

Чернівецька обласна рада  
Інститут післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області  
Науково-методичний центр практичної психології та соціальної роботи

# Технології психологічного забезпечення освітнього процесу в інклюзивній школі

МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК  
ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ, СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ

Чернівці  
2019

**Автори-укладачі:**

*Романовська Д.Д.*, кандидат психологічних наук, завідувач науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області, старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи Національної академії педагогічних наук України.

*Мінтяська Р.І.*, методист науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області

**Авторський колектив:**

**Рецензенти:**

**Загальна редакція:**

*Романовська Д.Д.*, кандидат психологічних наук, завідувач науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області, старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи Національної академії педагогічних наук України.

Технології психологічного забезпечення освітнього процесу в інклюзивній школі : методичний посібник / автори-упорядники Д.Д. Романовська, Р.І.Мінтяська / за загальною редакцією Д.Д. Романовської. – Чернівці : Технодрук, 2019 – 158 с.

**Анотація.** В основу методичного посібника покладено досвід роботи фахівців психологічної служби Чернівецької області та розробки учаників обласної школи фахової майстерності.

У посібнику представлені технології діагностики, ігрової психотерапії та психокорекції, корекційно-розвивальні вправи для роботи із дітьми з особливими освітніми потребами. Подано технології психологічної підтримки батьків та педагогів, а також методичні рекомендації для них, щодо особливостей процесу виховання та навчання дітей, які мають особливі освітні потреби.

Матеріали посібника можуть бути використані практичними психологами, соціальними педагогами, іншими фахівцями в системі надання психологічної та соціально-педагогічної допомоги дітям з особливими освітніми потребами та їх сім'ям.

## ЗМІСТ

<b>I. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ФОРМУВАННЯ ЗМІСТУ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ</b> .....	6
<b>II. ДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ ПОКАЗНИКІВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ</b> .....	13
2.1. <b>Діагностика показників розвитку пізнавальної сфери</b> (Боднар Л.І., Бузинська Ю.І., Єленчук Н.І., Колесник А.І., Кушнірюк С.В., Мінтянська Р.І., Романовська Д.Д.) .....	13
2.1.1. Методика «Чого не вистачає на малюнках?» .....	13
2.1.2. Методика «10 слів» .....	13
2.1.3. Методика «Запам'ятай картинки» .....	14
2.1.4. Методика «Графічний диктант» .....	15
2.1.5. Методика «Ідентифікація зображень тварин» .....	16
2.1.6. Методика «Незакінчені фігури» .....	17
2.2. <b>Діагностика показників адаптації та мікроклімату в інклюзивних класах</b> .....	18
2.2.1. «Карта спостережень» Д. Стотта .....	18
2.2.2. Методика «Вивчення психологічного клімату класу» А.Ф. Фідлера, модифікація НМЦППСР .....	29
2.2.3. Методика «Соціометрія» Я. Морено.....	31
2.2.4. Методика «Вивчення задоволеності учнів шкільним життям» А. Андрєєва .....	37
2.3. <b>Діагностика показників емоційно-вольової сфери</b> .....	38
2.3.1. Опитувальник для батьків «Ознаки психічного напруження та невротичних тенденцій у дітей».....	39
2.3.2. Методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою .....	40
<b>III. КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИТКОВІ КОМПЛЕКСИ</b> .....	43
3.1. Комплекс вправ з розвитку пізнавальних процесів для дітей молодшого шкільного віку (6-9 років) із затримкою психічного розвитку (Якубенко В.В.).....	43
3.2. Комплекс корекційних вправ для роботи з дітьми 5-6 років, які мають розлади аутичного спектра: складено на основі програми Э. Шоплер, М. Ланзінд, Л. Ватерс (Федорюк Н.А).....	48
3.3. Комплекс кінезіологічних вправ для оптимізації інтелектуальних процесів і підвищення розумової працездатності дітей з особливими освітніми потребами (Тільняк В.І., Тороній Г.С.).....	51

3.4. Комплекс арт-терапевтичних вправ для дітей з особливими освітніми потребами (Кушнірюк С.В., Мінтянська Р.І., Романовська Д.Д., Чередюк О.В.).....	54
3.5. Комплекс вправ з розвитку пізнавальної сфери дітей з порушеннями інтелектуального розвитку молодшого шкільного віку (Абрамович Т.К., Білоус Н.С., Бражник Н.О., Боднарюк Л.І., Вашкеба Ю.М., Дмитрюк О.С., Кушнірюк С.В., Тороній Г.С.).....	60
3.6. Комплекс вправ з формування позитивного мікроклімату в інклюзивному класі (Вовчук М.Ф., Тропій Г.С., Колесник А.І.).....	68
<b>IV. ТЕХНОЛОГІЇ ІГРОВОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ</b> (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	79
4.1. Техніка «Лінія посеред листка» .....	80
4.2. Техніка «Каракулі» .....	82
4.3. Техніка «Чарівний килим» .....	84
4.4. Техніка «Сердиті кульки» .....	86
4.5. Техніка «Ніжки тупнули, а кульки луснули» .....	88
4.6. Техніка «Опудало» .....	89
4.7. Техніка «Центр почуттів» .....	91
<b>V. ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ БАТЬКІВ, ПЕДАГОГІВ</b> .....	94
5.1. Методики та технології проведення соціально-педагогічного супроводу та психологічної підтримки сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (Чаглій І.Д.).....	94
5.1.1. Анкета для педагогічних працівників .....	102
5.1.2. Анкета «Ставлення батьків до навчання дітей з особливими освітніми потребами у закладі освіти» .....	103
5.1.3. Тренінгове заняття для роботи з батьками «Розуміння інклюзії - рівність прав» (Чаглій І.Д.).....	104
5.2. Психологічний практикум для батьків «Пошук внутрішніх ресурсів та відновлення батьківської рівноваги» (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	109
5.3. Корекційне заняття з елементами тренінгу для батьків: «стежиною сімейної мудрості» (Музика Т.М.).....	116
5.4. Застосування мандалотерапії для гармонізації внутрішнього потенціалу батьків (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	122
5.5. Тренінг для педагогічних працівників «Інклюзивна освіта: рівні можливості для кожного» (Чередюк О.В.) .....	128
<b>VI. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ ТА ПЕДАГОГІВ</b> .....	140

6.1. Рекомендації для батьків та педагогів «Як навчити дитину справлятися з поставленим перед нею завданням: реакції на небажану поведінку, позитивні вказівки» (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	140
6.2. Рекомендації для батьків та педагогів «Що робити після того, як дитина виконає завдання: методи заохочення» (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	147
6.3. Корисні ігрові прийоми у спілкуванні з дитиною (Романовська Д.Д., Мінтянська Р.І.).....	154
6.4. Психологічні підказки вчителю у спілкуванні з батьками дитини із особливими потребами (Стрільчук О.В.).....	156

## **I. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ФОРМУВАННЯ ЗМІСТУ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

Одним з основних пріоритетів розвитку сучасної освіти, відповідно до Концепції «Нова українська школа» є забезпечення рівних прав на освіту для всіх дітей, у тому числі для дітей з особливими освітніми потребами, дітей з інвалідністю, дітей з інших соціально вразливих груп. Одним з основних принципів міжнародних стандартів є право дітей з особливими потребами на інтеграцію в суспільство, основою якої є забезпечення таким дітям доступу до якісної освіти [7, с. 13].

Впровадження інклюзивної освіти, яка надає можливість дітям з обмеженими можливостями психічного та/або фізичного розвитку здобувати освіту в умовах закладу дошкільної та загальної середньої освіти, є не лише вимогою часу, а й ще одним кроком до забезпечення реалізації прав на отримання повноцінної освіти. Поруч з тим, навчання дітей з особливими освітніми потребами спільно з їхніми однолітками сприяє їх соціалізації. Таке навчання є корисним також і для інших дітей в класі, бо вони вчаться розуміти проблеми інших, стають добрішими.

Інклюзивне навчання дітей з особливими освітніми потребами є технологічно складним педагогічним процесом. Він вимагає не тільки віртуозної роботи педагога, у якого в класі кілька дітей навчається за індивідуальним навчальним планом і потребують особливої уваги і допомоги, але й усієї команди супроводу дитини: психолога, соціального педагога, фахівців з різних напрямків корекційної педагогіки, логопеда, помічника, асистента педагога [4].

Оскільки часто буває так, що в команді супроводу фахівці психологічної служби виконують координуючу роль.

Важлива співпраця працівників психологічної служби з фахівцями інклюзивно-ресурсних центрів, більшість з яких функціонували раніше як психолого-медико-педагогічні консультації, основними завданням яких залишається консультативна допомога всім учасникам освітнього процесу з питань специфічних особливостей розвитку дітей з різними видами порушень, надання психолого-педагогічних та корекційно-розвиткових послуг дітям з особливими освітніми потребами, надання необхідної науково-методичної літератури та комплексна оцінка розвитку дітей [2, с. 27]. Відповідно до спільної мети і завдань індивідуальної програми розвитку практичний психолог і соціальний педагог закладу інклюзивної освіти визначає зміст

психологічного забезпечення, та обирає ефективні технології практичної роботи.

В комплексі психологічного забезпечення важливою є психологічна практика, яка здійснюється або безпосередньо через засоби міжособистісного спілкування, або опосередковано – через предметну або знакову діяльність. Метою психологічної практики є зміни стану або змісту свідомості об'єкта психологічного практикування, його ставлень, переконань, уявлень, емоцій, рис або якостей особистості, зміни поведінки. Засоби, прийоми, методи здійснення психологічної практики, можуть бути і непсихологічними (наприклад – малювання, ліплення або гра з піском), але мета і результати завжди мають психологічний зміст та наслідки (корекція агресивності, формування довірливості поведінки, розвиток рефлексивних механізмів, зняття або полегшення наслідків психологічної травми, покращання психоемоційного стану і т.п.) [8].

Одним з основних завдань фахівця психологічної служби, в рамках інклюзивної форми навчання, є підтримка комфортного освітнього соціального середовища, яке сприяє повному розкриттю та розвитку пізнавальних, особистісних і творчих ресурсів дитини. Працівнику психологічної служби слід підтримувати в дитини впевненість у своїх силах, прагнення до пізнавальної діяльності; запобігати різким змінам у психічній діяльності, поведінці та загальному стані дитини й адекватно реагувати на них. Крім того, важливо сприяти розвитку позитивного мікроклімату в класі, усуненню явищ остракізму та гандикапізму, які є проявами інтолерантності.

В цілому поняття «інтолерантність» розглядається з позиції його психологічного і соціального значення та використовується в ситуаціях, коли чийсь образ почуттів, думок чи дій оцінюється як відмінний від очікуванозвичного, виглядає загрозливо і викликає несхвалення [7].

В. Мижі виділяє такі показники інтолерантності: наявність негативних стереотипів, кепкування, дискримінація, остракізм (відторгнення), цькування, переслідування, приниження, сегрегація, репресії, розправа [5].

Негативні стереотипи є одним з основних елементів інтолерантності та проявів гандикапізму, оскільки саме вони зумовлюють формування враження про людину на основі однієї її риси чи особливості. Гандикапізм як суспільне явище, тенденція до негативного оцінювання та ставлення до людей з обмеженими можливостями, що виявляється в суспільстві та функціонує на рівні соціальних установок і стереотипів, в основі яких лежить неприйняття людей з обмеженими можливостями соціумом, їх стигматизація та дискримінація. В освітній галузі гандикап негативно позначається на шкільній

успішності, порушує або обмежує функціонування дитини та потенційно загрожує її розвитку й адаптації [3].

Фахівцям психологічної служби важливо вживати заходи щодо створення безбар'єрного освітнього середовища, яке передбачає і фізичну, і психологічну складову (подолання бар'єрів взаємодії педагога й дитини, а також дитини з особливими потребами та здорових дітей) та створення атмосфери емоційного комфорту та взаємоприйняття.

Формування позитивного психологічного клімату та позитивних емоційних тонів у міжособистісних стосунках – важлива умова створення адаптивного освітнього простору навколо дитини [10]. Формування толерантності як особистісної риси у вчителів та учнів, формування толерантного освітнього середовища, що можливе за допомогою комплексу спеціальних групових занять із застосуванням завдань та вправ:

- «психологічні криголами»;
- технології підтримувальної психотерапії;
- створення групових малюнків;
- техніки кооперативної взаємодії [11, с.23].

Не менш важливим є наступне завдання, яке полягає в формуванні у вчителів особистісної (компоненти: мотиваційна, емоційно-вольова, інтелектуальна, психофізіологічна та характерологічна) та професійної (методична) готовності до здійснення інклюзивного навчання, яке б не шкодило дітям і самому педагогу.

Важливим аспектом психологічного забезпечення є організація практичним психологом із педагогами психологічних практикумів, під час проведення яких потрібно ознайомлювати педагогів з особливостями психічного та емоційно-вольового розвитку тієї категорії дітей, яка інтегрована в класне навчання, специфікою їх навчальної діяльності. Також, педагогам варто допомогти сформувати навички саморегуляції та запобігання емоційної напруги в стосунках з особливою дитиною.

Сучасна освітня філософія, зорієнтована на особистість дитини, ґрунтується на тому положенні, що батьки є її першими і головними вчителями. Тому, налагоджена співпраця між батьками та педагогами є не лише запорукою успішного навчання дитини в освітньому закладі, а й її подальшої адаптації в соціумі. Особливим має бути зміст роботи практичного психолога й соціального педагога з батьками дітей, що навчаються в інклюзивних класах. Обов'язковими є зустрічі не менше одного разу на тиждень на початку навчання. Під час проведення первинної співбесіди важливо визначити основні труднощі взаємодії батьків з дитиною у сім'ї та їхні



очікування щодо розвитку дитини. З батьками варто проводити індивідуальні та групові тренінги, консультації, семінари з психологічної підтримки та сприяння розвитку своєї дитини.

Окрім того, важливими завданнями в роботі психологічної служби у школах з інклюзивною формою навчання є:

1. Добір діагностичного інструментарію, придатного для роботи з різними категоріями дітей, відповідно до наявного дефекту розвитку;
2. Уточнення змісту та методів корекційної роботи з дітьми, які мають особливі потреби, з урахуванням результатів психологічної діагностики;
3. Упровадження комплексних корекційних стратегій, які б містили, крім навчання, ще й ігрові засоби та рекомендації щодо сімейного виховання [11, с. 27].

Діагностична складова психологічного забезпечення наповнюється дослідженнями особистісних параметрів та особливостей: соціалізації дитини у сім'ї, колективі шкільного класу; емоційних проявів та стресових реакцій; поведінкових (можливих девіацій). Оцінка показників розвитку та психоемоційних станів здійснюється з метою прогнозування корекційних та реабілітаційних змін, коригування індивідуальних планів розвитку дитини. Необхідним є оформлення куточку емоційного настрою учнів класу.

Психологічне забезпечення освітнього процесу неможливе без здійснення фахівцями корекційної та розвивальної роботи [11, с. 22-25]. Зміст корекційно-розвиткової роботи визначається з урахуванням особливостей розвитку дітей особливими освітніми потребами та може бути спрямований на:

- розвиток зорового або слухового сприймання, мовлення, пізнавальної діяльності, психофізичний, соціально-комунікативний розвиток дітей з особливими потребами, формування в них навичок просторового, соціально-побутового орієнтування тощо;
- розвиток навичок саморегуляції та саморозвитку дітей шляхом взаємодії з навколишнім природним середовищем з урахуванням наявних знань, умінь і навичок комунікативної діяльності і творчості;
- формування компенсаторних способів діяльності як важливої умови підготовки дітей з особливими освітніми потребами до навчання у загальноосвітній школі;
- створення умов для соціальної реабілітації та інтеграції дітей з особливими освітніми потребами, розвиток їх самостійності та життєво важливих компетенцій [1].

Сьогодні на законодавчому рівні кожна школа в Україні може стати інклюзивною. Це означає, що батьки можуть віддати дитину з особливими освітніми потребами навчатися в загальноосвітню школу, а школа не може їм відмовити. Сучасна українська освіта має бути доступною для всіх створюючи рівні можливості, щоб кожна дитина і родина, яка має особливих дітей, відчула, що держава гарантує їм якісну освіту [9].

Переваги інклюзивного навчання для:

- *дітей з особливими освітніми потребами* (можливість не відлучатися від сім'ї, як у випадку інтернатних закладів; можливість взаємодії з однолітками, бачити різні моделі поведінки своїх однолітків на відміну від спеціальних закладів освіти, доступ до ресурсів місцевої громади тощо);
- *решити дітей* (формування толерантного ставлення, розуміння того, що відмінності – це не завжди погано, можливість отримати відповідний досвід – наприклад: вивчити окремі елементи жестової мови (якщо у класі є дитина, яка нею користується), взаємодії з дитиною, яка пересувається в інвалідному кріслі та ін. );
- *батьків дітей з особливими освітніми потребами* (реалізація їхнього бажання бачити свою дитину, «як усі»; можливість брати участь у прийнятті рішень щодо навчання своєї дитини (як член команди), можливість спілкування з іншими батьками тощо).
- *батьків інших дітей* (розширити своє розуміння інклюзивної освіти, можливість підтримати інших батьків);
- *педагогів* (в інклюзивному класі педагог, працюючи з дітьми з особливими потребами, урізноманітнює свій педагогічний арсенал: набуває нових знань і навичок (співпрацюючи з іншими фахівцями, батьками, читаючи додаткову літературу, спілкуючись з колегами);
- *суспільства в цілому* (економічні: дослідження свідчать, що система інклюзивної освіти є економічно вигідніша, аніж підтримка двох паралельних систем – загальної і спеціальної; ціннісні: розвиток толерантності та ін.) [б. с. 29].

Методичні матеріали розміщені в даному посібнику – це спроба укласти добірку професійного інструментарію для працівника психологічної служби, яка включає в себе сучасні практичні методи, прийоми, форми психологічного забезпечення освітнього процесу в умовах інклюзивної освіти.

