимоотношениях с окружающим миром (развитие коммуникативных и эмпатических способностей, обучение навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде).
* методика и техника по развитию умений находить позитивный выход из проблемных ситуаций.

**Цель занятия:** развитие навыков и способностей распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения совместных задач.

**Задачи:**

* осмысление понятия «эмпатия»;
* осознанное восприятие собственного эмоционального состояния, способность выражать свои чувства и распознавать чувства и переживания других людей через мимику, жесты, интонацию;
* развитие психологической наблюдательности;
* формирование навыков «чтения» невербальных сигналов партнера;
* развитие способности сопереживания партнеру по общению;
* развитие навыков самоконтроля;
* активация сил самого обучающегося на преодоление жизненных трудностей;
* развитие навыков социального поведения;
* отработка навыка рефлексии.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**1. Организационный момент.**

Приветствие участников занятия

Объявление темы занятия

Объявление формы работы на занятии

Изучение настроения участников и общего настроя на совместную работу Ознакомление с правилами групповой работы

**Ведущий:**Добрый день! Я очень рада видеть каждого из вас!

Сегодня я приглашаю Вас принять участие в занятии, которое поможет вам научиться лучше понимать переживания, чувства, желания, мысли окружающих людей и свои собственные. Во время занятия каждый из вас отработает навыки эффективного, «понимающего» общения с другими людьми, осознает, как управлять своими собственными эмоциями, определит сильные стороны своей личности.

Для того чтобы наша работа была эффективной необходимо соблюдать некоторые правила:

1. Правило конфиденциальности (закрытости информации) и соблюдение дисциплины. Та информация, которую вы получите друг о друге на занятии, должна остаться в этой комнате, нельзя за ее пределами обсуждать кого-то из участников, разносить слухи.
2. Правило искренности. Если Вы что-то говорите, то это то, что Вы чувствуете.
3. Правило чуткости к себе и окружающим. Мы слушаем каждого, кто говорит не перебивая. Если вы хотите что-то сказать, то поднимите руку.
4. Правило уважительного отношения к окружающим. Нельзя критиковать, комментировать слова участников занятия.
5. Правило активности. При выполнении упражнений подразумеваются участие всех участников занятия.

**Ведущий:** Нелегкопонимать то, чего хотят и в чём нуждаются другие люди, знать их сильные и слабые стороны. Но некоторым людям удается делать это интуитивно. Помогает им в этом развитое чувство эмпатии.

**2. Актуализация знаний.**

Что же такое эмпатия? Может кто-нибудь слышал данное понятие? (желающие отвечают).

**Ведущий:** Эмпатия – это сопереживание эмоциональному состоянию других людей, способность распознать, что они чувствуют, и выразить сострадание.  Благодаря этому окружающие вас люди понимают, что их эмоции важны для вас, вы принимаете их такими, какие они есть. Этот навык необходим при построении межличностных отношений: найти общий язык, договориться и выработать план совместной работы, который удовлетворит обоих партнеров по общению, можно лишь тогда, когда мы сумеем поставить себя на место другого. Сегодня мы с вами и попытаемся потренироваться в этом.

**3. Применение интерактивных технологий (**выполнение ситуационных задач, психологических упражнений, участие в дискуссиях).

**Упражнение № 1.« Мимическая гимнастика».**

***Цель упражнения:*** формирование способности к чувствительному восприятию окружающих людей, пониманию их настроения, истинного смысла намерений и действий.

Каждый участник получает карточку с написанной на ней эмоцией; ее следует изобразить. Остальные участники отгадывают изображенную эмоцию.

**Ведущий:** У каждого из вас в руках карточка с названием одной из базовых эмоций человека (радость, страх, печаль, удивление и др.). Вам необходимо изобразить ее при помощи мимики своего лица, не произнося при этом ни звука. Всем остальным ребятам, необходимо отгадать о какой эмоции идет речь. Начинаем.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Сложно ли вам было показывать эмоцию?
2. Что было сложнее отгадывать эмоцию или ее показывать?
3. А в чем разница между понятиями «чувства» и «эмоции»?

(первые отражают сформированное отношение человека к предметам, явлениям окружающего мира, людям и значительно более длительны по времени, чем эмоции; эмоции — более нестабильны, поддаются изменениям в представлениях, взглядах человека).

**Упражнение № 2. «Донорское сердце».**

***Цель упражнения:*** умение слышать собеседника, воспринимать его эмпатически, аргументировать свои мысли, выражать свои чувства бесконфликтным путем, овладение навыками участия в групповых дискуссиях на личностно-социальные темы, развитие толерантности при ответственном выборе.

**Ведущий:** Представим себе больницу, которая специализируется на пересадке донорских сердец. Неожиданно в больницу поступает донорское сердце. На очереди находятся четыре человека:

1. пожилой профессор, занимающийся разработкой вакцины против рака, работа которого близка к завершению;
2. 16-летняя беременная девушка, сирота, у нее  больное сердце;
3. квалифицированный врач той же больницы, в которой ведут операции по пересадке донорского сердца, который пользуется уважением со стороны сотрудников и пациентов;
4. учительница, мать двоих несовершеннолетних детей, муж недавно погиб в автомобильной катастрофе.

У всех пациентов состояние критическое, каждому из них осталось жить один месяц. Проблема, кому отдать единственное донорское сердце.

Этапы игры:

Деление группы на команды по 3-4 человека.

1. Каждому из Вас сейчас необходимо выбрать одного пациента. Теперь, составьте список аргументов в пользу выбранного вами пациента (докажите участникам своей подгруппы почему именно ваш пациент нуждается в донорском сердце больше, чем другие).
2. Посовещавшись с участниками своей подгруппы, выберите одного пациента для его дальнейшей «защиты». Решение должно быть принято единогласно.
3. Выберите одного представителя из вашей подгруппы, который будет вести переговоры с участниками из других команд для принятия общего решения (выбора одного пациента, которому согласятся отдать донорское сердце все участники нашего сегодняшнего занятия).

**Обсуждение итогов игры:**

1. Что вы чувствуете сейчас?
2. Менялись ли ваши чувства на протяжении упражнения?
3. Какой из этапов упражнения показался вам наиболее сложным?
4. Какое поведение демонстрировали представители вашей команды в ходе переговоров?
5. Как разрешить возникшую конфликтную ситуацию, кому отдать предпочтение при пересадке донорского сердца?
6. Как можно было бы вообще исключить возможность возникновения в клинике ситуаций подобного рода?

**4. Мотивация обучающихся и поддержание психологического комфорта**

***Техника развития умений находить позитивный выход***

***из проблемных ситуаций, повышение уровня социальной компетентности обучающихся***

***в взаимоотношениях с окружающим миром***

**Упражнение 3: «Видеть то, что скрыто».**

***Цель упражнения:*** овладение навыками осознания чувств другого лица, оказания моральной поддержки, развитие умения находить положительные стороны в сложных ситуациях.

**Материал:**  карточки с ситуациями.

Ведущий записывает на доске пример одной проблемной ситуации. Для наглядности можно раздать заготовленные карточки с ситуациями (приложение 1). Далее группа совместно с ведущим пытается найти положительные стороны предложенной жизненной ситуации. Количество плюсов первой ситуации должно быть не меньше 5, второй ситуации – 10. При возникновении сложностей, ведущий помогает обучающимся взглянуть на ситуацию с разных сторон (в разных областях жизни: семья, друзья, колледж, хобби, личность обучающегося и т.д.). После того как один пример тщательно проработан, каждый из обучающихся должен вспомнить последнюю актуальную для себя ситуацию и самостоятельно найти положительные моменты.

В завершении проводится рефлексия: каждый зачитывает то, что у него получилось. В оставшееся время прорабатываются проблемы предлагаемые обучающимися. Чем больше ситуаций проработано, тем крепче этот навык закрепится в сознании участников. Такое большое количество плюсов также помогает человеку выйти за грань стереотипного мышления.

**Инструкция ведущего:** «Выполняя это упражнение, вы научитесь видеть положительные стороны в любой ситуации, вам станет намного легче избегать стрессов. Также вы увидите, как можно помочь близким людям, когда они чем-то обеспокоены. В нашей жизни большинство людей привыкли воспринимать любую сложную ситуацию как негативную (т.е. видят в ней только минусы). В новостях чаще всего говорят только плохие новости. Люди привыкли жаловаться и возмущаться, что приводит к постоянным стрессам и соответственно болезням. На самом деле практически в любой ситуации можно найти множество плюсов и возможностей для себя. Именно это поможет вам с лёгкостью выходить из затруднительных ситуаций».

**Примеры проблемных ситуаций:**

*Ситуация №1*. Ученик не выучил учебный материал, и его вызывают к доске.