## Література:

1. Державний стандарт початкової загальної освіти для дітей з особливими освітніми потребами [Електронний ресурс]. – 2013. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/607-2013-%D0%BF/>.
2. Консультативно-діагностичний супровід дітей з особливими освітніми потребами в діяльності психолого-медико-педагогічних консультацій: [Електронні дані] / авт. кол.: Т.В. Жук, Т.Д. Ілляшенко, І.В. Луценко та ін. // За ред. А.Г. Обухівської. – К.: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2016. – 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. – 247 с.
3. Корсини Р. Энциклопедия психологи / Р. Корсини, А. Ауэрбах. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [http://encdic.dic.com/enc\\_psy/Gandikap-6053.html](http://encdic.dic.com/enc_psy/Gandikap-6053.html).
4. Луценко І.В. Психологічний супровід дитини з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання / І.В. Луценко // Практичний психолог: Школа. – 2013. – № 10. – С. 4-15.
5. Мижа В. Виховання толерантності [Електронний ресурс] / В. Мижа. – Режим доступу до ресурсу: <http://osvita.ua/school/technol/1117>.
6. Навчально-методичний посібник «Інклюзивне навчання в закладах загальної середньої освіти: керівництво для тренерів» [Електронний ресурс] / Н. Софій, Ю. Найда, В. Маланчій та ін. // м. Київ. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: [https://fileview.fwdcdn.com/?url=https%3A%2F%2Fmail.ukr.net%2Fapi%2Fpublic%2Ffile\\_view%2Flist%3Ftoken%3DvR\\_b9ctf7W6VOTLwtoe0EIWIFjALe3LvekNpdPmT4rae3uoEW66PIwbW7-DrKDeL30vK1P7KXo5kmR5mEvR-D8X3D5YfgWndOzXZI9H86w%253AJfvG0hU7ENYy-YRI%26r%3D1556864553896&default\\_mode=view&lang=uk#start=2](https://fileview.fwdcdn.com/?url=https%3A%2F%2Fmail.ukr.net%2Fapi%2Fpublic%2Ffile_view%2Flist%3Ftoken%3DvR_b9ctf7W6VOTLwtoe0EIWIFjALe3LvekNpdPmT4rae3uoEW66PIwbW7-DrKDeL30vK1P7KXo5kmR5mEvR-D8X3D5YfgWndOzXZI9H86w%253AJfvG0hU7ENYy-YRI%26r%3D1556864553896&default_mode=view&lang=uk#start=2).
7. Павлова О. С. Формирование толерантности студентов через развитие позитивной этнической идентичности / О. С. Павлова [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.fpo.ru/etnopsy/pavl--formirovanie1.html>.
8. Психологічна служба : Підруч. / В.Г.Панок (наук. ред.), А.Г.Обухівська, В.Д.Острова та ін. – Київ : Ніка-Центр, 2016. – 362 с.
9. Психологічний супровід інклюзивної освіти : метод. рек. / автор. кол. за заг. ред. А. Г. Обухівська. – Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. – 92 с.
10. Романовська Д.Д. Особистісні стратегії професійної діяльності психологів: монографія / Д.Д. Романовська. – Чернівці: Технодрук, 2014. – 246 с.

11. Романовська Д.Д. Психологічний супровід в системі інклюзивного навчання / Д.Д. Романовська, Л.В. Кирилецька // Інклюзивне навчання: досвід упровадження / упорядник А. Колупаєва. – К. : «Вид. група «Шкільний світ», 2015. – С. 22-80.

## II. ДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ ПОКАЗНИКІВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ

### 2.1. Діагностика показників розвитку пізнавальної сфери

У дітей з особливими освітніми потребами чітких вікових норм інтелектуального розвитку, як у їх однолітків, немає. На ньому більше позначається особливість хворобливого ураження, від якого залежить якість і динаміка розвитку [3, с. 39].

Тому для успішної навчальної діяльності та інтеграції в освітній простір є необхідність діагностувати рівень інтелектуального розвитку дітей з особливими освітніми потребами і відповідно, проведення подальшої корекційної роботи зосереджуючись на результатах діагностики, яка повинна проводитись не менше 2 рази в 1 навчальний рік (грудень, травень).

Підібрані та представлені нижче методики підійдуть як для дошкільного віку, так і молодшого шкільного, залежно від особливостей розвитку дитини, на які повинен спиратись психолог у своїй діяльності.

#### 2.1.1. Методика «Чого не вистачає на малюнках?» [2, 17-18 с.]

**Мета дослідження:** виявлення рівня розвитку цілісності сприймання.

**Матеріали та обладнання:** серія картинок, на кожній з яких не вистачає суттєвої деталі та секундомір.

**Процедура дослідження.** Дослідження проводиться з дітьми молодшого шкільного віку. Кожній дитині пропонується розглянути почергово серію малюнків і якомога швидше визначити і назвати відсутню деталь. Експериментатор за допомогою секундоміра фіксує час, затрачений дитиною на виконання всього завдання. Після завершення роботи з досліджуваним проводять бесіду, яка дає змогу визначити, чи сподобалось дослідження, які завдання виявились легкими, а які складними.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам буде показано декілька малюнків. На кожному з них не вистачає якоїсь дуже важливої деталі. Уважно розгляньте малюнки і якомога швидше відшукайте і назвіть, чого не вистачає на малюнку. Якщо все зрозуміло, то починаємо!»

**Обробка та аналіз результатів.** Дослідник за допомогою секундоміра фіксує час, затрачений досліджуваним на виконання всього завдання. Час роботи оцінюється в балах, які потім слугують основою для висновку про рівень розвитку сприймання дитини.

#### **Оцінка результатів:**

5 балів – дитина справилась із завданням за час, менший, ніж 25 сек., назвавши при цьому всі 7 відсутніх на картинках деталей.

4 бали – час пошуку дитиною всіх відсутніх предметів зайняв від 26 до 30 сек.

3 бали – 31 до 35 сек.

2 бали – 36 до 40 сек.

1 бал – 41 до 45 сек.

0 балів – у цілому більше, ніж 45 сек.

**Висновки про рівень розвитку сприймання:**

5 балів – дуже високий

4 бали – високий

3 бали – середній

2 бали – низький

1 бал – дуже низький

### 2.1.2. Методика «10 слів» [2, с. 10]

**Мета:** діагностика слухової вербальної пам'яті.

**Процедура дослідження:** зачитайте дитині 10 слів, не пов'язаних одне з одним за змістом, наприклад:

1. Груша, око, лев, береза, чобіт, окуляри, диван, лелека, чашка, стілець.
2. Сіно, стіл, ворона, зошит, комп'ютер, конструктор, годинник, картина, човен, яблуко.

Слова слід вимовляти не поспішаючи, в одному темпі. Після кожного слова робіть паузу на 2-3 секунди. Дитина має відтворити ці слова. Відповіді дитини зафіксуйте.

### Оцінка результатів

Таблиця 2.1

Вік дитини	Кількість правильно відтворених слів			Рівень пам'яті
	Після першого читання	Після другого читання	Після третього читання	
5 – 6 років	1 – 3	3 – 5	6 – 7	Низький
	4 – 6	7 – 8	8 – 9	Середній
	7 – 8	9 – 10	10	Високий

### 2.1.3. Методика «Запам'ятай картинку» [8, с. 9]

**Мета дослідження:** визначення рівня зорової пам'яті .

**Матеріали:** 10 предметних картинок або іграшок.

**Процедура дослідження:** дитині показують 7 предметних картинок, не називаючи їх. Через 30 секунд забирають, дитина повинна пригадати і назвати картинку, яку запам'ятала.

**Інструкція досліджуваному:** «зараз я покажу тобі картки з зображенням, але не називатиму їх. Уважно розглянь ці картка і спробуй запам'ятати якомога більшу кількість. Назви ті картки, які запам'ятав».

### **Обробка та аналіз результатів**

Фіксуються результати після першого і другого показу.

Таблиця 2.2

Вік дитини	Кількість згаданих карток		Рівень пам'яті
	Після першого показу	Після другого показу	
4 – 5 років	0 – 2	2 – 3	Низький
	3 – 5	5 – 6	Середній
	5 – 6	7	Високий

#### **2.1.4. Методика «Графічний диктант» [9, 28-29 с.]**

**Мета:** застосовується для визначення рівня розвитку здатності довільно керувати своїми діями за покроковою інструкцією дорослого, оцінки ступеня сформованості у дитини зорово-моторної координації.

**Матеріали та обладнання:** олівці, аркуш паперу в клітинку з попередньо відзначеними на ньому 3 крапками по вертикалі (на відстані 4 клітинки від краю, на відстані 7 клітинок одна від одної).

**Порядок виконання:** перед початком роботи дітям даються добре загострені олівці та аркуш паперу в клітинку з попередньо відзначеними на ньому 3 крапками по вертикалі. Дітей попереджують про те, що працювати вони повинні самостійно, не радячись із товаришами, не дивлячись одне до одного. Далі дітям говорять в яку сторону і на скількох клітинках провести лінію і що слід проводити, тільки ті лінії про які говорить дослідник. Після того як дитина провела лінію їй треба очікувати, поки дослідник скаже куди провести наступну. Кожну нову лінію слід починати там, де закінчилася попередня, не відриваючи олівця від паперу. Якщо дитина не зрозуміла завдання, їй підказують, виправляють допущені помилки. Дитина, таким чином, малює три візерунки, від кожної з трьох крапок. При малюванні двох останніх візерунків контроль за її діями знімається. Під час малювання робляться достатні паузи, щоб дитина встигала закінчити попередню лінію. На самостійне продовження візерунку дається півтори-дві хвилини.

Тренувальний візерунок не оцінюється.

**Критерії оцінювання:**

*Слабкий рівень розвитку* – дитина слухає не уважно, відволікається, припускається помилок у всіх серіях, не може продовжити візерунки самостійно, жоден із двох візерунків не відповідає тому, що було продиктовано.

*Середній рівень розвитку* – слухає, але іноді відволікається, допущено 1-2 помилки під час диктування, може самостійно продовжити візерунок, але з помилками.

*Добрий рівень розвитку* – уважно слухає, після тренувальної серії не допускає помилок під час диктування, самостійно продовжує візерунок, може допустити 1-2 помилки, які самостійно може виявити.

*Високий рівень розвитку* – уважно слухає, не відволікається на додаткові подразники, чітко виконує всі завдання, не допускає помилок.

### **2.1.5. Методика «Ідентифікація зображень тварин» [3]**

**Мета:** дослідження розвитку уваги, пізнавальних навичок, логічного мислення, навичок зіставлення та класифікації.

**Матеріали та обладнання:** десять зображень на великій карті-схемі та стільки ж на окремих картках. Зображення на великій карті представлено в двох горизонтальних рядах, під якими відведене місце для розміщення маленьких карток. Зображення на великій карті та на окремих картках не тотожні в художньому вияві дії персонажів, наприклад, котик сидить – котик бавиться клубком, півень стоїть – півень кричить (рис. 2.1).

**Порядок виконання:** дитина повинна розпізнати зображення, встановивши їх тотожність, розмістити в регламентованих місцях – клітинках на карті та дії персонажів (стоїть – іде, лежить – іде, стоїть – кричить, стоїть – біжить, стоїть – пасеться, летить – сидить, виринає – пірнає). Вербалізація залежить від правильності оцінки дії зображених персонажів та володіння відповідними дієсловами. Це просте за способом виконання, привабливе для дітей за змістом (спирається на емоційне ставлення дитини до тварин), ґрунтується на знаннях дітей про довкілля, сформованості перцептивних дій, здатності до цілеспрямованої діяльності.

Перед дитиною кладуть велику картку та зосереджується її увага на зображеннях тварин. Потім дають окремі картки і пропонують розмістити їх в окремих клітинках.

Важливо звернути увагу на те, як дитина орієнтується в завданні, як швидко засвоює правило: окремі картки не накладати зверху на зображення, а розташовувати під ним. По закінченню виконання або під час його дитину просять назвати дію тварин.

Під час виникнення труднощів, надається така *допомога*:



1. зразок способу дії стосовно одного-двох зображень;
2. спонування до вербалізації: «Цей котик що робить? А цей?», «Дивись, ця собачка стоїть, а ця?»;
3. вибір зображень та правильне їх розміщення разом із дитиною («Куди покладемо цю картку? А цю?»)

### **Оцінювання результатів:**

Якщо дитина швидко знайшла пари та не потребувала допомоги – *високий рівень*.

Знайшла пари не до всіх тварин (більше половини) або витратила багато часу на виконання завдання та в деколи потребувала допомоги – *середній рівень*.

Знайшла лише 1 пару, дуже довго виконувала завдання та весь час потребувала допомоги – *низький рівень*.

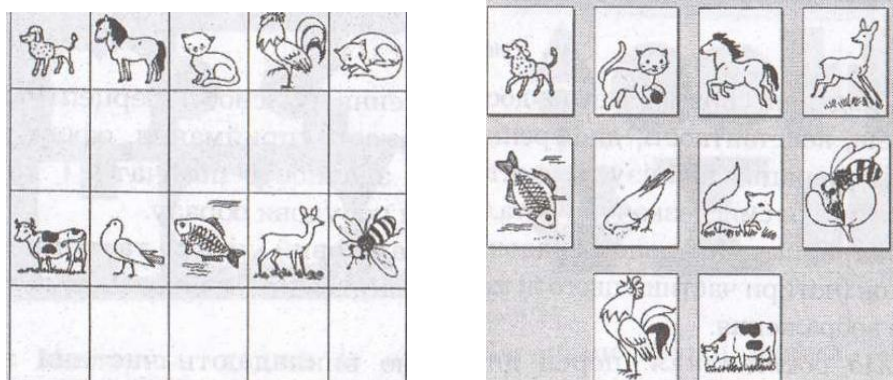


Рисунок 2.1

### **2.1.6. Методика «Незакінчені фігури» [4]**

**Мета:** визначити рівень особливостей уяви і творчих здібностей.

**Матеріали:** аркуші паперу з намальованими на них різними геометричними фігурами.

**Процедура дослідження:** дітям роздаються аркуші паперу з намальованими на них фігурками. У кожної дитини набори фігурок мають бути однаковими. Діти повинні за 5-10 хвилин домалювати до фігурок все, що завгодно так, щоб вийшли предметні зображення.

**Інструкція:** «Перед вами аркуш паперу, поділений на вісім частин. В кожній частині аркуша паперу намальовані фігурки. Аркуші з цими фігурками загубив художник. Він збирався намалювати на частинках картинки, але не встиг. А тепер ці частинки попали до вас. Значить, тепер ви художники. Вам потрібно домалювати ці фігурки так, щоб не було однакових зображень малюнків. Починайте роботу».

Діти малюють у зручному для них темпі, тому закінчують роботу в різний час. Коли дитина здає аркуш паперу, експериментатор запитує, як можна назвати кожний з восьми малюнків.

## Аналіз результатів

Таблиця 2.3.

№	Інтерпретація	Рівень
1.	Малюнки складні, оригінальні, гарна вербалізація.	дуже високий
2.	Прості, стандартні малюнки, гарна вербалізація .	високий
3.	Прості, стандартні малюнки, труднощі при підборі назв до деяких малюнків.	середній
4.	Стереотипні, примітивні малюнки з повторами, труднощі вербалізації.	низький
5.	Нічого не намалював.	дуже низький

### 2.2. Діагностика показників адаптації та мікроклімату в інклюзивних класах

Формування безбар'єрного середовища, яке включає в себе толерантне ставлення до особистості дитини, яка має особливі освітні потреби з боку педагогів закладу освіти та учнівського колективу є вагомим складовою адаптації та соціалізації в освітньому просторі школи дитини з обмеженими можливостями. Профілактика появи негативних стереотипів, явищ гандикапізму та остракізму є запорукою створення сприятливого психологічного клімату, який є необхідний для розвитку і позитивного функціонування не лише учня, який має порушення в розвитку, але і всього шкільного класу загалом.

З цією метою було підбрано та описано діагностичні методики на виявлення рівня згуртованості класного колективу, мікроклімату групи, готовності адаптації дитини до школи. Дослідження проводиться з обов'язковою участю усіх учнів класу (окрім учнів з симптоматикою аутизму).

#### 2.2.1.«Карта спостережень» Д.Стотта [1]

*Мета застосування методики* – діагностика труднощів адаптації дитини в школі, аналіз характеру дезадаптації і ступеня непристосованості дітей до школи за результатами тривалого спостереження, дає можливість отримати картину емоційного стану дитини, що не дозволяє адекватно пристосуватися до вимог шкільного життя.

Важливо відзначити, що психолог, класний керівник може як сам проводити таке спостереження, так і використовувати досвід спостереження, знання дитини педагогом. Опора на досвід вчителів, вихователів, класних керівників — людей, які протягом довгого часу постійно спілкуються з дітьми, спостерігають їх в самих різних ситуаціях, є надзвичайно істотною.

Карта спостережень Стотта містить 190 фрагментів форм поведінки, які згруповані в 16 комплексів симптомів-зразків поведінки, симптомокомплексів (СК). СК віддруковані у вигляді переліків і пронумеровані (I-XVI). У кожному СК зразки поведінки мають свою нумерацію.

У кожному СК бали за зразки поведінки підсумовуються. Потім суми сирих оцінок по кожному переводяться в процентні показники. Процентні показники свідчать про вираженість СК в обстежуваного від максимально можливої вираженості.

**Інструкція:** закресліть цифру, що кодує одиницю поведінки, в тому випадку, якщо вона характерна, типова, на вашу думку, для даного учня.

**I. НН – недовіра новим людям, речам, ситуаціям.** Це веде до того, що любий успіх вартує дитині великих зусиль. Від 1 до 11 – менш явні симптоми; від 12 до 17 – симптоми явного порушення.

1. Розмовляє з учителем тільки тоді, коли знаходиться з ним на одинці.
2. Плаче, коли йому роблять зауваження.
3. Ніколи не пропонує нікому ніякої допомоги, але охоче допомагає, якщо його про це попросять.
4. Дитина «підлегла» (погоджується на другорядні ролі, наприклад, під час гри бігає за м'ячем, в той час, коли інші спокійно на це дивляться).
5. Надто тривожний, щоб бути неслухняним.
6. Обманює зі страху.
7. Любить, якщо до нього проявляють симпатію, але не просить про це.
8. Ніколи не приносить учителю квітів або інших подарунків, хоча його товариші це роблять.
9. Ніколи не приносить і не показує учителю знайдених ним речей або яких-небудь зроблених ним моделей, хоча його товариші часто це роблять.
10. Має тільки одного хорошого приятеля і, як правило, ігнорує інших дівчаток і хлопчиків.
11. Вітається з учителем тільки тоді, коли той зверне на нього увагу. Хочє бути поміченим.

12. Не підходить до вчителя з особистої ініціативи.