*Ситуация № 2.* Младший брат играет в компьютерную игру, а старшему брату срочно надо на нём заниматься.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Опишите, как вы считаете, что чувствовал и как себя вел человек, который оказался в каждой из предложенных ситуаций.
2. Какие чувства испытывали бы вы в схожей ситуации?
3. Как можно было бы разрешить данные жизненные ситуации?
4. Попытайтесь найти положительные моменты (плюсы) в каждой из предложенных жизненных ситуаций.

**5. Формирование практических знаний и способов действий**

**Мини-лекция:** Основные правила эмпатии.

### Ведущий: А сейчас давайте рассмотрим несколько практических рекомендаций: как необходимо вести себя, проявляя эмпатическое отношение к окружающим людям.

### 1. Искреннее желание понять любого человека и посочувствовать ему

Часто людям проще судить о других, отмахиваться от их чувств, не желая вникать в чужие проблемы.

**Сочувствующему** человеку искренне не все равно, что происходит с другим человеком, — только так можно создать глубокие дружеские и доверительные отношения.

### 2. Cопереживать, а не оценивать

Если другой человек попадает в неприятную ситуацию, обычно возникает желание сказать: «Ты совершил глупость и сам виноват во всем». Но таким образом мы даем оценку происходящему, пытаемся обесценить чувства другого: мол, ничего страшного, что ты переживаешь, это все ерунда. Так включаются защитные механизм психики: мы не хотим сталкиваться с сильными негативными эмоциями других людей. Однако важно понимать, что такое отношение не позволит выразить сочувствие, оказать помощь, установить доверительный контакт.

**Поэтому для того, чтобы оказывать моральную поддержку необходимо** отказаться от осуждения, критики поведения и действий другого человека.

### 3. Принимать тот факт, что каждый человек отличается от другого, он индивидуален

Помните: у каждого из нас — свои взгляды, представления, убеждения, правила, воспитание.

**Поэтому** следует уважительно относиться к этим различиям. Даже если мы не разделяем взглядов и мнений другого человека, надо признать, что он имеет право на свою точку зрения.

**6. Закрепление знаний и умений**

**Психотерапевтическое задание с музыкальным сопровождением:**

**«Психологический конверт»**

Необходимо заранее подготовить обычные почтовые конверты по количеству участников. Каждому раздать конверт, куда вложены маленькие листочки в количестве n-1, где n - общее количество участников. Обучающимся объясняется, что это наше заключительное упражнение.

**Инструкция ведущего:** «В жизни каждого человека бывают моменты, когда очень грустно, одиноко, ничего не получается, кажется все бессмысленным: Сегодня мы с вами сделаем каждому "психологический конверт". Обязательное условие этого задания, что никто свой конверт сегодня не откроет и читать не будет. Мы создаем это конверт для такого случая, когда вам будет грустно и одиноко. Каждый участник берет обычный тетрадный листок, на нем записывает фамилии всех кто присутствует на занятии. Берет свой конверт, подписывает его. Затем берет листочек из конверта, подписывает фамилию одногруппника. Пишет на нем от себя доброе пожелание или комплимент этому человеку, подписывается на листочке и тихо, не создавая шума в классе, передает этот листочек адресату. Так каждый участник должен подписать каждому участнику листочек».

Необходимо обратить внимание обучающихся, что на листочках пишем только хорошее, светлое и доброе.

**7.Заключительная часть. Подведение итогов занятия. Рефлексия.**

**Упражнение «Больше всего мне понравилось».**

***Цель упражнения:*** подведение итогов занятия, процедура рефлексии.

**Ведущий:** Выскажите, пожалуйста, ваше мнение о сегодняшнем занятии, о своем самочувствии, удовлетворенности своей работой в группе и свои пожелания.

Обучающиеся садятся в большой круг для заключительногоупражнения, во время которого есть возможность высказать свои впечатления, задать любому человеку вопрос или сказать ему то, что не успел во время занятия.

**ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

Для эффективной реализации группового занятия необходимо следующее материально-техническое оснащение:

Оборудование помещения:

* просторный кабинет, помещение с хорошим отоплением и освещением;
* посадочные места по количеству студентов.

Инструментарий:

* канцелярские принадлежности (альбомные листы, ручки, карандаши);
* доска, мел (если доска железная – магниты, маркеры, губка);
* раздаточный материал к занятию (карточки с ситуациями, предоставление инструкции и заданий в печатном виде (для слабослышащих обучающихся);
* почтовые конверты.