13. Надто сором'язливий, щоб просити щось /наприклад, допомоги/.

14. Легко стає нервовим, плаче, червоніє, якщо йому задають питання.

15. Легко /відсторонюється/ відмежовується від активної участі у грі.

16. Розмовляє невиразно, бурмоче, особливо тоді, коли з ним вітаються.

**II. Д – депресія.** В більш легкій формі /симптоми 1-6/ час від часу спостерігаються перепади активності, зміна настрою. Наявність симптомів 7-8 свідчать про схильність до роздратування і фізіологічного виснаження. Симптоми 9-20 відображають більш гострі форми депресії. Пунктам синдрому

Д зазвичай супроводжуються відбитими синдромами ВВ і ТД /див. IV і V/, особливо в крайніх формах депресії. Мабуть вони дійсно репрезентують елементи депресивного виснаження.

1. Під час відповіді на уроці інколи старанний, інколи нічим не турбується.

2. В залежності від самопочуття, або просить допомогу при виконанні шкільних завдань, або ні.

3. Веде себе дуже по-різному. Старанність в навчанні змінюється майже щоденно.

4. У грі інколи активний, інколи апатичний.

5. У вільний час інколи проявляє, повну відсутність інтересу до чого.

6. Виконуючи фізичну роботу, інколи дуже старанний, інколи - ні.

7. Нетерплячий, втрачає інтерес до роботи по мірі її виконання.

8. Сердитий, «впадає у сказ».

9. Може працювати на самоті, але швидко втомлюється.

10. На ручну роботу не стає фізичних сил.

11. В'ялий, безініціативний /у класі/.

12. Апатичний, пасивний, неухажливий.

13. Рухи уповільнені.

14. Надто апатичний, щоб будемо засмучуватися /і, отже, ні до кого не звертається за допомогою/.

15. Часто спостерігаються раптові і різні спади енергії.

16. Погляд «тупий», байдужий.

17. Завжди лінивий і апатичний у грі.

18. Часто мріє наяву.

19. Говорить невиразно, бурмоче.

20. Викликає жалість /пригнічений, нещасний/, рідко сміється.

**III. У – уникання контактів з людьми.** Відчуження. Захисна установка по відношенню до будь-яких контактів з людьми, неприйняття проявів до нього почуття любові.

1. Абсолютно ніколи ні з ким не вітається.

2. Не реагує на привітання.

3. Не проявляє дружелюбності і доброзичливості до людей.

4. Уникає розмов «зачинений в собі».

5. Мріє і займається чимось іншим замість шкільних занять «живе в іншому світі».

6. Зовсім не проявляє інтересу до ручної роботи.

7. Не цікавиться колективними іграми.

8. Уникає інших людей.
9. Тримається далеко від дорослих, навіть тоді, коли ким-небудь ображений або в чомусь підозрюється.
10. Зовні ізольований від інших людей /дітей/ – до нього не можливо «достукатись».
11. Справляє таке враження, ніби зовсім не помічає інших людей.
12. У розмові неспокійний, відходить від теми розмови.
13. Веде себе подібно «настороженій тварині».

**IV. ТВ – тривожність по відношенню до дорослих.** Неспокій і невпевненість в тому, чи цікавляться ним дорослі, чи люблять його. Симптоми 1-6 – дитина намагається впевнитись, чи «приймають» або чи люблять його дорослі. Симптоми 7-10 – звертає на себе увагу і перебільшено добивається любові від дорослого. Симптоми 11-16 – проявляє сильний неспокій від того, чи «приймають його дорослі»

1. Дуже охоче виконує свої обов'язки.
2. Проявляє надмірне бажання вітатися з учителем.
3. Надмірно говіркий, балакучий /цим докучає/.
4. Дуже охоче приносить квіти та інші подарунки учителю.
5. Дуже часто приносить і показує вчителю знайдені ним предмети, малюнки, моделі інше.
6. Надто дружелюбний по відношенню до вчителя.
7. Занадто багато розказує вчителю про свої заняття у сім'ї.
8. «Підлизується», намагається сподобатись учителю.
9. Завжди знаходить привід зайняти учителя своєю особою.
10. Постійно потребує допомоги і контролю з боку вчителя.
11. Добивається симпатії вчителя. Підходить до нього з різноманітними дрібними справами і скаргами на товаришів.
12. Намагається «монополізувати» вчителя /займати його виключно своєю особою/.
13. Розповідає фантастичні вигадані історії.
14. Намагається зацікавити дорослих своєю особою, але не додає з свого боку ніякої старанності в цьому напрямку.
15. Надмірно стурбований тим, щоб зацікавити собою дорослих і придбати їхню симпатію.
16. Повністю «відчужується», якщо його зусилля марні.

**V. ВД – ворожість у відносинах з дорослими.** Симптоми 1-4 дитина проявляє різні форми неприйняття дорослих, які можуть бути початком ворожості або депресії. Симптоми 5-9 – відноситься до дорослих або вороже, або намагається добитися від них хорошого відношення. Симптоми 10-17 –

відкрита ворожість, яка проявляється в асоціальній поведінці. Симптоми 18-24 – повна, некерована, звичайна ворожість.

1. Часта зміна настрою,
2. Зовсім нетерплячий, окрім тих випадків, коли знаходиться в хорошому настрої.
3. Проявляє завзятість і наполегливість до ручної праці.
4. Часто буває в поганому настрої.
5. При відповідному настрої пропонує свою допомогу.
6. Коли про щось просить вчителя, то буває інколи дуже сердечним, інколи – байдужим.
7. Інколи прагне, а інколи уникає привітань з учителем.
8. У відповідь на привітання може проявляти злість або підозрюваність.
9. Інколи дружелюбний, інколи в поганому настрої.
10. Дуже мінливий у поведінці, інколи здається, що він навмисно погано виконує роботу.
11. Псує громадську і особисту власність /вдома, на вулицях, в саду, громадському транспорті/.
12. Брутальна: мова, розповіді, вірші, малюнки.
13. Неприємний, особливо коли захищається від пред'явлених йому звинувачень.
14. «Бурмоче під ніс», якщо чимось незадоволений.
15. Негативно відноситься до зауважень.
16. Інколи обманує без якого-небудь приводу і легко.
17. Раз або двічі був помічений у крадіжках грошей, солодоців, цінних речей.
18. Завжди на щось претендує і вважає, що несправедливо наказаний.
19. «Дикий» погляд. Дивиться «з-під лоба».
20. Дуже неслухняний, але дотримується дисципліни.
21. Агресивний /кричить, погрожує, застосовує силу/.
22. Найохочіше приятелює з «підозрілими» типами.
23. Часто краде гроші, солодоці, цінні речі.
24. Веде себе непристойно.

**VI. ТД – тривога по відношенню до дітей.** Тривога дитини по те, чи приймають його інші діти. Часом вона приймає форму відкритої ворожнечі. Всі симптоми однаково важливі.

1. «Грає героя», особливо тоді, коли йому роблять зауваження.
2. Не може не утриматись, щоб не «грати» перед оточуючими.
3. Схильний «прикидатись дурником».

4. Надто сміливий /ризикуює без потреби/.
5. Турбується про те, щоб завжди знаходитись в злагоді з більшістю.  
Нав'язується іншим, ним легко керувати.
6. Любить бути в центрі уваги.
7. Грається з дітьми старше себе.
8. Намагається зайняти відповідальний пост, але побоюється, що не справиться з ним.
9. Хвалиться перед іншими дітьми.
10. Хвалько /корчить з себе блазня/.
11. Шумно веде себе, коли у класі немає вчителя.
12. Одягається зухвало /штани, зачіска – хлопчики; перебільшування в одязі, косметика – дівчатка/.
13. З пристрастю псує громадську власність.
14. Погані вчинки в групі однолітків.
15. Наслідує хуліганські прояви інших.
16. Вважає, що дорослі недружелюбні, втручаються, не маючи на це права.

**VII. А – асоціальність.** Невпевненість у схваленні дорослих, яка передається в різних формах негативізму. Симптоми 1-5 – відсутність бажання сподобатись дорослим. Байдужість і відсутність зацікавленості в хороших стосунках з ними. Симптоми 5-9 – у старших дітей можуть вказувати на певну ступінь незалежності. Симптоми 10-16 – відсутність моральної оцінки в дрібницях.

1. Не зацікавлений у навчанні.
2. Працює в школі тільки тоді, коли над ним «стоять» або коли його змушують працювати.
3. Працює поза школою тільки тоді, коли його контролюють або змушують працювати.
4. Не сором'язливий, але ніколи не попросить про допомогу.
5. Несором'язливий, але проявляє байдужість при відповідях на запитання вчителя.
6. Ніколи добровільно не береться ні за яку роботу.
7. Не зацікавлений у схваленні або несхваленні дорослих.
8. Зводить до мінімуму контакти з учителем, але нормально спілкується з іншими людьми.
9. Уникає вчителя, але розмовляє з іншими дорослими.
10. Списує домашні завдання.
11. Бере чужі книжки без дозволу.
12. Егоїстичний, любить інтриги, псує іншим дітям ігри.

13. В іграх з іншими дітьми проявляє хитрощі і непорядність.
14. «Нечесний гравець» /грає тільки для особистої вигоди/.
15. Не може дивитись прямо у вічі іншому.
16. Потайливий і недовірливий.

**VIII. ВД – ворожість до дітей /від ревносного суперництва до відкритого ворогування/.**

1. Заважає іншим дітям у іграх, підсміюється над ними, любить їх лякати.
2. Часом дуже недоброчливий у відносинах з тими дітьми, які не відносяться до тісного кола його спілкування.
3. Докучає іншим дітям, чіпляється до них.
4. Свариться, ображає інших дітей.
5. Намагається своїми зауваженнями створити певні труднощі.
6. Ховає або ламає предмети, речі, що належать іншим дітям.
7. Знаходиться здебільшого у поганих стосунках з іншими дітьми.
8. Чіпляється до слабших дітей.
9. Інші діти його не люблять або навіть не терплять.
10. Б'ється невідповідним способом /кусається, дряпається/.

**IX. Н – невгамовність.** Невгамовність, нетерплячість, неспроможність до роботи, яка потребує посидючості, концентрації уваги й роздуму. Схильність до короточасних й легких зусиль. Уникнення довгострокових зусиль.

1. Дуже неохайний.
2. Відказується від контакту з іншими дітьми таким чином, який дуже неприємний для них.
3. Легко примирюється з невдачами у ручній роботі.
4. У грі абсолютно не володіє собою.
5. Непунктуальний, нестаранний. Часто забуває або губить олівці, книжки, інші предмети.
6. Безвідповідальний у ручній праці.
7. Нестаранний у шкільних заняттях.
8. Надто неспокійний, щоб працювати наодинці.
9. У класі не може бути уважним або довго на чомусь зосереджуватись.
10. Не знає, що з собою робити. Ні на чому не може зупинитись на відносно довгий час.

11. Надто неспокійний, щоб запам'ятати зауваження вчителя.

**X. ЕН – емоційна напруга.** Симптоми 1-5 – свідчать про емоційну незрілість, про серйозні страхи. 8-10 – про прогули і непунктуальність.



1. Грає з іграшками надто дитячими для його віку.
2. Любить гратися, але швидко втрачає інтерес до них.
3. Надто незрілий, щоб прислухатись і слідувати вказівкам.
4. Грає виключно з більш молодшими дітьми.
5. Надто інфантильний у мові.
6. Надто неспокійний, щоб щось вирішити.
7. Інші діти чіпляються до нього /він являє собою «козла відпущення»/.
8. Його часто підозрюють у тому, що він прогулює уроки, хоча в дійсності він хотів це зробити один або два рази.
9. Часто спізнюється.
10. Іде з деяких уроків.
11. Необов'язковий, неорганізований, незібраний, невідповідальний.
12. Веде себе у групі /класі/ як сторонній, пригноблений.

**XI. НС – невротичні симптоми.** Гострота їх може залежати від віку дитини; вони також можуть бути наслідками існуючого раніше порушення.

1. Заїкається, ніяковіє. «Важко витягнути з нього слово».
2. Говорить сумбурно.
3. Часто моргає.
4. Безцільно рухає руками. Різноманітні «тики».
5. Гризе нігті.
6. Ходить підстрибуючи.
7. Ссе палець /старше 10 років/.

**XII. С – неблагополучні умови оточуючого середовища.**

1. Часто відсутній у школі.
2. Не буває у школі по декілька днів.
3. Батьки свідомо обманюють, виправдовуючи відсутність дитини у школі.
4. Змушений залишатись вдома, щоб допомагати батькам.
5. Неохайний, брудний.
6. Виглядає так, ніби дуже погано харчується.
7. Менш гарний ніж інші діти.

**XIII. СР – сексуальний розвиток.**

1. Дуже ранній розвиток, чутливий до протилежної статі.
2. Затримки статевого розвитку.
3. Прояви збочених схильностей.

**XIV. РВ – розумова відсталість.**

1. Сильно відстає в навчанні.
2. «Тупий» для свого віку.

3. Зовсім не вміє читати.
4. Великі недоліки в знаннях елементарної математики.
5. Зовсім не розуміє математики.
6. Інші діти відносяться до нього як до дитини, яка має вади розумового розвитку.
7. Просто кажучи «дурник».

#### **XV. ХО – хвороби і органічні порушення.**

1. Неправильне дихання.
2. Часті застуди.
3. Часті кровотечі з носу.
4. Дихає через рот.
5. Схильність до вушних захворювань.
6. Схильність до шкірних захворювань.
7. Скаржитися на часті болі у шлунку, тошноту.
8. Часті головні болі.
9. Схильність надмірно червоніти або блідніти.
10. Хворобливі, почервонілі віки.
11. Дуже холодні руки.
12. Косоокість.
13. Погана координація рухів.
14. Неприродні пози тіла.

#### **XVI. Ф – фізичні дефекти.**

1. Поганий зір.
2. Слабкий слух.
3. Дуже маленький зріст.
4. Надто велика вага.
5. Інші ненормальні особливості складу тіла.

На реєстраційному бланку підкреслюються ті фрагменти поведінки, які характерні для даної дитини. Заповнюється КС педагогом або вихователем, взагалі людиною, яка добре знає дитину. Але інтерпретація даних і діагноз шкільної дезадаптації потребують спеціальної психологічної підготовки, тому повинні здійснюватися самим шкільним психологом. Треба відмітити, що суб'єктивне уявлення педагога, про дитину, може не співпадати з діагнозом, який ставить психолог на основі заповненої цим педагогом КС. Досвід застосування КС показує, що звичайно представлення педагога і діагноз психолога не протирічать один одному, але використання КС дозволяє зняти надмірний суб'єктивізм, оцінювання педагогічної характеристики і більш детальну, об'єктивну картину особливостей розвитку особистості і поведінки.

Центральна вертикальна межа відокремлює більш важкі порушення (праворуч) від менш важких (ліворуч). При підрахунку симптомів, що знаходяться ліворуч від вертикальної риси, оцінюються одним балом, праворуч – двома. Підраховується сума балів по кожному синдрому і загальний «коефіцієнт дезадаптованості» за сумою балів за всіма синдромами. Крім кількісної обробки результатів проводиться їх якісний аналіз.

***Орієнтовні критерії (за Мурзенко):***

Коефіцієнт дезадаптації основної частини вибірки становить від 8 до 25 балів. Понад 25 балів свідчить про значну серйозність порушення механізмівособистісної адаптації, ці діти стоять на межі клінічних порушень і потребують спеціальної допомоги, аж до втручання психоневролога.

Ім'я, прізвище \_\_\_\_\_

Вік \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Клас \_\_\_\_\_

*Рисунок 2.2.*



середньогрупова оцінка психологічного клімату, індекс колективізму (згуртованості), виявляються загальні тенденції розвитку класу.

Методика складається з 26 суджень, згрупованих у 13 пар. Учням пропонується, уважно перечитавши кожне з подвійних висловлювань, обрати те з них, яке є найбільш типовим для характеристики групи.

**Інструкція.** Вам пропонуються твердження, певні подвійні (протилежні) висловлювання. Уважно прочитавши кожне з них, оберіть те, яке у більшій мірі відповідає Вашій групі.

Дайте оцінку властивостям вашого колективу, використовуючи наступні оцінки:

- +3 – властивість виявляється в колективі завжди;
- +2 – властивість виявляється в більшості випадків;
- + 1 – властивість виявляється досить часто;
- 0 – ні ця властивість, ні їй протилежна не виявляються;
- 1 – досить часто виявляється протилежна властивість;
- 2 – в більшому ступені виявляється протилежна властивість;
- 3 – протилежна властивість виявляється завжди.

Таблиця 2.4.

Позитивні характеристики	Оцінка	Негативні характеристики
1. У колективі переважає бадьорий, життєрадісний тон	3 2 1 0 1 2 3	Переважає пригнічений настрій, песимізм.
2. Доброзичливість у взаєминах, симпатія один до одного	3 2 1 0 1 2 3	Конфліктність у відносинах, агресивність, антипатія
3. У середині класу існує взаємне прийняття й розуміння	3 2 1 0 1 2 3	Угрупування конфліктують між собою
4. Членам колективу подобається бути разом, їм хочеться частіше перебувати у колективі, брати участь у спільній діяльності у вільний час	3 2 1 0 1 2 3	Члени групи виявляють байдужість до більш тісного спілкування, виявляють негативне ставлення до більш тісної діяльності
5. Успіхи або невдачі товаришів викликають співпереживання, щиру участь або співчуття всіх членів	3 2 1 0 1 2 3	Успіхи або невдачі зашишають байдужими інших, а іноді викликають заздрість, роздратування, злостіху
6. Члени колективу з повагою ставляться до думки один одного	3 2 1 0 1 2 3	У групі багато хто вважає свою думку головною і є нетерпимими до думки інших
7. У важкі для колективу хвилини відбувається емоційне єднання колективу, коли «один за всіх і всі за одного».	3 2 1 0 1 2 3	У важких ситуаціях колектив «розкисає», з'являється розгубленість, сварки, взаємне обвинувачення тощо

Досягнення і невдачі групи переживаються як власні		
8. Досягнення або невдачі колективу переживаються як власні	3 2 1 0 1 2 3	Досягнення або невдачі всього класу мало хвилюють його учнів, не знаходять відгуку
9. У членів групи виявляється почуття гордості за свій колектив, якщо його відзначають керівники	3 2 1 0 1 2 3	До похвал і заохочень групи загалом тут ставляться байдуже
10. Колектив дбайливо, доброзичливо ставиться до новачків, допомагає їм освоїтись і увійти у колектив	3 2 1 0 1 2 3	Новачки відчувають себе зайвими, чужими, до них часто виявляють ворожість
11. Колектив активний, сповнений енергії	3 2 1 0 1 2 3	Колектив інертний, пасивний
12. Спільні справи захоплюють весь клас, тут велике бажання трудитись разом	3 2 1 0 1 2 3	Групу неможливо підняти на спільну справу, кожен думає тільки про власні інтереси та справи
13. У колективі існує справедливе відношення до всіх членів. Тут завжди підтримають слабких, виступають на їх захист	3 2 1 0 1 2 3	Група помітно розділяється на «привілейованих» і «знехтуваних», тут зневажливо ставляться до слабкого

#### ***Аналіз результатів:***

Скласти оцінки лівої групи у питаннях 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 – сума А; скласти оцінки правої групи у всіх питаннях – сума В; знайти різницю  $C = A - B$ .