Технические средства:

* мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук или компьютер, звуковые колонки).

Свод необходимых материалов для реализации программы приведен в списке литературы.

Ведущим занятия должен быть специалист, имеющий высшее психологическое образование. Перед проведением занятия специалист должен внимательно ознакомиться с содержанием занятия, понять структуру и особенности его проведения. Также необходимо актуализировать знания по темам: «Особенности развития обучающихся с ОВЗ и лиц из числа инвалидов», «Особенности развития коммуникативных навыков в подростковом возрасте». В качестве источников предлагается использовать методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся с ОВЗ и лиц из числа инвалидов (приложение 2), список литературы, прописанный в данном методическом материале.

В связи с тем, что работа ведется при участии обучающихся с нарушением слуха, необходимым условием является присутствие сурдопереводчика на занятии.

**Список литературы**

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб., 2007.
2. Бурнард, Ф. Тренинг межличностного взаимодействия. – СПб., 2001.
3. Вачков, И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие. – М., 2000.
4. Гаврилова Н.В. Проблемы адаптации лиц с ОВЗ. //Профессиональное образование. Столица №1. – М., 2013.
5. Джрназян Л. Н. Механизмы эмпатии в межличностных отношениях: Автореф. канд. дис. – Тбилиси, 1984.
6. Лидерс, А. Г. Психологический тренинг с подростками. – М., 2001.
7. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. – М.: Знание, 2009.
8. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К., Коммуникативный тренинг. – СПБ.: Речь, 2005.
9. Оганесян Н. Т. Методы активного социально-психологического обучения. Тренинги, дискуссии, игры. – М.: Ось-89, 2002.
10. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий/ авт. – сост. Ю. А. Голубева и др. - Волгоград: Учитель, 2019.
11. Щербакова Т.Н., Скрипкина Т.П. Тренинг коммуникативной компетентности для подростков: учебно-методическое пособие. – Ростов н/Д.: Изд-во РО ИПК и ПРО,2008.
12. Юсупов И.М. Диагностика и тренинг эмпатических тенденций. – Казань, 1991.

**Интернет ресурсы**

1. [http://www.psychology.ru/library/](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.psychology.ru%2Flibrary%2F)
2. <https://delo-press.ru/journals/staff/tekhnologii-effektivnosti/44524-trening-obshcheniya-obuchenie-zakreplenie-obratnaya-svyaz/>
3. <https://infourok.ru/kopilka-uprazhneniy-dlya-zanyatiy-pedagogapsihologa-s-uchaschimisya-v-treningah-obscheniya-3206499.html>
4. <https://rykovodstvo.ru/exspl/105766/index.html?page=2>

**КОНТРОЛЬНО ОЦЕНОЧНЫЕ ПАРАМЕТРЫ**

**Предполагаемые результаты**

* повышение способности к самоанализу и правильному выражению своих чувств и эмоций;
* развитие способности к анализу и осознанию состояния другого человека;
* понимание мотивов поведения людей;
* овладение умением успешно выстраивать взаимоотношения с окружающими, снижая риски возникновения конфликтных ситуаций и разногласий;
* успешная социализация;
* развитие позитивного мышления.

**Основные эффекты от участия в групповом занятии:**

* Получение представления о своих слабых и сильных сторонах характера и возможности работать с ними;
* Развитие умения справляться с чувством волнения, тревоги,  робости, застенчивости при взаимодействии с социумом;
* Получение навыка выполнения общего задания в команде;
* Развитие навыков социальной наблюдательности и чуткости в отношениях с другими людьми;
* Сплочение учебной группы, формирование дружеских и доверительных связей;
* Получение навыка работы с позитивными мыслями и возможность изменять отношение к трудным жизненным ситуациям.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

***Раздаточный материал к упражнению «Видеть то, что скрыто»***

|  |
| --- |
| *Ситуация №1*. Ученик не выучил учебный материал, и его вызывают к доске. |

|  |
| --- |
| *Ситуация № 2.* Младший брат играет в компьютерную игру, а старшему брату срочно нужно на нём заниматься. |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Методические рекомендации к проведению занятия**

В представленном методическом материале используются различные психологические методы, методики и технологии, они регулируются в зависимости от психологических особенностей группы обучающихся.