Якщо  $C$  дорівнює 0 або має відємну величину, то маємо яскраво виражений несприятливий психологічний клімат з погляду індивіда.

Якщо  $C$  більше 25, то психологічний клімат сприятливий. Якщо  $C$  менше 25 – клімат нестійко сприятливий.

Далі розраховують середньогрупову оцінку психологічного клімату за формулою:  $C \cdot C \cdot N \cdot i = a /$ , де  $N$  – число членів групи.

Процент людей, що оцінюють клімат як несприятливий, визначається за формулою: де  $n$  ( $C-$ ) – кількість людей, що оцінюють клімат групи як несприятливий,  $N$  – кількість членів групи.

На підставі індивідуальних таблиць кожного учня можна обчислити середньогрупові показники по кожному параметру й кожному типу оцінювання (самооцінка, оцінка свого друга й оцінка групи загалом).

Обробка даних полягає в підрахуванні оцінки, яку отримала кожна з вище перерахованих характеристик. Для цього складаються всі набрані бали по кожній характеристиці окремо, враховуючи знаки «+» та «-».

Можна визначити середні індивідуальні індекси колективізму по кожному виду оцінки й самооцінки. Нарешті можна обчислити

узагальнювальні середньогрупові показники по найбільш яскравим показникам розвитку групи. Знаходиться середнє арифметичне (складаються всі результати і діляться на кількість членів групи, які прийняли участь у дослідженні).

Якщо результат знаходиться в межах від +22 і вище, це свідчить про високий ступінь сприятливості психологічної атмосфери в групі;

Від +8 до +21 (включно) – середній ступінь сприятливості психологічної атмосфери в групі;

від 0 до +8 – низький ступінь сприятливості психологічної атмосфери в групі;

від 0 до -8 – початковий ступінь несприятливості;

від -8 до -10 – середній рівень несприятливості;

від -10 і нижче – високий рівень несприятливості психологічної атмосфери в групі.

### **2.2.3. Методика «Соціометрія» (Я. Морено) [6, с. 54]**

**Мета:** вивчення системи міжособистісних взаємозв'язків між членами колективу в процесі їх безпосереднього спілкування, виявити структуру колективу, виділити лідерів та ізольованих; визначити структуру неформальних стосунків малої соціальної групи за критерієм симпатії – антипатії; ступінь психологічної сумісності окремих членів групи; виявити внутрішньогрупові підсистеми (мікрогрупи) та їх неформальних лідерів; визначити напрямки подальшої групової психодіагностичної та корекційної роботи.

**Форма проведення:** групова.

**Стимульний матеріал:** індивідуальна соціометрична картка. Це засіб отримання інформації від досліджуваного. На картці фіксується основна інформація про досліджуваного, а також проводиться реєстрація його індивідуальних виборів. Для цього картка містить і відповідні критерії вибору, сформульовані у вигляді питань. Щоб отримати повну інформацію про характер міжособистісних стосунків у групі, треба визначити ступінь взаємної симпатії – антипатії її членів. Зважаючи на це, критеріями вибору повинні бути питання і позитивні (спрямовані на виявлення симпатії між людьми), і негативні (спрямовані на виявлення антипатії).

Оскільки міжособистісні стосунки завжди розгортаються у групі на двох рівнях – формальному та неформальному, то досліджуваний повинен здійснити вибір стосовно двох сфер – сфери спільної діяльності та сфери дозвілля.

Отже, індивідуальна соціометрична картка містить 4 питання і може мати такий вигляд:

Прізвище та імя досліджуваного					
№	Сфера	Питання	вибори		
			У першу чергу	У другу чергу	У третю чергу
1	Навчання	З ким із вашого класу тобі подобається навчатися			
2		З ким із вашого класу ти не подобається навчатися			
3	Дозвілля	Кого з твого класу ти би запросив до себе на день народження			
4		Кого з твого класу ти не запросив би до себе на день народження			

Альтернативними критеріями вибору можуть бути такі питання:

**Сфера діяльності:** з ким із вашого класу ви хотіли (не хотіли) б сидіти за однією партою?; кого з ваших однокласників ви би вибрали (не вибрали) старостою класу?

**Сфера дозвілля:** кого із вашого класу ви би запросили (не запросили) до себе відсвяткувати Новий рік?; з ким із вашого класу ви би хотіли (не хотіли) піти у похід?

#### **Процедура проведення соціометричного дослідження:**

**Інструктаж досліджуваних.** Важливою умовою проведення соціометрії є налагодження контакту дослідника з досліджуваними. Ефективність дослідження покращується, якщо експериментатор тримається впевнено і поводить себе доброзичливо. Інструкція дається у популярній формі. Досліджуваних не посвячують у всі тонкощі проведення процедури та аналізу результатів. Можна дати приблизно таку інструкцію:

«Пропонуємо Вам взяти участь у дослідженні, яке спрямоване на покращення психологічного клімату у Вашій групі. Вся інформація, отримана в ході дослідження, є конфіденційною. Вона не буде розголошена у групі, кожен з Вас зможе дізнатися про свої результати індивідуально.

Для заповнення картки Вам необхідно:

- у відповідних рядках бланку вказати своє прізвище та ім'я, клас;
- уважно прочитати перше запитання і відповідно до нього вибрати і записати прізвища та імена трьох членів Вашої групи;



- аналогічно дати відповідь на друге, третє та четверте питання.

Час заповнення картки – 10-15 хвилин ».

### ***Інтерпретація результатів:***

#### **Кількісна обробка даних.**

Після того, як експериментатор зібрав заповнені картки, починається обробка даних. Вона складається з трьох етапів:

- табличного;
- графічного;
- індексологічного.

**Табличний етап** обробки даних передбачає побудову соціоматриці – таблиці, за допомогою якої узагальнюються результати опитування. Оскільки міжособистісні стосунки у групі вивчалися у двох сферах (сфері спільної навчальної діяльності та сфері дозвілля), то необхідно побудувати 2 соціоматриці.

Соціоматриця № 1. Міжособистісні стосунки в досліджуваній групі за критеріями симпатії – антипатії у сфері навчальної діяльності.

Соціоматриця № 2. Міжособистісні стосунки в досліджуваній групі за критеріями симпатії – антипатії у сфері дозвілля.

Соціоматриця повинна містити про групу такі основні відомості:

1) список членів групи, які роблять вибори (Хто вибирає). Кожному досліджуваному у списку присвоюється відповідний порядковий номер. Для полегшення подальшої інтерпретації спочатку записують прізвища, імена юнаків, а потім дівчат;

2) список членів групи, кого вибирають (Кого вибирають). Для того, що не загроможувати соціоматрицю великою кількістю інформації, замість прізвищ та імен досліджуваних записують лише їх порядкові номери;

3) на соціоматриці одночасно фіксуються позитивні «+» та негативні «-» вибори кожного досліджуваного;

4) для кожного з досліджуваних необхідно підрахувати загальну кількість:

- отриманих позитивних виборів;
- отриманих взаємних позитивних виборів;
- отриманих негативних виборів;
- отриманих взаємних негативних виборів.

5) для групи підрахувати загальну кількість:

- позитивних виборів;
- взаємних позитивних виборів;
- негативних виборів;
- взаємних негативних виборів.

**Графічний етап** передбачає побудову соціограми на основі соціоматриці. Соціограма – це графічне зображення ставлення досліджуваних один до одного за відповідями на соціометричні питання. Соціограма дозволяє наочно проілюструвати і більш глибоко проаналізувати групові взаємозв'язки.

Соціограма складається з IV концентричних кіл:

**I коло** – реєструє досліджуваних із груповим статусом «соціометрична зірка» (ті досліджувані, які отримали 6 і більше позитивних виборів);

**II коло** – реєструє тих досліджуваних, яким у групі надають перевагу (отримали 3 – 5 позитивних виборів);

**III коло** – реєструє досліджуваних із груповим статусом «знехтувані» (отримали 1 – 2 позитивні вибори);

**IV коло** – реєструє досліджуваних із груповим статусом «ізольовані» (не отримали жодного позитивного вибору).

По вертикалі соціограма поділяється на 2 рівні частини. В одній частині позначаються дівчата, в іншій – юнаки. Це дозволить краще простежити характер міжстатевих зв'язків у групі.

На соціограмі записуються порядкові номери досліджуваних. Якщо досліджуваний – дівчина, то її порядковий номер записується в колі.

Якщо досліджуваний – юнак, то його порядковий номер записується у трикутнику.

Вибори, зроблені та отримані кожним з досліджуваних, на соціограмі позначаються стрілочками. Позитивні вибори – суцільні стрілочки, негативні вибори – пунктирні стрілочки

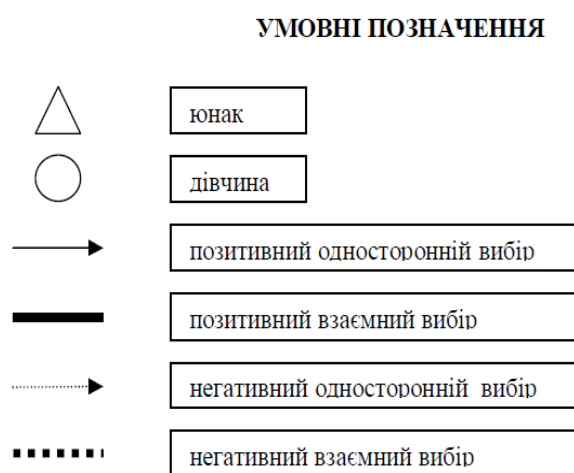
**Індексологічний етап.** Для виявлення кількісних характеристик відношень в групі використовують соціометричні індекси. Виділяють дві групи індексів – персональні соціометричні індекси та групові соціометричні індекси.

До персональних соціометричних індексів відносяться індекси позитивного і негативного соціометричного статусу досліджуваного, які характеризують його положення в групі, потенційну здатність до лідерства.

**Індекс позитивного статусу** визначається за формулою:

$C^* = V^* / N - 1$ , де  $C^*$  - індекс позитивного статусу;  $V^*$  - кількість позитивних виборів, отриманих досліджуваним;  $N$  – число членів групи.

Рисунок 2.3



**Індекс негативного статусу** визначається за формулою:

$(C-) = (B-) / N - 1$ , де  $C-$  – індекс негативного статусу;

$(B-)$  – кількість негативних виборів, отриманих досліджуваним;

$N$  – число членів групи.

**Показник емоційної згуртованості групи визначається за формулою:**

$C = NB / [ N (N - 1) ]$ ,

де  $C$  – емоційна згуртованість групи;

$NB$  – кількість взаємних виборів у групі;

$N$  – кількість учасників групи;

$N (N - 1)$  – загальне можливе число взаємних виборів у групі.

Чим вищий індекс позитивного соціометричного статусу, і чим нижчий індекс негативного соціометричного статусу має досліджуваний, тим більший конструктивний вплив він здійснює на членів своєї групи, тим комфортніше почуває себе у взаємостосунках з ними, потенційна здатність до лідерства у нього зростає. Високий індекс негативного статусу у поєднанні з низьким індексом позитивного статусу буде свідчити про протилежні характеристики положення досліджуваного у групі.

Груповим соціометричним індексом є **індекс групової згуртованості**.

Цей індекс визначається за формулою:

$KB = R1/R$ , де  $KB$  – коефіцієнт взаємності;  $R1$  – кількість взаємних позитивних виборів;  $R$  – загальна кількість позитивних виборів у групі.

Таблиця 2.6

Значення індексу групової згуртованості	Рівень групової згуртованості
0 – 0,49	Низький
0,50 – 0,59	Нижче середнього
0,60 – 0,69	Середній
0,70 – 0,85	Вище середнього
0,86 – 1	Високий

У характеристиці досліджуваної групи повинні міститися відповіді на такі питання:

### **1. Виявлення соціометричних зірок у групі.**

- Хто виявився соціометричною зіркою у групі?
- Чи співпадають соціометричні зірки у сфері навчальної діяльності та у сфері дозвілля? Хто вони?
- Чи є у групі такі діти, які у обох дослідженнях отримали статус соціометричної зірки?

- Який груповий статус за результатами досліджень отримав офіційний лідер групи?

## **2. Аналіз особливостей міжособистісних стосунків досліджуваних зі статусом «знехтуваний», «ізолюваний»:**

- Хто з дітей за результатами досліджень отримав статус «знехтуваного» та «ізолюваного»?

- Чи існує відповідність між знехтуваними та ізолюваними у сфері навчальної діяльності та у сфері дозвілля?

- На представників яких статусних груп спрямовують свій позитивний вибір досліджувані зі статусом «знехтуваний» та «ізолюваний»?

- На представників яких статусних груп спрямовують свій негативний вибір досліджувані зі статусом «знехтуваний» та «ізолюваний»?

- Чи є діти, які відмовилися зробити позитивний чи негативний вибори? Яке положення вони займають у системі внутрішньогрупових стосунків?

## **3. Аналіз рівня групової згуртованості:**

- Скільки дітей у кожному з досліджень отримали лише позитивні; позитивні та негативні вибори; лише негативні вибори?

- Чи є діти, які отримали лише позитивні вибори?

- Чи є діти, які отримали лише негативні вибори?

- Чи є зв'язок між офіційним і неофіційним лідерами? Який цей зв'язок (позитивний-негативний; взаємний односторонній). У яких сферах він простежується?

- Чи є зв'язки між неофіційними лідерами? Які ці зв'язки?

- У якій зі сфер (навчальної діяльності чи дозвілля) група отримала вищий показник групової згуртованості?

- Чи є у групі неспівпадання позитивних та негативних виборів (коли один досліджуваний вибирає іншого позитивно, а отримує від нього негативний вибір)? Як багато таких випадків?

- Як у загальному можна оцінити рівень згуртованості групи?

### **2.2.4. Методика «Вивчення задоволеності учнів шкільним життям»**

**(А. Андрєєва) [6, с. 44]**

Методика складається з 10 тверджень, які дають можливість визначити ступінь задоволеності учнів шкільним життям. Учня пропонується прочитати (прослухати) твердження й оцінити ступінь згоди з їхнім змістом та обрати те з них, яке є найбільш типовим для характеристики групи за поданою шкалою.

**Інструкція.** Вам пропонуються 10 тверджень. Уважно прочитавши кожне з них та оцініть за допомогою запропонованих шкал, поставивши відповідну оцінку поруч.

*Шкали для оцінки:*

- 4 – повністю погоджуюсь;
- 3 – погоджуюсь;
- 2 – важко сказати;
- 1 – не погоджуюсь;
- 0 – зовсім не погоджуюсь.

*Зміст тверджень:*

1. Я йду ранком у школу з радістю.
2. У школі в мене звичайно гарний настрій.
3. У нашому класі гарний класний керівник.
4. До наших шкільних учителів можна звернутися за порадою і допомогою у важкій життєвій ситуації.
5. У мене є улюблений учитель.
6. В класі я можу завжди вільно висловити свою думку.
7. Я вважаю, що в нашій школі створені всі умови для розвитку моїх здібностей.
8. У мене є улюблені шкільні предмети.
9. Я вважаю, що школа по-справжньому готує мене до самостійного життя.
10. На літніх канікулах я сумую за школою.

***Обробка отриманих даних.***

Показником задоволеності учнів шкільним життям ( $U$ ) є частка від розподілу загальної суми балів відповідей всіх учнів на загальну кількість відповідей. Якщо  $U$  більше 3, то можна констатувати високий ступінь задоволеності, якщо ж  $U$  більше 2, але менше 3 чи 2, то це відповідно свідчить про середній або низький рівень задоволеності учнів шкільним життям.

### **2.3. Діагностика показників емоційно-вольової сфери**

Діагностика емоційно-вольової сфери є необхідною у роботі з дітьми із особливими освітніми потребами, оскільки дозволяє визначити їх емоційний стан, рівень тривожності, агресії, стресу, напруги та вчасно і ефективно відповідно до висновків діагностування почати корекційну роботу.

Відповідно до рекомендацій Вченої ради Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи НАПН України, в посібнику «Психологічний супровід інклюзивної освіти», за заг. ред. А. Г. Обухівської, надається орієнтовний список психодіагностичного інструментарію для діагностики емоційно-вольового стану дітей з особливими освітніми потребами.

1. Самооцінка, невпевненість у собі: методика М. Куна; методика С. А. Будассі; методика Дембо-Рубінштейна.

2. Тривожність, наявність страхів: методика дослідження тривожності Спілбергера; методика «Шкала тривожності» - модифікація шкали соціально-ситуаційної тривожності О. Кондака; методика вивчення рівня тривожності Тейлора.

3. Мотивація: дослідження мотивації досягнення (А. Мехраб'ян); проєктивна методика мотивації досягнення успіху та уникнення невдач (Х. Гекхаузен); методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерс).

4. Міжособистісні стосунки, взаємодія: дослідження мотивації досягнення (А. Мехраб'ян); проєктивна методика мотивації досягнення успіху та уникнення невдач (Х. Гекхаузен); методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерс).

5. Психоемоційний стан: шкала кольорового діапазону Лутошкіна; шкала зниженого настрою – субдепресії.

6. Депресивний стан, невротизація: діагностика рівня невротизації Л. І. Вассермана; експрес діагностика невроза К. Хека і Х. Хесс; диференційна діагностика депресивних станів В. А. Жмурова.

7. Самосвідомість: шкала Я-концепції Теннессі; контрольні списки П. Гоха; шкала Я-концепції Пірса-Харріса; методика дослідження «Незакінчені речення» Сакса і Леві.

8. Деадаптація: методика діагностики деадаптації «Карта спостережень» Д. Скотта; вивчення особистісної орієнтованості учня (А. В. Фурман); тест нервово-психічної адаптації.

9. Ціннісні орієнтації: методика діагностики стану задоволення основних потреб («Косинка»); методика діагностики спрямованості особистості А. Басса; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

10. Фрустрація, агресивність: діагностика самооцінки психічних станів по Г. Айзенку; методика діагностики показників і форм агресії А. Басса і А. Даркі; тест фрустрації С. Розенцвейга [5].

Крім того, ми рекомендуємо до використання представлені нище методики, які допоможуть створити комплексну діагностичну оцінку емоційно-вольового стану особистості.

### **2.3.1 Опитувальник для батьків**

**«Ознаки психічного напруження та невротичних тенденцій у дітей» [7]**

**Вік:** 4-6 років

**Інструкція:** оцініть наявність або відсутність перерахованих ознак у дитини за ступенем виразності:

- 0 – немає;
- 1 – небагато;
- 2 – середня виразність;
- 3 – дуже багато.

Потім підрахуйте загальну кількість балів та визначте ступінь виразності психоемоційного напруження за принципом:

- Від 0 до 19 балів – низький ступінь;
- Від 20 до 38 балів – середній ступінь;
- Від 39 до 58 балів – високий ступінь.

*Таблиця 2.8*

№ з/п	Інтенсивність психічного напруження та невротичних тенденцій дитини	Оцінювання від 0 до 3 балів
1	Гризе нігті	
2	Ссе палець	
3	Відсутній апетит	
4	Розбірлива в їжі	
5	Погано засинає	
6	Спить неспокійно	
7	Спить погано, неохоче прокидається	
8	Скаржиться на головні болі	
9	Скаржиться на болі в животі	
10	Часто буває блювота	
11	Часто бувають запаморочення	
12	Заїкається	
13	Надмірно пітніє	
14	Червоніє, блідне	
15	Легко лякається	
16	Часто тремтить від збудження	
17	Часто плаче	
18	Часто моргає	
19	Смикає рукою, плечем	
20	Нетримання сечі	
21	Нетримання кала	
22	Трапляються напади злості	
23	Грає якоюсь частиною тіла	
24	Боїться за своє здоров'я	

25	Трапляються імпульси постійно й церемонно щось робити	
26	Часто мріє, її думки десь далеко	
27	Не вміє зосередитися	
28	Дуже тривожна	
29	Намагається бути завжди тихою	
30	Бачить фантастичні предмети	
31	Боїться темряви	
32	Боїться самотності	
33	Боїться тварин. Яких?	
34	Боїться чужих людей	
35	Боїться шуму	
36	Боїться невдачі	
37	Іноді відчуває сором, провину	
38	Іноді відчуває власну неповноцінність	

### 2.3.2. Методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою (САН) [4]

Опитувальник складається з 30 пар протилежних характеристик, за якими досліджуваному пропонують оцінити свій стан. Кожна пара є шкалою, на якій досліджуваний визначає ступінь вираженості тієї або іншої характеристики свого стану у момент обстеження.

**Інструкція.** Вам пропонується описати свій стан, який ви відчуваєте на даний момент, за допомогою таблиці, що складається з 30 полярних ознак. Ви повинні в кожній парі обрати ту характеристику, яка найточніше описує Ваш стан і відзначити цифру, яка відповідає ступеню (силі) вираженості даної характеристики.

**Обробка даних.** При підрахунку крайній ступінь вираженості негативного полюсу пари оцінюється в один бал, а крайній ступінь вираженості позитивного полюсу пари - в сім балів. При цьому потрібно враховувати, що полюси шкал постійно змінюються, позитивні стани завжди одержують високі бали, а негативні - низькі.

Одержані бали групуються відповідно до ключа в три категорії і підраховується кількість балів по кожній з них.

**Самопочуття (сума балів за шкалами)** - 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

**Активність (сума балів за шкалами)** - 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

**Настрій (сума балів за шкалами)** - 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Отримані результати по кожній категорії діляться на 10. Середній бал шкали дорівнює 4. Оцінка, що перевищує 4 бали, вказує на сприятливий стан



досліджуваного, оцінки нижче 4 свідчать про зворотне. Нормальні оцінки стану лежать в діапазоні 5,0 - 5,5 балів. Слід врахувати, що при аналізі функціонального стану важливі не тільки значення окремих його показників, але і їх співвідношення.

### Типова карта методики САН

П.І.Б. \_\_\_\_\_

Стать \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_ Час \_\_\_\_\_

Таблиця 2.9

1.	Самопочуття добре	3 2 1 0 1 2 3	Самопочуття погане
2.	Відчуваю себе сильним	3 2 1 0 1 2 3	Відчуваю себе слабким
3.	Пасивний	3 2 1 0 1 2 3	Активний
4.	Малорухливий	3 2 1 0 1 2 3	Рухливий
5.	Веселий	3 2 1 0 1 2 3	Сумний
6.	Гарний настрої	3 2 1 0 1 2 3	Поганий настрої
7.	Працездатний	3 2 1 0 1 2 3	Розбитий
8.	Повний сил	3 2 1 0 1 2 3	Знесилений
9.	Повільний	3 2 1 0 1 2 3	Швидкий
10.	Бездіяльний	3 2 1 0 1 2 3	Діяльний
11.	Щасливий	3 2 1 0 1 2 3	Нещасний
12.	Життєрадісний	3 2 1 0 1 2 3	Похмурий
13.	Напружений	3 2 1 0 1 2 3	Розслаблений
14.	Здоровий	3 2 1 0 1 2 3	Хворий
15.	Безучасний	3 2 1 0 1 2 3	Захоплений
16.	Байдужий	3 2 1 0 1 2 3	Схвильований
17.	Захоплений	3 2 1 0 1 2 3	Похмурий
18.	Радісний	3 2 1 0 1 2 3	Засмучений
19.	Відпочивший	3 2 1 0 1 2 3	Втомлений
20.	Свіжий	3 2 1 0 1 2 3	Виснажений
21.	Сонливий	3 2 1 0 1 2 3	Збуджений
22.	Бажання відпочити	3 2 1 0 1 2 3	Бажання працювати
23.	Спокійний	3 2 1 0 1 2 3	Стурбований
24.	Оптимістичний	3 2 1 0 1 2 3	Песимістичний
25.	Витривалий	3 2 1 0 1 2 3	Стомлений
26.	Бадьорий	3 2 1 0 1 2 3	Млявий
27.	Міркувати важко	3 2 1 0 1 2 3	Міркувати легко
28.	Розсіяний	3 2 1 0 1 2 3	Уважний
29.	Повний надій	3 2 1 0 1 2 3	Розчарований

### Література

1. Готовність та адаптація дитини до школи / Упоряд.: О. Главник, К. Главник, 2007. – 192 с.
2. Дубчак Г. М. Практику із загальної психології. Навчальний посібник / Укладачі: Г. М. Дубчак, Н. Г. Рудюк – Чернівці: Рута, 2006. – 360с.
3. Корекція психологічного розвитку дітей з церебральним паралічем у реабілітаційному центрі. навчально-методичний посібник / Т. Д.Ілляшенко, А. Г. Обухівська, О. В. Романенко, Н. С. Скрипник. – Київ, 2003. – 155 с.
4. Миронова Е. Е. Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие / Е. Е. Миронова., 2005. – 155 с.
5. Психологічний супровід інклюзивної освіти : [метод. рек] / автор. кол. за заг. ред. А. Г. Обухівська. – Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. – 92 с.
6. Психологічні стратегії формування позитивного мікроклімату в навчальному закладі. Методичний посібник / Авт.-упор.: Д.Д. Романовська, О.В. Ілащук. – Чернівці, 2012. – 180 с.
7. Сіткар В. Діагностика пізнавальних процесів дошкільників / В. Сіткар. // Психолог дошкілля. – 2017. – С. 1– 24.
8. Червонна Т. Ш. Корекційні заняття психолога з дітьми 4 – 6 років / Т. Ш.Червонна. – К.: Шк. світ, 2009.– 128с.
9. Янцур М. С. Професійна психодіагностика (практикум) \ М. С. Янцур. – Рівне: Рівнен. держ. пед. ін-т, 1995. – 158с.

### III. КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИТКОВІ КОМПЛЕКСИ

Корекційно-розвивальна робота практичного психолога в першу чергу має бути спрямована на формування та розвиток мотивації навчання, створення спільно з вчителем навчальних ситуацій, які будуть сприяти виробленню інтересу до процесу навчання, оволодіння прийомами здобування знань. Сприятимуть цьому також і заняття, спрямовані на розвиток збережених у дитини психічних процесів.

Таким чином, загальна мета корекційно-розвивальної роботи – сприяння розвитку дитини, створення умов для реалізації її внутрішнього потенціалу, допомога в подоланні і компенсації відхилень, що заважають розвитку [4].

В даному розділі представлені комплекси корекційно-розвивальних вправ, які можна використовувати як окремі завдання для дитини, або групи дітей з особливими освітніми потребами чи використовувати в корекційних заняттях, розроблених представниками психологічної служби школи, відповідно до особливостей порушення учня та його потенціалу в розвитку.

### **3.1. Комплекс вправ з розвитку пізнавальних процесів для дітей молодшого шкільного віку (6-9 років) із затримкою психічного розвитку**

Діти із затримкою психічного розвитку становлять найчисленнішу групу серед тих, які потребують спеціальної допомоги у процесі навчання та виховання. Вони значною мірою визначають контингент учнів, особливо початкової школи, які стійко не встигають. Тому своєчасна корекція цієї специфіки в розвитку дітей є водночас і розв'язанням проблеми труднощів у навчально-виховному процесі. Затримка психічного розвитку спричиняється найрізноманітнішими причинами. Водночас діти цієї категорії мають низку загальних особливостей розвитку пізнавальної діяльності й особистості.

#### **Вправи на розвиток уваги**

**Увага.** Усім дітям із затримкою психічного розвитку властиве зниження уваги. Слід відзначити, що зниження стійкості уваги може мати різний характер: максимальне напруження уваги на початку виконання завдання й подальше його зниження; настання зосередження уваги після певного періоду роботи; періодичні зміни напруження уваги та її спад упродовж усього часу роботи [34].

#### **Вправа «Агент 007» [12]**

Запропонуйте дитині подивитися на стіл впродовж 20 секунд, де завчасно будуть розкладено по-порядку певні предмети, і запам'ятати їх розташування. Далі учень відвертається, або виходить із кабінету, а ви змінюєте порядок розташування речей на столі. Після повернення потрібно розставити все, як було.

#### **Рухлива вправа «Вухо – ніс» [16]**

За командою «Вухо» дитина повинна схопитися за вухо, за командою «Ніс» – за ніс. Психолог виконує дії разом із дитиною, але якийсь час повинен «припуститися помилки». Дитина не звертаючи увагу на «помилки» дорослого, повинна показувати тільки ту частину обличчя, яку назвав психолог.

#### **Рухлива гра «Чотири стихії» [16]**

Психолог позначає рухами слова:

Земля – руки вниз,

Повітря – руки вгору,

Вода – руки вперед,  
Вогонь – руки в сторони.

Спочатку психолог команди супроводжує наочним показом, потім дає тільки словесну команду, а на наступному етапі виконує рухи, які не відповідають словам. Дитина повинна виконати команду.

### **Вправи на розвиток сприйняття**

**Сприйняття.** Спостерігається неповноцінність тонких форм зорового і слухового сприйняття, просторові й часові порушення, недостатність планування й виконання складних рухових програм. Таким дітям потрібно більше часу для приймання й опрацювання зорових, слухових та інших вражень. Однією з особливостей сприйняття таких дітей є також те, що подібні якості предметів сприймаються ними як однакові (наприклад, овал сприймається як коло). Крім того, недостатньо сформованими є просторові уявлення [26].

#### **Вправа «Слухай і хлопай» [12]**

Дитині зачитують слова. Коли звучить слово, що відноситься до класу тварин, дитина має хлопнути в долоні.

Сонце, диван, телевізор, заєць, зошит, соняшник, вовк, ковдра, книга, ромашка, собака, кішка, шафа, білка, телефон, роза, квітка, верблюд, стіл, мороз, літо, тюльпан, бегемот, мрія, підлога, нарцис, коза, розетка, літо, ягода, гриб, молоко, трава.

#### **Чарівний мішечок [12]**

Візьміть непрозорий мішечок. Покладіть в нього 5-6 іграшок виготовлених з різних матеріалів.

Запропонуйте дитині опустити руку в мішечок, доторкнутися до предмета і назвати вголос ті властивості, які підказують тактильні відчуття. Після вірної відповіді поміняйтеся місцями, тобто, зараз ви опускаєте руку в мішечок і намагаєтесь відгадати, що там, не підглядаючи.

#### **Домалюй [12]**

Ведучий пропонує дитині задумати який-небудь предмет, а намалювати тільки його окрему частину. Тепер запропонуйте іншій дитині домалювати картину, спираючись на побачене. Гра розвиває зорове сприйняття, здатність впізнавати окремі деталі, відтворюючи по них цілу картину.

### **Вправи на розвиток пам'яті**

**Пам'ять.** Особливо страждають ті її види, які вимагають участі розумових процесів (опосередковане запам'ятовування). Погіршені й найбільш елементарні види пам'яті. Механічна пам'ять цих дітей характеризується зниженням продуктивності перших спроб запам'ятовування. [12]

#### **Вправа «Геометричний диктант» [16]**

Зачитайте геометричні фігури. Учні запам'ятовують їхню послідовність і записують у зошиті:

- коло, квадрат, ромб, коло, трикутник;
- трикутник, коло, квадрат, ромб, трикутник;
- ромб, квадрат, трикутник, ромб, коло.

#### **Вправа «Термін» [12]**

Запишіть на однакових картках 7 термінів з теми (по одному на картці). Розкладіть їх, дайте учневі завдання запам'ятати, в якому порядку вони розміщені. Через 10 секунд перемішайте їх і попросіть дитину відновити все, як було.

#### **Вправа «Що зникло?» [19]**

На столі розкладають декілька предметів або картинок. Дитина розглядає їх, потім відвертається. Дорослий прибирає один предмет. Дитина дивиться на предмети, що залишилися, і називає, що зникло.

#### **Вправа «Запам'ятай слова» [19]**

Дитині пропонують прочитати й запам'ятати слова: стіл, будинок, кіт, вікно, ліс, пень, дим, мило, брат, бант. Потім слід затулити слова й постаратися назвати їх.

### **Вправи на розвиток мислення**

**Мислення.** Діти із затримкою психічного розвитку демонструють високий порівняно з розумово відсталими дітьми рівень розумової діяльності, особливо під час виконання наочно-дійових і наочно-образних завдань. Досить високі показники спостерігаються під час виконання ними завдань за наочним зразком. Деякі утруднення в цих дітей викликають завдання, у яких відсутній наочний зразок. Особливості розумової діяльності найбільш яскраво проявляються в словесно-логічному мисленні [34].

#### **Вправа «Назви антоніми» [16]**

Варіант слів: великий, піднімати, твердий, молодший, ворог, легко, голосно, сухий, високий, перемога.

#### **Вправа-гра «На що схоже?» [12]**

Дитині пропонується картки із зображенням геометричних фігур (квадрат, трикутник, овал, прямокутник, коло) і предметні картини, які нагадують різні форми (наприклад: м'яч схожий на форму кола і т.). Потрібно підібрати відповідні форми до пропонованих предметів.

#### **Вправа «Четвертий зайвий» [12]**

Психолог називає чотири предмети, три з яких відносяться до одного загального поняття. Дитина має назвати зайвий предмет, тобто той, котрий не має відношення до інших та пояснити свій вибір. Варіанти слів:

-стіл, стілець, ліжка, чайник

- гірок, морква, цибуля, заєць
- лялька, машина, мозаїка, книжка
- вовк, лисиця, ведмідь, кішка
- лижі, ковзани, човен, сани
- автобус, трамвай, літак, тролейбус
- річка, ліс, асфальт, поле.
- пожежник, космонавт, балерина, міліціонер,
- молоко, чай, лимонад, хліб
- нога, рука, голова, черевик

### **Вправи на розвиток мовлення**

**Мовленнєва діяльність** має низку особливостей: бідний словниковий запас (особливо активний), звуженість понять, їхня розпливчастість, іноді хибність; розлади у формуванні монологічного мовлення тощо.

#### **Гра «Чарівна паличка» [16]**

Кожен з вас може стати чарівником і зробити маленьке чудо: подумайте, що б ви хотіли зробити незвичайне, добре, цікаве? Хто зрадів би цьому диву? («Чарівником» стає той, кому психолог передасть «чарівну паличку»). Наприкінці гри діти вирішують, чиє «диво» їм найбільше сподобалося.

#### **Вправа-гра „Назви одним словом” [ 16]**

Дитині пропонують назвати одним словом:

- людина, яка продає товар (продавець);
- людина, яка вчить дітей (учитель);
- людина, яка керує потягом (машиніст);
- людина, яка лікує людей (лікар);
- людина, яка керує літаком (пілот);
- людина, яка готує їжу (кухар);
- людина, яка будує дім (будівельник);
- людина, яка випікає торт (кондитер);

### **Вправи на розвиток емоційної сфери**

**Емоційна сфера та моральні якості** часто характеризуються незрілістю.

Таким чином, сферою цілеспрямованого корекційного впливу має стати емоційно-вольова та пізнавальна сфери [34].

#### **Вправа «Дзеркало» [27]**

Інструкція: «Ви будете моїм дзеркалом, яке точно показує мої рухи та вираз обличчя» (психолог мімікою і жестами відтворює різні рухи і емоції, а діти повинні їх повторити).

#### **Гра «Золоті краплинки» [16]**

Інструкція: «Уявіть собі, що йде теплий дощик. З-за хмарки виглянуло сонечко і дощик став золотим. Підставимо обличчя під літній теплий дощик».

(Діти відтворюють виразні рухи: голова закинута назад, губи посміхаються, обличчя розслаблене).

### **Вправа «Подив» [27]**

Інструкція: «Одного разу хлопчик був у цирку і побачив, як фокусник посадив у валізу кицьку, а коли відкрив валізу, то звідти вискочило цуценя». (Діти демонструють, як хлопчик здивувався та описують його міміку: рот відкритий, брови і верхні повіки припідняті).