Работа выстраивается с учётом возрастной категории, а также уровня развития личности обучающегося. В первую очередь, на занятии оценивается готовность участников к совместной работе. Главной задачей является создание положительной мотивации к участию в занятии и формированию чувства доверия к ведущему (педагогу-психологу) и группе в целом, что повышает эффективность работы и качество получаемых навыков и умений. В ходе проводимого занятия обучающиеся могут не только отработать существующие у них личностные проблемы, но и овладеть способностью правильно истолковывать и осознавать свое эмоциональное состояние в той или иной ситуации, выражать свои чувства и мысли, научиться оказывать сочувствие и сопереживание окружающим людям. Важно, аккуратно направлять каждого участника в процессе выполнения упражнений, а также при итоговом обсуждении, с целью приведения его к ожидаемому результату, а также своевременного разрешения конфликтных ситуаций в группе. Важное место уделяется процессу рефлексии, как «фактору, способствующему усвоению нового опыта, осознанию собственных чувств и эмоций».

В случае, когда психологическое состояние обучающегося, либо группы носит неустойчивый, обостренный характер (повышенная агрессивность, тревожность и т.п.), целесообразным является применение метода релаксации перед началом занятия.

Подбор материала зависит от индивидуальных особенностей участников занятия, а также должно происходить вследствие тщательного анализа актуальной проблемной ситуации.

**Методические рекомендации по работе с обучающимися с ОВЗ и лицами из числа инвалидов.**

1. ***Обучающиеся с нарушениями слуха***

Общей проблемой для всех обучающихся с нарушенным слухом является быстрый темп речи взрослого, практическая невозможность быстро воспринимать предлагаемый материал, одновременно слушать и вы­полнять какие-либо инструкции. Поэтому следует придерживаться следующих рекомендаций:

1. Старайтесь делать небольшие паузы (3-4 мин) после объяснения какого-либо вопроса, чтобы обучающийся мог понять излагаемый материал.
2. Необходимо повторять основные моменты предлагаемого материала. Используйте как можно шире иллюстративный материал.
3. Нередко ошибочные ответы или затруднения в ответах вызва­ны непониманием инструкции, непривычной формулировкой вопроса, незнанием требований взрослого. Следует обязательно проверить, как понято задание.
4. Попросите повторить инструкцию полностью или фрагмен­тарно. Задавая вопрос, обязательно требуйте его повторения вслух.
5. Во время Вашего монолога следите за тем, насколько обучающийся Вас понимает. Время от времени просите повторить Ваши слова.
6. Всегда располагайтесь лицом к источнику света. Прежде чем на­чать говорить что-либо, надо привлечь к своему лицу зрительное вни­мание человека с нарушенным слухом, дождаться или добиться, чтобы он на Вас посмотрел.
7. Всегда сами смотрите в лицо обучающемуся с нарушенным слухом при разговоре с ним, не только во время Вашего высказывания, но и когда слушаете его. Сразу повторяйте вслух его слова, как эхо, особенно если он задает вопрос.
8. Стройте фразу так, чтобы в ней был естественный порядок слов, ответ на вопрос начинайте или с двух-трех слов, содержащихся в вопросе, или с повторения вслух вопроса.
9. Во время говорения старайтесь не кивать головой, не размахивать руками (не жестикулировать), не прикрывать рот, не поворачиваться спиной к обучающемуся с нарушенным слухом.
10. Ваша реакция на какую-либо ситуацию или реплику со стороны должна быть понятна или немедленно объяснена слабослышащему человеку.
11. Будьте к собеседнику доброжелательным, не показывайте свое­го недовольства или раздражения, вызванного непониманием вашей речи.
12. Овладевайте способами оперативной помощи ему во время беседы или занятия:

- повторить фразу в более медленном темпе с тем же поряд­ком слов;

- переставить слова во фразе;

- заменить то или иное слово без изменения смысла фразы;

- написать ключевое или труднодоступное слово;

- написать всю фразу.

1. ***Обучающиеся с нарушениями зрения***

Обучающимся с нарушенным зрением нельзя давать понять, что они зависят от вас. Общение с ними на равных, но вместе с тем оказание им необходимой практической помощи приведет к образованию системы связей речевой и практической деятельности. Проявления лишнего любопытства по поводу его зрения, а также сентиментального сочувствия может снизить интерес общения с вами.