### **Гра «Різнокольорова вода» [19]**

Дитині пропонується розфарбувати воду в різні кольори. Запитайте в дитини, як зробити «сердиту воду», «добру», «веселу». Можна розфарбовувати воду в найрізноманітніші настрої. Покажіть дитині, як можна за допомогою однієї і тієї ж фарби отримати різні відтінки і як при цьому зміниться «настрій» води. Наприклад, чорна вода стала «сердитою», а сіра стала вже «задумливою».

### **Вправа «Художники» [19]**

Інструкція: «Уявіть, що ви художники. Вам потрібно намалювати «радість». Малюйте те, що вам хочеться».

## **Розвиток дрібної моторики рук**

### **Пальчикова гра «Моя сім'я» [5]**

Почергово згинати пальчики до долоні, а зі словами «Ось і вся моя сім'я» другою рукою охоплювати весь кулачок. Завдання виконується з обома руками почергово.

Це – дідусь,  
Це – бабуся,  
Це – татусь,  
Це – матуся,  
Це – Михайлик,  
Це – Ганнуся,  
А це – я.  
Ось і вся моя сім'я!

### **Пальчикова гра «Кораблик». [35]**

З'єднати долоні разом і підняти вгору великі пальці. Зображуючи кораблик, рухати кистями рук у різних напрямках (уперед, убік), «прокладаючи курс»:

«Пароплав пливе по річці,  
На воді лишає кільця».

### **Пальчикова гра «Дзвіночок». [38]**

З'єднати кисті рук разом. Повільно піднімаючи руки вгору, роз'єднайте пальці, не роз'єднуючи долоні:

«Я на сонце подивився –

І бутончик розпустився».

### **3.2. Комплекс корекційних вправ для роботи з дітьми 5-6 років, які мають розлади аутичного спектра: складено на основі програми**

**Э. Шоплер, М. Ланзінд, Л. Ватерс**

Особливістю розвитку аутичних дітей є те, що в деяких сферах вони розвиваються значно швидше, ніж в інших. Наприклад: у плані самообслуговування дитина може відповідати трирічного віку, але в своїх комунікативних здібностях бути на рівні однорічної [32].

Наведені нище вправи дозволяють оцінити рівень розвитку дитини в межах різних функціональних сфер розвитку. Оскільки, взято за виконання завдання з самообслуговування для трирічних дітей (наприклад, застібати гудзики), а комунікативні вміння і мова тренувати на рівні однорічної дитини (наприклад, помахати на прощання ручкою). Якщо, дитина вже має задатки для виконання завдань цього рівня, то вона готова до подальших кроків в навчанні.

Дані вправи, також, можуть служити в якості ідей для нових навчальних цілей.

#### **Вправи для розвитку функціональних сфер [43]**

##### ***Імітація***

1. Наслідувати ходу тварин.
2. Наслідувати різні положення тіла.
3. Послідовно наслідувати декільком простим діям.
4. Імітувати силу звуку й зміни темпу.

##### ***Сприйняття***

Тут включені вправи, у яких, у першу чергу, звертається увага на аудіовізуальне сприйняття, і які добре зарекомендували себе в роботі з дітьми різних рівнів розвитку.

1. Гра в доміно.
2. Послідовно розкласти фігури.

#### **Вправи на розвиток грубої моторики [43]**

*Мета:* досягти більш свідомого сприйняття власного тіла й відношення до оточення; розвивати довільний контроль й регуляції за власними рухами й поведінням у цілому; створити моторні передумови для розвитку навичок з інших функціональних сфер.

Нижче наведені вправи з розвитку грубої моторики спрямовані в першу чергу на подолання порушення тонусу, поганий контроль за рівновагою тіла, швидкістю й силою переміщень; загальну незручність, труднощі організації рухів.

1. Кинути м'яч через спину.



2. Кинути м'яч так, щоб він високо підстрибнув.
3. Біг зі складними перешкодами.
4. Ударити биткою по предмету, підвішеному на рівні плечей.
5. Пробігти, зображуючи тачку.
6. Стрибки зі скакалкою.
7. Гра в «Класики».

### **Вправи на розвиток дрібної моторики [43]**

Розвитку дрібної моторики сприяють, насамперед, вправи, що спонукують до цілеспрямованого використання рук і пальців. Оскільки різні функціональні зони перебувають у взаємодії, тому дані вправи ставлять вимоги до інших функцій: до готовності імітувати, сприймати, володіти тілом, а особливо до координації руки й ока.

Представлені тут вправи відповідають наступним цілям: контроль і регуляція за рухами рук і пальців; самостійне захоплення (хапання рукою); цілеспрямоване оперування предметами; координоване використання рук.

1. Загвинтити гайку на болт.
2. Вирізати серветку.
3. Розвісити речі на мотузці.

### **Координація рук і очей [43]**

Більшість вправ з розвитку дрібної моторики націлені на те, щоб навчити дитину маніпулювати й правильно поводитись із предметами. Координація очей і рук означає, що ці навички активно взаємодіють із функцією сприйняття. Оскільки, вправи на сприйняття, тонку моторику й координацію рук і очей перебувають у тісному взаємозв'язку. Наведені вправи відносяться, в основному до двох видів діяльності: малюванню й оперуванню предметами. Перші готують дитину до навчання письму; другі особливо важливі для придбання робочих навичок.

1. Відрізати відзначені смужки паперу.
2. Вирізати прості малюнки без допомоги.
3. Нагвинтити 3 гайки на болти однакового розміру.
4. Нагвинтити 3 гайки різного розміру на відповідні болти.
5. Обводити за пунктирною лінією великі букви.
6. З'єднати крапки в кола й чотирикутники.
7. З'єднати крапки в діагональні лінії й хрести.
8. Намалювати прості геометричні фігури (за допомогою шаблона й без нього).
9. Домалювати прості геометричні фігури до предметів.
10. Провести лінію по лабіринті.
11. Малювати просту фігуру людини без допомоги.

12. Малювати предмети однакової категорії.

### **Пізнавальна діяльність [43]**

Для розвитку пізнавальної діяльності слід підбирати вправи виходячи із принципу універсальності, можливості застосувати їх для розвитку когнітивних функцій у різних дітей.

1. Знайти предмет, відмінний від інших.
2. Сортувати продукти харчування за їхніми властивостями.
3. Упорядкувати картинки (по тематиці).
4. Орієнтація на аркуші паперу – вліво, вправо, вгору, вниз.

### **Мовлення [43]**

*Мета:* розвиток наступних навичок: вимовляти прості звуки; говорити односкладові пропозиції; задавати питання; описувати дії; робити повідомлення; уміти вести бесіду.

Можна використовувати такі вправи:

1. Назвати 3 прості геометричні фігури (коло, трикутник, квадрат).
2. Назвати призначення предметів домашнього побуту.
3. Порахувати без допомоги до 5...
4. Назвати кольори.
5. Описати без допомоги 4-5 деталей картинки.
4. Формування вміння правильно використати слова «учора», «сьогодні», «завтра».
9. Перелічити дні тижня.

### **Вправи на ауторелаксацію та саморегуляцію [43]**

#### **Вправа «Верба – тополя»**

Дитина стоїть і виконує завдання керівника. Їй пропонується розставити ноги на ширину плечей, злегка нахилити корпус, опустити голову, опустити руки вздовж тулуба. Вона – плачуча верба, гілки якої (руки) плавно розгойдує вітерець. Виконуючи це завдання, треба розслабитися.

Потім просять дитину плавно підняти руки вгору, прогнутися, вирівнятися, зробити глибокий вдих. Поставити п'ятки разом і носки нарізно. Тепер вона – струнка, гнучка тополя, яка не боїться ні вітрів, ні бурі – вона сильна і могутня.

#### **Вправа «Дерево»**

Дитина стає рівно і натискає п'ятами на підлогу, руки стискає в кулаки, міцно заціпивши зуби. Психолог говорить, звертаючись до нього: „Ти – могутнє міцне дерево, в тебе сильне коріння, й ніяких вітрів ти не боїшся. В складних життєвих ситуаціях, коли на душі важко й хочеться плакати – стань сильним і могутнім „деревом”, скажи собі, що ти сильний, у тебе все вийде, і все буде добре. Це поза впевненої людини”.

#### **Вправа «Обличчя засмагає» (ауторелаксація)**

Дитина сидить у зручній позі й затулює очі. Їй пропонується уявити себе відпочиваючою на пекучому літньому пляжі. Сонце своїми променями приємно пестить обличчя: ось два промінчика розправляють зморшки чола; спускаючись, вони оббігли навколо очей й забралися на кінчик носа; знову піднялися до очей і перестрибнули на щоки, покружляли на них; попестили вуста й підборіддя і побігли далі, пестити інших відпочиваючих.

Пропонується дитині, ледве помітним дотиком кінчиками своїх пальців повторити мандри промінчиків, виконуючи поглажувальні рухи.

### **3.3. Комплекс кінезіологічних вправ для оптимізації інтелектуальних процесів і підвищення розумової працездатності дітей з особливими освітніми потребами**

Кінезіологічні вправи – це комплекс рухів, що дозволяють активізувати міжпівкульну взаємодію, під час якої відбувається обмін інформації та синхронна робота обох півкуль. Ці вправи розвивають мислення через рух [13].

Гімнастика мозку складається з простих, цікавих і приємних вправ. Цей комплекс рекомендується використовувати під час навчання дітей, щоб підвищити навик цілісного розвитку мозку. Вправи полегшують всі види навчання, а особливо ефективні для оптимізації інтелектуальних процесів і підвищення розумової працездатності. Вправи покращують розумову діяльність, синхронізують роботу півкуль, сприяють запам'ятовуванню, підвищують стійкість уваги, допомагають відновленню мовленнєвих функцій, полегшують процеси читання і письма [31].

Кожна з вправ сприяє збудженню певної ділянки мозку і вмикає механізм об'єднання думки і рухів. В результаті цього новий навчальний матеріал сприймається більш цілісно і природно, як би розумом і тілом, і тому краще запам'ятовується. Крім цього, вправи для мозку також сприяють розвитку координації рухів і психофізичних функцій. Важливим є точне виконання кожної вправи, тому необхідно індивідуально навчити учня правильно виконувати рухи.

**Вправа «Зайчик-кілеце-замок» [13].**

Вправа заснована на перехід з однієї позиції в іншу (рис.3.2).

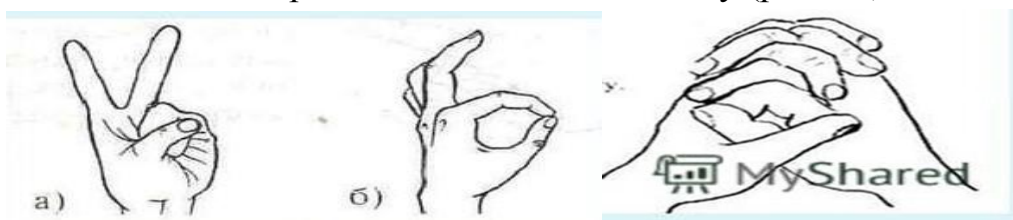


Рисунок 3.2

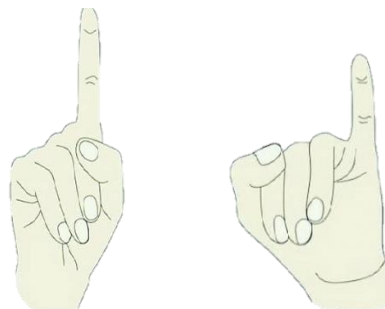
### **Вправа «Перехресні кроки» [7]**

Виконується на місці. З'єднати праве коліно з лівим ліктем та навпаки. Кроки повинні виконуватися дуже повільно, зберігаючи рівновагу, на рахунок «1-10» - з'єднати коліно і лікоть, за той же час повернутися у вихідне положення. Це задіює максимально велику кількість м'язів тіла, розвиває та активує лобну частину мозку, відповідальну за мислення.



### **Вправа «Вказівний-мізинець-хлопок» [25]**

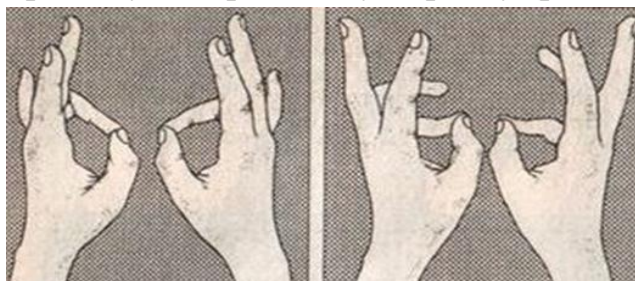
Вправа заснована на переході з однієї позиції в іншу (Рис 3.3).



*Рисунок 3.3*

### **Вправа «Кільце» [39].**

По черзі з'єднати пальці: вказівний, середній, безіменний та мізинець з великим пальцем. В прямому і зворотньому порядку (рис. 3.4)



*Рисунок 3.4*

### **Вправа «Слон» [25].**

Вона активізує і балансує всю цілісну систему організму «інтелект—тіло», покращує концентрацію уваги.

Вухо щільно притиснути до плеча.

Одночасно витягнути одну руку, як хобот слона, і почати малювати нею гори вісімку ,

*Рисунок 3.5* починаючи від центру зорового поля і йдучи вгору проти годинникової стрілки. Очі стежать за рухами кінчиків пальців. Потім поміняти руки. Вправу виконувати повільно, по 3-5 разів кожною рукою (рис. 3.5).

### **Вправа «Сова» [25].**

Цю вправу можна виконувати під час уроку для зняття напруження. Вона стимулює приток крові до головного мозку та сприяє поліпшенню уваги. Станьте перед учнями та запропонуйте їм повторювати за вами наступні рухи:



- праву руку покладіть на лівий м'яз між шиєю та плечем;
  - стисніть м'яз та починайте поволі повертати голову зліва направо;
  - потім починайте рух в зворотній бік;
  - губи складіть трубочкою і на видиху вимовляйте: «Ух!»;
- Рисунок 3.6*
- поміняйте руку, поклавши її на правий м'яз та повторіть вправу (рис. 3.6)

### **Вправа «Ковпак мудреця» [25].**

Ця вправа загострює слух, покращує рівновагу, одночасно підвищуючи розумові та фізичні здібності. Виконувати її учні можуть стоячи чи сидячи:

- голову треба тримати прямо, але шия та підборіддя при цьому мають бути розслаблені;
- треба взятися за вуха так, щоб великий палець опинився з тильного боку, а всі інші – попереду;
- виконується масаж вух зверху донизу, а дійшовши до мочки, м'яко масажується і вона.

Вправа повторюється чотири рази (рис.3.7)

### **Вправа «Кулак, ребро долоня» [7]**

*Рисунок 3.7*

Дитина спочатку однією рукою виконує вправу, ставлячи руку на стіл спочатку кулаком, потім ребром і долонею. На другому етапі одночасно двома руками виконує вправу. На третьому етапі робить з відставанням однією рукою на один рух.



### **Вправа «Вухо ніс» [7]**

Лівою рукою дитина торкається до правого вуха, а правою до носика. Потім змінюємо положення: правою рукою до лівого вуха, лівою до носика. На рахунок «Раз-два» - міняємо положення рук. Можна ускладнювати, додаючи хлопок долонями.

### **Стіл [28]**

Ліву руку стиснути у кулак – це «ніжка» столу. Зверху накрити «ніжку» випрямленою долонею правої руки – це кришка «столу».

Кулачок це буде ніжка,  
А долонька буде кришка.  
Поміняли ручки враз,  
Буде інший стіл у нас.

На рахунок «раз-два» по черзі змінювати положення рук.

#### **Вправа «Зайчик? Ось він!» [21]**

На одній руці піднімаємо в гору вказівний і середній пальчики (вуха зайчика), інші пальці притиснені до долоні. На іншій руці піднімаємо вгору великий палець, а вказівним вказуємо на «зайчика». Примовляючи: «Де зайчик? Ось він!» почергово змінюємо жести, зайчик на лівій руці, потім на правій.

### **3.4. Комплекс арт-терапевтичних вправ для дітей з особливими освітніми потребами**

Арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу дитини, внутрішніх механізмах саморегуляції та зцілення. Цей психотерапевтичний напрямок має переваги поміж інших, тому що це невербальна форма роботи, особливо важливо це для тих, хто має мовні порушення, труднощі у вираженні почуттів, переживань [41]. Арт-терапія має інсайт-орієнтовний характер, створює атмосферу довіри й уваги до внутрішнього світу людини. Психологічну корекцію можна починати вже з 3-х років.

Мета даного комплексу арт-терапевтичних вправ полягає в підвищенні активності дітей, сприянні сенсорному та руховому розвитку, здійсненні ефективного впливу на формування емоційної сфери, спонуканні до подальшого розвитку функціональних систем.

Особлива увага приділяється відтворенню фантазії дитини. При цьому варто дотримуватись основних правил арт-терапії: дитина має право працювати у своєму особистому темпі, враховуються індивідуальні особливості дитини, підбираються певні види діяльності, які окрема дитина спроможна виконати і отримати результат, регламентується робота дитини, що дає змогу підвищити зосередження уваги. Такі правила дають змогу стимулювати пізнавальну активність дитини, організувати поведінку, підвищити самооцінку.

#### **Вправа на знайомство із солоним тістом [1]**

**Мета:** ознайомлення учнів із властивостями солоного тіста, сприяння розвитку тактильних відчуттів, позитивний вираз своїх почуттів, емоцій.

**Інструкція:** психолог пропонує наступні завдання:

1. Візьміть шматок тіста і пограйте з ним. Закрийте очі. Коли у вас закриті очі ваші пальці, ручки більш чутливі до матеріалу. Коли ваші очі відкриті, вони можуть змінювати ваші відчуття.

Спробуйте ліпити двома способами, щоб в'янути це. Якщо вам потрібно на короткий час відкрити очі це нічого, потім знову закрийте їх. Посидьте хвилинку, поклавши руку на ваш шматочок тіста. Зробіть два рази: глибокий вдих і видих.

Подружіться із шматочком тіста. Яке воно? Гладеньке чи шершаве? Холодне? Тепле? Вологе? Сухе? Важке? Легке?

Відкладіть його і відщипніть шматочок, користуйтеся двома ручками. Відщипуйте шматочки повільно, тепер швидше, стисніть ваше тісто. Тепер розгладьте його пальчиками тильною стороною:

- з'єднайте всі кусочки разом, щоб вийшла кулька, потикайте її пальчиками, зробіть дірочки, пощупайте ці дірочки;
- відірвіть шматок і зробіть зміжку, вона буде тонкою і довгою коли ви будете розкатувати глину, обгорніть нею свою руку чи свій палець.

Тепер візьміть шматочок, розкатайте його між долонями і зробіть маленьку кульку. Почупайте її. Тепер зімніть шматок, покладіть на хвилину в долоні свій шматок тіста. Ви його тепер гарно знаєте, потоваришували».

### **Вправа на роботу із солоним тістом «Ліплення їжачка» [1]**

**Мета:** навчання технології ліплення із солоного тіста, розвиток моторики рук, уяви, художнього смаку, позитивного емоційного ставлення до праці.

**Обладнання:** тісто, фарби, пензлики, ножиці із заокругленим краєм, маленькі яблука (із пластиліну чи іншого легкого матеріалу).

#### **Інструкція:**

1) Психолог включає музику для релаксації і просить дітей скачати щільну кульку з тіста, щоб вона була гладкою, схожою на м'яч.

Дана вправа допомагає дитині сконцентрувати свою внутрішню енергію, відчувати свій ресурс.

2) Потім формуємо майбутньому їжачку мордочку (рис. 3.8).

Кріпимо маленькі кульки - очі і ніс.

*Рисунок 3.8*

3) На наступному етапі варто озброїтися ножицями, у яких кінці загнуті. Провести надрізи, піднімаю їх трохи вгору, імітуючи голки (рис. 3.9).

Не забуваємо про техніку безпеки !

4) Варто запропонувати дитині, якщо не виникло бажання змінити фігурку, додати деталей і т.д.

5) Тепер можна розфарбувати їжачка.

*Рисунок 3.9*



Для цього візьмемо фарбу, воду і пензликом акуратно зафарбуємо у бажаний колір «голки» нашому їжачку.

б) Можна причепити їжакові маленькі яблучка. Для цього місце, де буде знаходитися фрукт, злегка змочуємо водою (рис. 3.10).

*Рисунок 3.10*

### **Вправа «Чарівний пісок» [23]**

**Мета:** розвиток тактильно-кінетичної чутливості, зняття емоційної напруги.

**Інструкція:** «Перед тобою пісок. Хочеш занурити в нього руки? (Відповідь дитини). Опустити руки в пісок і розкажи про свої відчуття (теплий, сухий, розсипається, тече крізь пальчики). Пропусти між пальчиками. Відчувається тепло власних рук? Які спогади (почуття) охоплюють тебе? Щось можеш пригадати?»

Давай виконаємо такі вправи:

- ковзай долонями по поверхні піску, виконуючи зигзагоподібні і кругові рухи (як машинки, змійки);
- виконай ті ж рухи, поставивши долоню на ребро;
- зроби відбитки кулачків; ребрами долонь зроби химерні візерунки на поверхні піску; знайди схожість з іншими предметами (ромашка, сонечко, травинка, дерево, їжачок);
- пройди по поверхні піску кожним пальцем по черзі правою і лівою рукою (можна групувати пальці по два, три, чотири і т. д.)
- пограй на поверхні піску, як на клавіатурі піаніно або комп'ютера
- занур в сухий пісок кисті рук і починай ними ворушити, спостерігаючи за тим, як змінюється піщаний рельєф
- звільни руки від піску, не здійснюючи різких рухів, тільки ворущачи пальцями і здуваючи піщинки



Запитання після вправи: «Що ти відчував при роботі з піском? Тобі було приємно чи ні?».

### **Гра з кінетичним піском [23]**

**Мета:** розвиток тактильно-кінетичної чутливості, зняття емоційної напруги; розвиток та розширення уявлень дитини про навколишній світ живої та неживої природи, про світ людини.

**Обладнання:** невелика посудина з піском, іграшки, форми для вироблення конструкцій з піску.

**Хід вправи:** психолог показує способи побудови у пісочниці різних живих



та неживих спільнот-місто, село, ліс, річка, озеро, острів, а потім в ігровій формі спонукає дитину будувати самостійно чи по інструкції різні природні та рукотворні спільноти.

### **Кляксографія [8]**

Малювання за допомогою техніки кляксографії розвиває у дітей відчуття кольору, дає змогу побачити, що злиття двох чн кількох фарб веде до цікавих перетворень. Новий, створені у такий спосіб малюнок дитина співвідносить з предметом чи явищем довкілля, що стимулює інтерес до творчості, розвиває уяву та фантазію.

Потрібно загнути половину аркуша паперу, на якому діти працюватимуть. Виконується все це так, що б діти бачили, що і як дорослий робить. Невдовзі вони зрозуміють ідею і самі будуть її застосовувати. При малюванні кляксами (плямами діти капають фарбою (краще це зробити за допомогою пляшечки з вузьким отвором) на один бік зігнутого паперу. Потім аркуш складається навпіл, і його сторони притискуються.

**Матеріал:** піпетка, туш, пензлик, трубочка для роздуванням, фарби.

#### **Спосіб виконання:**

1. на частині аркуша паперу пензликом зробиш клякси різної форми. Склавши аркуш удвоє, одержуємо симетричні малюнки-кляксунки. Розглянути і подумати, на що вони схожі;
2. аркуш зігнути вдвоє і від лінії згину нанести контур половини малюнка та розфарбувати його, а потім знову скласти аркуш, розгорнувши його, одержати малюнок (симетричи зображення);
3. піпеткою на аркуш нанести туш різних кольорів, а потім трубочкою для коктейлю роздувати її по всьому аркушу в різних напрямках. Цією ж трубочкою домальовують, що підкаже фантазія.

#### **Орієнтовна тематика:**

- ♦ Молодша група: "Як жовта фарба гралася з дощиком". "Кумедне сонечко", "Диво-метелик".
- ♦ Середня група: "Різнокольорова хмаринка", "На що схожа клякеа ?".
- ♦ Старша група: "Весняне дерево" (роздування і малювання пальцем), "Феєрверк" (колективне).
- ♦ Підготовча група: "Зачарований ліс", "Тварини з далеких планет".

#### **Малювання пальцями [8]**

Цим видом художньої творчості діти займаються з задоволенням. Перед початком малювання дітям пояснюється, що для малювання вони можуть використовувати свої пальці, зап'ястя, кулаки, долоні, ступні ніг. Але жодних пензлів!

Малювання пальчиками дає дитині змогу відчуті фарбу і сам процес малювання, вчить обходитися без пензлика, сприяє розкритості і проявам самостійності у роботі, викликає позитиви і емоції. Це легка та цікава техніка малювання, якою з успіхом оволодівають наймолодші і з якою залюбки працюють старші діти.

Ця форма діяльності дозволяє дітям чинити безладдя в межах можливого. Можливо, треба встановлювати певні обмеження, та ми їх не практикували.

Малювати пальцями можна і не на папері, безпосередньо на відведеному для цього столі. Можна одержати відбиток намальованого на столі або віконному склі, поклавши мольбертний папір на малюнок і добре притиснути його. Методика розвиває дрібні м'язи кисті рук, уяву і творчі здібності.

**Матеріал:** фарби, волога серветка, папір.

Фарбу для малювання виготовляємо самі з картопляного крохмалю і гуашевої фарби.

**Спосіб виконання:**

1. пальчик вмочити у фарбу і робити ним відбитки на папері (краплі дощу, сонячні зайчики);
2. три, чотири чи п'ять пальців, складених разом, вмочити у розведену фарбу і робити ними відбитки на папері у вигляді квітів, слідів звірів і т.д.

**Орієнтовна тематика:**

- ♦ Молодші: "Я — дощик", "Сонячні зайчики", "Чарівні краплинки".
- ♦ Старші: "Квітка-чарівниця", "Сліди лісових звірят", "Веселі візерунки".

**Малювання долонею [8]**

Цей вид малювання допомагає дитині відчуті єдність з фарбою, викликає бажання експериментувати, дає відчуття свободи творчості. В процесі такого творення у дитини виникають різні асоціативні образи, які активізують її уяву.

**Матеріал:** фарби, пензлі.

**Спосіб виконання:** долоню вмочити у фарбу (або нафарбувати за допомогою широкого пензля) і робити відбитки на папері. Довільно домалювати зображення (голуб, медуза, жар-птиця).

**Орієнтовна тематика:** "Голуб", "Медуза", "Жар-птиця", "Дивоконик", „Восьминіг", "Букет", "Цей пальчик — мій дідусь...".

**Контурне малювання [8]**

Використання допоміжних засобів, таких як трафарети та контурні заготовки, пом'якшує процес малювання, робить малюнок більш досконалим, точним.

**Матеріал:** олівці чи фломастери, контурні заготовки

**Спосіб виконання:**

1. використовуються картонні заготовки різної величини та форми. Заготовку покласти на аркуш паперу і обвести олівцем її контур. Домалювати те, що підкаже фантазія, і розфарбувати (овал — рибка);
2. використовують тверді овочі та фрукти. Розрізаний навпіл фрукт накладається на папір плоскою частиною донизу, потім обводиться його контур, отримане зображення розфарбовується і доповнюється деталями (яблуко, груша, огірок, буряк, горіх).
3. використовуються різноманітні предмети побуту для отримання контурів зображення (тарілка і чашка - велике і маленьке коло; коробка, іграшка — квадрат).

Дітям пропонується самостійно вибрати матеріал для контурного малювання із запропонованих психологом.

### **3.5. Комплекс вправ на розвиток пізнавальної сфери дітей з порушеннями інтелектуального розвитку молодшого шкільного віку**

Інклюзією передбачено особистісно-зорієнтовані методи навчання, в основі яких індивідуальний підхід до кожної дитини, тому ігри, вправи повинні бути спрямовані на розвиток окремих сторін пізнавальної сфери з урахуванням індивідуальних особливостей (розвитку, здібностей) дітей з порушеннями інтелектуального розвитку [18].

Засобом для розвитку пізнавальних процесів є дидактичні, розвивальні ігри, вправи, що передбачають розвиток у молодших школярів в міру їхніх можливостей уваги, сприйняття, пам'яті, мислення, уяви, моторики, навичок спілкування і самоконтролю та вміння використовувати особистий досвід у навчальній діяльності та життєвих ситуаціях.

#### **Вправи на розвиток уваги**

**Увага.** Для дітей із порушеннями інтелектуального розвитку властивою є пасивна і нестійка мимовільна увага: в одних дітей через 10-15 хвилин роботи спостерігається рухове занепокоєння, інші стають в'ялими і пасивними. Низький рівень довільної уваги пов'язаний із недорозвиненням волевих якостей. Характерною для таких дітей є нездатність розподілу уваги між різними об'єктами. Вона виявляється у нестриманості дитини, ставленні запитань, що не стосуються теми, вигукуванні окремих реплік [3].

### **Гра «Квітка і метелик» [20]**

**Мета:** розвиток уваги, сприймання.

**Обладнення:** зроблені з паперу квіти різного кольору і метелики, які відповідають їм за кольором.

**Хід гри:** Ставляться квіти. Кожній дитині дається метелик якогось одного кольору (жовтий, білий, червоний). Психолог каже: «Жовтий метелик, лети на свою квітку». Дитина, в руках у якої жовтий метелик, виходить і садить його на жовту квітку. Те ж саме повторюється з метеликами інших кольорів. В цю гру можна грати і з однією дитиною. Із поданих їй 3-4 метеликів різного кольору слід вибрати такого по кольору, що називає психолог, і посадити його на відповідну квітку.

### **Вправа «Птах чи комаха» [20]**

**Мета:** розвиток уваги.

**Хід вправи:** психолог промовляє назви птахів і комах. Коли дитина чує назву птаха, то махає руками – «летить», а коли назву комахи – опускає руки вниз.

### **Рухлива гра [20]**

**Мета:** розвиток рухової пам'яті, уваги.

**Обладнення:** психолог готує картки з намальованими геометричними фігурами означають виконання певного руху, а саме:

□ – руки в сторони, ○ – руки вгору, ▲ – руки вниз.

**Хід гри:** психолог показує дітям картки, а діти виконують відповідні рухи (можливо, під спокійну музику).

### **Дидактична вправа «Їжачки» [20]**

**Мета:** розвиток розподілу уваги.

**Обладнення:** малюнок, який відповідає тематиці вправи.

**Хід вправи:** дітям пропонується знайти та обвести всіх їжачків та грибочки на малюнку.

### **Вправи на розвиток сприймання**

**Сприймання.** У дітей з порушенням розумового розвитку сприймання відбувається нерівномірно, засвоєні еталони часто виявляються нестійкими, розпливчастими, відсутнє перенесення засвоєного способу дії з однієї ситуації на іншу. Досить складними є взаємовідношення між сприйманням властивості, знанням її назви, можливістю діяти з нею. Через характерну вузькість зорового сприймання, зменшується їх можливість ознайомлення з навколишнім світом, що негативно впливає на оволодіння читанням, розпізнавання близьких за спектром кольорів і колірних відтінків і т.д. [20].

### **Гра «Закрий!» [30]**

**Мета:** вчити сприймати, порівнювати, виділяти предмети схожі та відмінні за формою.

**Матеріал:** дві баночки контрастного розміру, маленькі та великі кульки, кришечки.

**Хід гри:** показати дитині дві баночки, вказати, що одна баночка велика, а друга – маленька. Потім продемонструвати маленькі і великі кульки. Великі кульки потрібно зібрати у велику баночку, а маленькі – в маленьку (показ). Після виконання завдання попросити закрити баночки відповідними кришечками.

### **Гра «Весела пташка» [33]**

**Мета:** розвиток сприймання, просторової орієнтації.

**Матеріал:** дві іграшки-пташки, іграшкові меблі (шафа, стіл, стілець).

**Хід гри:**

- а) Дві пташки, Ваша і дитини, літають. Дитина повторює дії за Вами.
- б) Ви говорите, куди полетіла пташка – вгору, вниз, а дитина виконує дію.
- в) Дія навпаки: «А зараз пташка літатиме, а ти скажеш, куди вона полетіла».
- г) Запропонуйте заховати пташку за шафу, в шафу, посадити на стіл, стілець, під стілець і т. д.

### **Ігрова вправа «Розфарбуй фігури» [33]**

**Мета:** розвиток сприймання предметів за формою, кольором.

**Матеріали:** бланк з геометричними фігурами, кольорові олівці.

**Хід гри:** дітям пропонується зафарбувати геометричні фігури: великий трикутник у червоний колір, маленький – у жовтий, великий квадрат у зелений колір, маленький в синій і т.д.

### **Гра «Дослідник» [20]**

**Мета:** розвиток сприймання, визначення ознак предмета.

**Хід гри:** обирається предмет для дослідження (обов'язково з демонстрацією наочного матеріалу). Дитина повинна назвати предмет, сказати навіщо він потрібний, які його особливі ознаки (колір, форма, розмір, який він на дотик, смак, з чого виготовлений, на що схожий, чим відрізняється від будь-яких інших предметів, що трапиться, якщо його кинути: у воду, вогонь, з третього поверху, вдарити по ньому, підкинути тощо).

### **Гра «Визначення послідовності подій» [17]**

**Мета:** виявити можливість установалення дитиною просторово-часових і причинно-наслідкових зв'язків за серією сюжетних картинок.

**Хід гри:** готується кілька серій сюжетних картинок, кожна з яких складається з трьох-п'яти картинок і відображає певну подію нескладного сюжету. Добираються серії різного ступеня складності: від найпростіших до таких, у яких є пропущена ланка. Бажано, що картинки були кольоровими,

оскільки такі зображення сприймаються дітьми легше і викликають більший емоційний інтерес.

Дитині демонструють перемішані та заздалегідь пронумеровані картинки: «Тут на картинках одна історія. Знайти, з чого все почалося, що сталося потім, чим завершилося. Поклади всі картинки по черзі одну за одною».

Оцінюючи виконання завдання, головну увагу слід приділяти обсягу допомоги (кількості підказок), необхідної дитині для отримання правильного результату, тому, як вона приймає її, а також можливості «перенесення».

### **Вправи на розвиток мислення**

**Мислення.** У дітей з інтелектуальними порушеннями наявні труднощі в розвитку мислення, а саме: вміння аналізувати, порівнювати й узагальнювати предмети, оперувати образами уяви і таким чином будувати логічні дії по вирішенню того чи іншого завдання.

#### **Вправа «Дотягнись до кульки» [20]**

**Мета:** вчити дитину вирішувати завдання наочно при використанні додаткових засобів в проблемній ситуації.

**Обладнання:** картинка з зображенням кімнати, де на високій шафі лежить повітряна кулька, на відстані стоїть стілець, по середні хлопчик, який має розгублений вигляд, він не знає як дістати кульку.

**Хід заняття.** Психолог пропонує дитині розглянути картинку і сказати, як хлопчик може дістати кульку.

Якщо у дитини виникають труднощі з відповіддю, дорослий каже: «Шафа висока, а хлопчик низький, рукою він до кульки не дотягнеться. Що може йому допомогти дістатись до кульки?» При необхідності можна змодельовати реальну ситуацію і попросити дитину дістати кульку. Після виконання знову показати картинку и запропонувати дитині відповісти, як хлопчик може дістати кульку.

#### **Гра «Способи застосування предметів» [4]**

**Мета:** розвиток здатності концентрувати мислення на одному предметі, вміння вводити його в найрізноманітніші ситуації та взаємозв'язки, відкривати у звичайному предметі несподівані можливості.

**Хід гри:** називається який-небудь добре відомий предмет, наприклад «книга». Потрібно назвати якнайбільше різних способів його застосування.

#### **Вправа «Моя фантазія» [23]**

**Мета:** розвиток мислення, уяви, дрібної моторики, фантазії, .

**Обладнання:** лічильні палички різного кольору.

**Хід вправи:** дитині пропонують із лічильних паличок створити будь - який виріб, малюнок, різні геометричні фігури.

### **Гра «Зібрати малюнок» [32]**

**Мета:** розвиток логічного та наочно-образного мислення.

**Хід гри:** дитині дають розрізану на шматки листівку і пропонують зібрати цілу картинку; розпочинати можна з листівки, що розрізана на 4-6 частин, в подальшому ускладнювати до 10 і більше; до того ж, розрізати листівку можна, як на елементи правильної та однакової форми, наприклад, прямокутники, так і на шматочки – різні за розміром та формою.