Не следует акцентировать внимание на его физическом недостатке или на стереотипных (навязчивых) движениях, а при их наличии переключите внимание обучающегося на другую деятельность. Важное воздействие на развитие обучающегося с нарушенным зрением оказывает успешность его отношений со взрослыми и сверстниками. Толерантность (терпимость) по отношению к обучающимся с «особыми нуждами» является непременным качеством педагога.

Рекомендации для специалиста по профилактике и преодолению трудностей во время проведения занятия с обучающимся с нарушением зрения.

1. Рабочее место обучающегося с нарушением зрения должно распо­лагаться в центре аудитории.
2. Педагогу, работающему с таким обучающимся, рекомендуется не стоять в помещении против света, на фоне окна.
3. В связи с тем, что темп работы обучающегося со зрительными нарушениями замедлен, следует давать больше времени для выполнения заданий (особенно письменных). Неко­торые нарушения зрения осложняют выработку навыка красивого письма, поэтому следует снизить требования к почерку.
4. Ведущий программы должен говорить более медленно, ставить воп­росы четко, кратко, конкретно, чтобы обучающиеся могли осоз­нать их, вдуматься в содержание. Не следует торопить их с ответом, дать 1-2 мин на обдумывание.
5. Раздаточный материал должен быть крупный, хорошо видимый по цвету, контуру, силуэту, должен соответствовать естес­твенным размерам.
6. Размещать объекты на доске нужно так, чтобы они не сливались в единую линию, пятно, а хорошо выделялись по отдельности.
7. Поскольку у обучающихся с нарушением зрения преобладает последовательный способ зрительного восприятия, то время на экспозицию предлагаемого материала увели­чивается минимум в два раза (по сравнению с нормой).
8. Трудности координации движения, несогласованность движений руки и глаз при нарушениях зрения замед­ляют темп выполнения заданий, связанных с предметно-практической деятельностью, поэтому при выполнении графических заданий должна оцениваться не точность, а правильность выполнения задания.
9. Нужно давать обучающему, имеющему зрительные наруше­ния, возможность подходить к классной доске и рас­сматривать представленный на ней материал.
10. ***Обучающиеся с задержкой психического развития (ЗПР)***

Основной задачей в обучении рассматриваемой категории обучающихся является создание условий для успешной учебной и внеучебной деятельности как средства коррекции их личности, формирования положительных устремлений и мотиваций поведения, обогащения новым положительным опытом отношений с окружающим миром.

Каждого обучающегося следует стараться выслушать до конца.

Для предупреждения быстрой утомляемости или снятия ее целесообразно переключать обучающихся с одного вида деятельности на другой, разнообразить виды занятий. Интерес к занятиям и хороший эмоциональный настрой обучающихся поддерживают использованием красочного дидактического материала.

Исключительно важное значение имеют мягкий доброжелательный тон взрослого, внимание к обучающемуся, поощрение его малейших успехов. Темп занятия должен соответствовать возможностям обучающегося.

Особенно важно учить планировать свою деятельность при выполнении упражнений, задач с несколькими заданиями. На первых порах это достигается путем ответов обучающихся на поставленные вопросы. Обучающийся должен научиться вычленять отдельные этапы будущей деятельности, а для этого надо чаще пользоваться такими словами, как «сначала», «потом». Умение дать отчет о выполненной работе и рассказать о предстоящей способствует преодолению нерешительности, растерянности, укрепляет веру в собственные возможности. На основе широкого привлечения речи удается добиться понимания обучающимся смысла выполняемой деятельности, осознания правильности (или ошибочности) произведенных действий, адекватной оценки результата работы в соответствии с требованиями.

Значительное время необходимо отводить на обучение обучающихся выполнять инструкцию с несколькими заданиями. У учащихся с ЗПР может иметь место утеря одного из звеньев инструкции, поэтому надо приучать их внимательно слушать инструкцию, пытаться представить ее себе и запомнить, что следует делать.

Одним из важнейших направлений учебно-воспитательного процесса является формирование у обучающихся навыков самостоятельной работы, умения организовывать, планировать свою деятельность, осуществлять самоконтроль.

В процессе самостоятельной познавательной деятельности развиваются мышление, память, внимание, творческое воображение, а также вырабатываются практические умения и навыки, формируется психологическая установка на самостоятельное пополнение знаний.

1. ***Обучающиеся с аутизмом (РАС)***

Аутизм проявляется в «уходе в себя», в свой внутренний мир, наполненность и характер содержания которого зависят от уровня интеллектуального развития, возраста обучающегося, особенностей тече­ния заболевания.

Существенной трудностью организации целенаправленного поведения является быстрая пресыщаемость: предметы, вызывавшие вначале интерес, очень быстро, иногда через несколько секунд, не только перестают интересовать, но и вызывают отрицательные эмоции.

Такую же двойственную природу имеют и агрессивные проявления этих обучающихся. Они могут возникать как результат страхов, негативного отношения к окружающему. В то же время агрессивные реакции могут представлять собой примитивную попытку контакта с окружающим, т.е. быть следствием отсутствия готовых форм взаимодействия. Таким образом, агрессивные явления неоднозначны, и если в одних случаях их нужно исправлять, то в других они являются необходимым этапом адаптации к окружающему.

В случае интеллектуальных трудностей обучающегося для поддержания его уверенности в себе ведущий занятия может выступить и в роли соученика, «не понимающего задания». В этих случаях обучающийся охотно начинает объяснять решение задачи, тем самым уясняя суть вопроса и для себя. Происходит как эмоциональная, так и интеллектуальная активация обучающегося.

В связи с легкой возбудимостью, импульсивностью, хаотичностью его деятельности необходимы специальные мероприятия по обеспечению безопасности обучающихся в процессе занятий:

* Занятия должны проходить в специально оборудованном зале, где обязательно должно быть мягкое освещение, палас или ковер на полу. В зале не должно быть острых и тяжелых предметов.
* Необходима строгая организация режима в группе. Обязательным является идентичность обстановки занятий и постоянство состава группы, так как аутичные обучающиеся трудно приспосабливаются к новой обстановке и новым людям.

Наблюдение за обучающимся с РАС может дать информацию о его возможностях, как в спонтанном поведении, так и в создаваемых ситуациях взаимодействия, при этом важно обратить внимание на следующие параметры:

* более приемлемая для обучающегося дистанция общения;
* излюбленные занятия в условиях, когда обучающийся предоставлен сам себе;
* поведение в ситуациях дискомфорта, страха;
* отношение к включению взрослого в его занятия.

Выяснив для себя все эти моменты, можно приступать к организации среды, в которой «включение» аутичного обучающегося будет максимальным. Для этого необходимо делать акценты на следующие моменты:

1) Создать положительный эмоциональный контактсо взрослым и другими обучающимися.

Личное отношение к обучающемуся с аутизмом первостепенно в общении, т.к. эти обучающиеся не воспринимают фронтальную инструкцию данную для всей учебной группы. Обязательно дополнительное повторение задания для этого обучающегося, обращаясь непосредственно именно к нему. Иногда достаточно улыбки, кивка головы или, наоборот, какого-то условного знака, обговоренного с обучающимся заранее.

В конце занятия обязательно говорить о том, что обучающийся «хорошо позанимался» и "выполнил задание", «сделал....», что он вел себя дисциплинированно. Этим мы добиваемся постепенного освоения роли обучающегося. Однако следует знать, что похвала является не очень надежным регулятором поведения такого обучающегося.

Неформальные контакты на перемене тоже должны быть организованы. Для такого обучающегося очень важно иметь возможность быть рядом с доброжелательными сверстниками, но это не означает немедленного включения его в деятельность других обучающихся. Это может дать диаметрально противоположный результат, поэтому выстраивать общение следует поэтапно - давать возможность обучающемуся наблюдать за другими людьми, слушать их разговоры, пытаться понять их интересы, отношения. Обязательно проговаривать, обсуждать возникающие ситуации - давать развернутый эмоциональный (в допустимых рамках) комментарий, который во много будет постепенно помогать понимать и осознавать процессы эмоционального взаимодействия с окружающими к которому он стремится.

2) Учитывать личностные особенности обучающегося

Часто страхи и негативизм обучающегося связаны с предыдущими неудачами и слишком большим нажимом взрослых в обучении. Он может, например, категорически отказываться брать в руки ручку, переставать слышать и видеть взрослого при словах «давай подумаем» и др. В этом случае напряжение постепенно уходит, если ведущий занятия оста­ется спокоен и предлагает адекватную помощь, позволя­ющую ощутить себя успешным.

При организации занятия важно также помнить, что заторможенность, неуверенность обучающегося делают для него крайне трудной ситуацию самостоятельного выбора или принятия решения. Необходимость ответить на простой вопрос (что ты хочешь? что будешь делать?) заставляет его испытывать дис­комфорт, часто он говорит что-то наугад, чтобы просто выйти из неприятной напряженной ситуации. Поэтому вопрос выбора необходимо ставить таким образом, чтобы обучающийся выбирал из того, что ему знакомо или нравится.

Вовремя запущенный стереотип поведения поможет при необходимости экстренно справиться с поведенческой проблемой: отвлечь обучающегося, сосредоточить его, успокоить. Включить его в привычные формы поведения поможет начатое действие взрослого, заданный им знакомый ритм, особое обозначающее слово. Растерянность, тревога уменьшаются, если аутичный обучающийся четко усвоит своё основное место занятий и что он должен делать.

3) При планировании занятия необходимо помнить о высокой психической утомляемости и легком физическом истощении аутичного обучающегося. Поэтому для него важно организовать индивидуальный адаптированный ритм занятий, возможность своевременного переключения и отдыха, спланировав для такого обучающегося возможность, временно выйти из общего ритма с после­дующим возвращением к общим занятиям.

4) При работе место для занятий должно быть организовано так, чтобы ничто не отвлекало, чтобы зрительное поле аутичного обучающегося было максимально организовано.

Обучающиеся с РАС должны получить помощь в осознании того, что они любят и не любят, к чему привыкли, что им хочется изменить, что такое хорошо и что такое плохо, чего от них ждут другие люди, где границы их возможностей. Все это они могут усвоить, только подробно проживая, сопереживая все возникающие жизненные ситуации вместе с близкими взрослыми - родителями, педагогами.

1. ***Обучающиеся я с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата (ОДА)***

Важно знать и учитывать, что все обучающиеся с наруше­ниями опорно-двигательного аппарата нуждаются в особых условиях жизни и обучения. Наше воздействие на обучающегося, имеющего отклонения в развитии, должно способствовать достижению двух целей:

1. Обучающийся должен чувствовать себя комфортно. Мы всег­да должны учитывать его состояние в конкретный момент времени. Важно помнить, что первая наша за­дача - создать базис, на основе которого обучающийся смо­жет изменяться, почувствует себя лучше и будет готов проявлять самостоятельную активность. Только после этого мы вместе с ним сможем сделать следующий шаг в познании окружающего мира.
2. Границы возможностей обучающегося должны расширяться. Важно стимулировать все способности и доби­ваться его максимально возможной самостоятельной активности, даже если она недостаточна.

Важно отметить несколько практико-ориентированных рекомендаций, которые нужно соблюдать при работе с обучающимися с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата:

1. Так как у данной категории обучающихся при сохранном интеллекте идёт неравномерное развитие психики (т.е. отмечается неравномерность развития, когда какие-либо знания и умения могут быть развиты больше, чем должно быть в его возрасте, и при этом другие знания и умения недостаточно сформированы), перед началом работы необходимо изучить клинико-психолого-педагогический статус обучающегося.
2. У обучающегося с ДЦП отмечается сенсорная сверхчувствитель­ность. Малейшее сенсорное возбуждение, если оно вне­запно, может вызвать резкое усиление спазма, поэтому: следует избегать резких внешних воздействий; взрослый должен приближаться к обучающемуся со стороны лица, а если это невозможно, нужно словесно обозначить свои дейс­твия; нельзя сажать обучающегося с ДЦП спиной к двери и лицом к окну. Дверь и окно должны быть сбоку.
3. Необходимо обращать внимание на состояние эмоционально-волевой сферы обучающегося и учитывать его во время занятий (данной категории обучающихся свойственна повышенная тревожность, ранимость, обидчивость; на­пример, появление мышечных спазмов может быть реакцией на громкий голос, резкий звук и даже на затруднения в выполнении задания).
4. Для обучающихся, имеющих тяжелые нарушения моторики рук(практически всегда они связаны с тяжелым нарушением речи), необходим индивидуальный подбор заданий втестовой форме, позволяющий не давать развернутый речевой ответ.
5. На занятии педагогу следует придерживаться особого речевого режима: четкая, разборчивая речь без резкого повышения голоса, не­обходимое число повторений, подчеркнутое артику­лирование.
6. Так как темп деятельности у обучающихся с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата замедленный, следует увеличить время, отведённое на выполнение за­даний, и категорически исключить задания на время.

Таким образом, дифференцированный и индивидуальный подход, а также создание благоприятных условий обучения, учитывающих индивидуальные типологические и специфические особен­ности обучающихся с различными нарушениями развития, поможет лучше усваивать получаемый опыт от проводимого занятия.