### **Завдання-головоломки [33]**

**Мета:** розвиток мислення, уваги, уяви, тактильних відчуттів.

**Обладнення:** лічильні палички.

**Інструкція:** психолог дає учню наступні завдання та уважно слідкує за виконанням вправи, в разі необхідності, допомагає під час виконання вправи:

- Склади 2 квадрати із 7 паличок, 2 рівні трикутники із 9 паличок тощо.
- Візьми 9 паличок і склади квадрат і 4 трикутники.
- Дитина має уявити фігуру і здогадатися, як її скласти.
- Прибери 2 палички, щоб залишився один прямокутник.
- Склади будиночок із 6 паличок, а потім переклади 2 палички, щоб вийшов прапорець.
- Прибери 3 палички, щоб залишилося 3 таких самих квадрата. Прибери 4 палички, щоб залишилося 3 квадрата. Переклади 1 паличку і щоб будиночок був перевернутий в інший бік.

### **Вправи на розвиток пам'яті**

**Пам'ять.** Обсяг матеріалу, що можуть запам'ятати учні із порушеннями інтелектуального розвитку, є істотно меншим, ніж у їх однолітків. Чим більш абстрактним є той матеріал, що підлягає запам'ятовуванню, тим меншу його кількість запам'ятовують школярі. Точність і міцність запам'ятовування учнями як словесного, так і наочного матеріалу, є низькою. Відтворюючи його, діти роблять багато пропусків, переставляють місцями елементи, що становлять єдине ціле, порушуючи їх логіку, часто повторюються, привносять нові елементи, ґрунтуючись на різних, найчастіше випадкових асоціаціях [3].

### **Гра «У бабусі в селі» [23]**

**Мета:** розвивати образну та слухову пам'ять.

**Обладнення:** картинки із зображенням тварин, які згадуються у розповіді.

**Хід гри:** прослухати розповідь дівчинки Олі, яка гостювала в бабусі, що живе в селі: «Прокинулася Оля наступного дня в бабусиній хаті вранці, а бабусі немає. Вийшла вона на подвір'я, а там качки, наївшись, ішли до водички. Бабуся видоїла корівку і несла молоко в дійничці, а за нею біг котик і просив молочка. Песик Жук охороняв це велике господарство.»

Після завершення розповіді психолог пропонує дітям пригадати тварин, про яких розповідала Оля та показати їх на картинці.

**Вправа «Що загубили звірята?» [23]**

**Мета:** розвиток зорової пам'яті.

**Обладнення:** два види картинок із тваринами, відповідно до інструкції вправи.

**Інструкція:** «Розгляньте уважно малюнок. Що тримає кожне звірятко? Спробуйте запам'ятати». Психолог перегортає малюнок: «Звірята загубили свої речі. Пригадайте, що мало кожне з них. Покажіть».

**Вправа «Що змінилося?» [23]**

**Мета:** розвиток пам'яті.

**Обладнення:** картинки із предметами, які повторюються в різному порядку.

**Хід вправи:** пропонують картинку із зображенням 3-4 знайомих предметів і просять їх назвати. Потім — картинку із 7-8 предметами, і дитина має сказати, чи є серед них ті, які були на першій картинці. Далі можна ускладнити до 15 картинок. Варіантів цієї гри може бути багато: з предметами, іграшками, геометричними фігурами, з кольоровими смужками тощо.

**Вправи на розвиток емоційної сфери**

**Емоційна сфера.** Порушення в інтелектуальному розвитку часто призводять, по-перше, до неадекватності емоційного реагування на ситуації, недоступні розумінню дитини, а по-друге, до неспроможності усвідомлювати власні емоційні прояви та стани і керувати ними. Несформованість або поверховість соціальних потреб, характерні при розумовій відсталості, ускладнюють процес розвитку почуттів [3].

**Гра « Вирази емоцію та почуття» [9]**

**Мета:** сформувати вміння дітей визначати і розпізнавати людські емоції та почуття, сприяти розвитку конструктивних вмінь; формувати соціальну і емоційну сферу дитини; розвивати уяву, дрібну моторику, просторове та логічне мислення, монологічну та діалогічну мову дітей.

**Обладнення:**

- 1- 2 овали обличчя (можна використовувати більше);
- 3-4 пари намальованих очей;
- набір схематично зображених ротів, носів;
- 3-4 пари брів;

**Варіанти гри:**

**Гра « Збиралки»**



**I варіант.** Запропонувати дітям зібрати ту чи іншу емоцію, визначити її та обговорити, чому у створеного персонажа такий настрій. Що у нього трапилось, яка виникла історія?

Або допомогти герою змінити сум на радість, страх на подив, перекладаючи частини обличчя, а потім придумати історію.

**II варіант.** Гра проводиться в парі. Діти спільно придумують історію, при цьому складають той чи інший вираз обличчя – емоцію. Потім можна програти ситуацію у вигляді діалогу між створеними образами. Наприклад: діалог між хлопчиком і дівчинкою.

### **Гра «Покажи себе»**

Для гри необхідно скласти з «конструктора емоцій» певний вираз обличчя, а дитина за допомогою дзеркала повторює цей вираз. Потім обговорюється з дитиною, яка емоція була більш близька, приємніша, а яка - навпаки і чому. Запропонувати згадати життєві ситуації, які викликали у дитини сум, радість, подив, страх і т.д.

### **Гра «Послухай і збери»**

Дітям пропонується послухати оповідання, вірші, казки в яких ідеться про ту чи іншу емоцію. Прослухавши, дитина з дорослим обговорює прочитане і збирає потрібну емоцію.

### **Вправа «Колобок» [11]**

**Мета:** формування уявлення про емоції, розрізнення емоційних станів.

**Інструкція.** Перед дитиною розтавляються картки де зображено Колобка з різними емоціями (сумний, веселий, замисливий, злий). Дитина має назвати емоції, сказати яка в неї зазвичай переважає, яка характерна для братика, сестрички, мами, тата, дідуся, бабусі, друзів тощо.

### **Вправа «Емоційний кубик» [11]**

**Мета:** розвиток емоційно-вольової сфери, вміння ідентифікувати ту чи іншу емоцію, формування навичок самоконтролю

**Інструкція.** Всі ігри з емоційним кубиком вимагають довіри між дорослими і дітьми.

1. Друкуємо кубик, з виразами різних емоцій, вирізаємо і склеюємо (або клеїмо зображення емоцій на пластмасовий чи дерев'яний кубик).

2. Кидаємо кубик по черзі.

3. Варіанти ігор:

а) Зображуємо емоцію, яка випала на кубіку. Дитина відгадує емоцію. Дорослий і дитина міняються місцями.

б) Згадуємо, хто з казкових героїв переживав подібні почуття і в якій ситуації: можна обговорювати різні казки, а можна одну. Наприклад, коли

Буратіно був сердитим? Здивованим? Радісним? Спокійним? Сумним? Чому він радів / сумував / сердився і т.д.?

в) Згадуємо і розповідаємо ситуації зі свого життя, коли відчували ті ж емоції, що випали на кубіку.

г) Починаємо придумувати казку про персонажа. Кидаємо кубик. Відповідно до емоції, яка випала продовжуємо сюжет (герой здивувався – чого). Далі кидаємо кубик. Герой зрадів – чому? Що сталося в нашій історії?

### **Вправи на розвиток мовлення**

**Мовлення.** В учнів з порушенням інтелектуального розвитку інколи спостерігається дефекти будови органів мовлення, що значно заважає їм оволодівати вимовою. Дитина, знаючи, що вона говорить не так, як інші, намагається менше користуватися мовленням, мовчить, коли її про щось запитують, використовує вказівні жести, що негативно позначається на розвитку її емоційно-особистісної сфери. Крім того, обмежений словниковий запас і відсутність володіння фразовим мовленням, не дозволяють ні запитати про те, що їх цікавить, ні зрозуміло відповісти на поставлене запитання [3].

#### **Психогімнастика «Бджілка» [40]**

**Мета:** розвиток мовлення, зняття емоційної напруги.

**Хід вправи:** діти зображують пантомімою все, про що йдеться у вірші, який зачитує психолог, на завершення кожного рядка потрібно вимовляють звук (з).

«Бджілка весело літає – з-з-з-з,  
Квіткам вічка розтуляє – з-з-з-з.  
Каже «Квіти, годі спати – з-з-з-з,  
Я прийшла медок збирати – з-з-з-з!»

#### **Психогімнастика «Це мій дім - мені добре й затишно у нім» [40]**

**Мета:** розвиток мовлення, зняття емоційної напруги.

**Хід вправи:** діти протягують звуки, які попередньо записно на дошці, а психолог зачитує відповідний рядок вірша.

I - I-i-i	Дім стоїть <u>на землі</u>
A - a-a-a	У будинку є ще <u>дах</u>
O - O-o-o	Дивимося у <u>вікно</u>
У - У-у-у	<u>Побудуємо</u> димар
И - И-и-и	<u>Дим</u> іде
Е - Е-е-е	<u>Дерево</u> росте
Є -Є-є-є	Біля дому <u>паркан</u> є

#### **Вправа на узагальнення [40]**

**Мета:** розвиток мовлення, понятійного апарату.

**Хід вправи:** психолог називає дитині перелік певних предметів, а дитина

повинна узагальнити їх назви одним словом, наприклад:

- Банан, яблуко, апельсин -...
- Картопля, морква, огірок -...
- Курка, гусак, індик - ...
- Ялинка, верба, тополя -...

### **Вправи на розвиток дрібної моторики**

**Дрібна моторика.** У дітей із порушеннями інтелектуального розвитку може спостерігатись порушення дрібної моторики, яке проявляється в порушенні пальцевого захоплення предмета, несформованість операції повертання, перевертання, зіставлення, накладання, вштовхування, тобто все те, що формується в процесі безпосереднього маніпулювання предметами. Більшості дітей доступні рухи наслідувального характеру, однак, при їх виконанні самі рухи нечіткі, з невідповідним м'язовим зусиллям [14].

#### **Вправа «Синички» [28]**

**Мета:** розвиток дрібної моторики, закріплення поняття «ліворуч»– «праворуч», розвиток крупної моторики та пам'яті.

**Хід виконання:** психолог читає вірш і виконує рухи, а дитина має відтворити дані рухи.

Високо в небі летить синичка, *(одну руку підіймаємо вгору)*  
а ось і друга — її сестричка. *(підіймаємо другу руку вгору)*  
Ліворуч, праворуч, угору! *(руки ліворуч, праворуч, угору)*  
І стрімко-стрімко додолу... *(нахиляємося всім тілом додолу)*  
«Цінь-цвірінь!» — співають сестрички *(розгинаємося)*  
і поспішають до годівнички. *(складаємо долоньки на колінах)*  
Подзьобавши трохи пшениці, *(вказівними пальчиками стукаємо по ніжках)*  
геть полетіли синиці. *(ховаємо руки за спину)*

#### **Вправа «Перехресне сортування» [10]**

**Мета:** розвиток дрібної моторики.

**Хід виконання:** перед дитиною ставимо два стаканчики і тарілочку із змішаною квасолею двох кольорів. Завдання дитини обома руками одночасно брати по одні квасолі і вкидати у відповідний стаканчик.

Ускладнюємо. Ліва рука може брати лише білі квасолі, а права лише коричневі, причому перед дитиною навпроти правої руки стаканчик з білими квасолями, а навпроти лівої з коричневими.

#### **Вправа Губка [15]**

**Мета:** розвиток дрібної моторики.

**Хід виконання:** перед дитиною ставлять дві тарілочки, в одній з яких вода. Дитина має за допомогою губки перемістити воду в іншу ємність, вбираючи глибоко воду і витискаючи її.

**Вправа «Друкарська машинка»**

**Мета:** розвиток дрібної моторики.

**Хід виконання:** дитина ставить долоні на стіл, під кожен пальчик кладемо різнокольорові кружечки. Кольори можуть повторюватися. Дорослий називає колір, а дитина має якомога швидше підняти пальчик під яким знаходиться «кнопка» відповідного кольору.

### **3.6. Комплекс вправ з формування позитивного мікроклімату в інклюзивному класі**

Процес адаптації до нового колективу, як правило, відбувається гостро й часто досить драматично, особливо в умовах інклюзивних класів. Оскільки в суспільстві часто переважають упереджені погляди та насторожливе ставлення до осіб, які мають ті, чи інші відмінності.

На сьогоднішній день явища гандикапізму, яке проявляється в інтолерантному ставленні до оточуючих та остракізму, що являє собою відторгнення, є поширеним в суспільстві, особливо до ставлення до людей з особливими потребами.

Тому, в рамках корекційної роботи з учнівським колективом в умовах інклюзивних класів потрібно формувати в учнів дружні стосунки, які базуються на прийнятті, довірі, позитивному ставленні, вмінні толерантно ставитись до «особливостей» інших дітей, формуванню сприятливого мікроклімату, зниження рівня тривожності та агресивних проявів, на що і спрямовані подані нище вправи.

**Вправа «Вітер дує на...» [42]**

**Мета:** налагодження позитивної атмосфери в групі дітей, яка сприяє їх знайомству, формування дружнього ставлення один до одного, розвиток комунікативних навичок.

**Хід вправи.** Зі словами «Вітер дує на...» ведучий починає гру. Щоб учасники гри побільше довідалися один про одного, питання можуть бути наступними: «Вітер дує на той, у кого світлі волосся» всі світловолосі збираються в одну купку. «Вітер дує на той, у кого... є сестра», «хто любить тварин», «хто багато плаче», «у кого немає друзів» і т.д.

Ведучого необхідно змінювати, даючи можливість запитувати учасників кожному.

**Гра «Рукавички» [22]**

**Мета:** налагодження комунікативних зв'язків в класному середовищі, формування орієнтації на спільну діяльність, формування рівного ставлення один до одного.

**Хід гри.** Для гри потрібні вирізані з паперу рукавички, кількість пар дорівнює кількості пар учасників гри. Ведучий розкидає у приміщенні рукавички з однаковим орнаментом, але не розфарбовані. Діти розходяться по залі. Відшуковують свою «пару», відходять у куточок і за допомогою трьох олівців різних кольорів намагаються, якнайшвидше, розфарбувати зовсім однаково рукавички.

**Зауваження.** Ведучий спостерігає, як організують спільну роботу пари, як ділять олівці як при цьому домовляються. Переможців вітають.

### **Гра «Клубочок» [22]**

**Мета:** знайомство, налагодження дружної атмосфери в групі.

**Хід гри.** Діти сідають у коло, ведучий, тримаючи в руках клубочок, обмотує нитку навколо пальця, задає будь-яке запитання учасникові гри (Наприклад: «Як тебе називають?, Чи хочеш ти зі мною дружити?, Що ти любиш, чого ти боїшся?» і т.д.), той, хто ловить клубочок, обмотує нитку навколо пальця, відповідає на запитання, а потім задає своє наступному гравцеві. Таким чином, наприкінці клубочок повертається ведучому. Усі бачать нитки, що зв'язують учасників гри в одне ціле, визначають, на що фігура схожа, багато чого довідаються один про одного, стають більш дружніми.

**Зауваження.** Якщо ведучий змушений допомагати дитині, що має труднощі, то він бере при цьому клубочок собі назад, підказує й знову кидає дитині. У результаті можна побачити дітей, що мають труднощі у спілкуванні, у ведучого з ними будуть подвійні, потрібні зв'язки.

### **Вправа «Сліпий та поводитир» [37]**

**Мета:** розвиток уміння відчувати настрій і співчувати іншим, формування довіри до оточуючих.

**Хід вправи.** Учасники гри поділяються на пари; один гравець закриває (або йому зав'язують) очі-він «сліпий», інший-його «поводир». Задача «сліпого»- бродити по кімнаті, куди йому заманеться; задача «поводиря» - забезпечити його безпеку, голосом чи дотиками керуючи діями «сліпого», але не відбираючи в нього ініціативу.

Завдання можна ускладнити, запропонувавши «поводирям» не просто стежити за «сліпими», а й самим активно брати участь у грі: описати оточення навкруги; познайомити своїх «сліпих» один з одним або з іншими «поводирями»; пограти зі «сліпими» в яку-небудь гру тощо. Через 5-7 хвилин «сліпі» та «поводирі» міняються ролями. Обговорюючи гру, можна поговорити про те, як почували себе «сліпі» й «поводирі», кому з учасників

яка роль була легше. Чи легко було довіряти «поводиреві»? Що сприяло, а що заважало довірі?

### **Гра «Острів рівних» [36]**

**Мета:** попередження створення соціальних «ярликів» та упередженого ставлення до людей, формування досвіду перебування в різних соціальних ролях.

**Хід гри.** Учасникам, об'єднаним в дві групи, дають завдання створити колаж «Острів рівних». При цьому в першій частині виконання завдання учасникам на голови надягають корони з написами, відповідно до яких, оточуючі мають до них ставитись:

- «я нічого не вмію»;
- «я найкращий»;
- «пожалійте мене»;
- «посміхайтесь мені»;
- «я нікого не люблю»;
- «я люблю, коли мене хвалять»;
- «підбадьорюйте мене»;
- «критикуйте мене»;
- «говоріть про мене погано».

У другій частині виконання завдання корони знімають.

Після обговорення вправи учасників підводять до висновку, що на сприйняття інших людей впливають установки, упередження, пов'язані з расою, освітою, статтю, інтересами, статком тощо. Позиція «на рівних» є найефективнішою.

### **Вправа «Гра в кубики» [ 37]**

**Мета:** розвиток навичок конструктивної взаємодії з дітьми з ООП.

Клас об'єднується в чотири групи, четверо бажаючих виходять за двері. Групи отримують інструкцію:

- перша група має з радістю його прийняти і жваво обговорювати стратегію, грати на рівних;
- друга група має ігнорувати всі пропозиції будувати вежу, не йти на контакт або поверхнево спілкуватися;
- третя група повинна одразу відмовитися від всіх пропозицій, ставиться зверхньо, дещо вороже, сумніватися в тому, що учасник щось зможе побудувати;
- четверта група проявляє надмірну турботу і співчуття, не дає проявити ініціативу, з «добрими намірами» виконує все завдання не залучаючи учасника, «сюсюкає» і звертається до нього, як до немовляти.

Після отримання інструкцій клас запрошуються 4 учасників, які мають сісти за окремий стіл з кубиками і спробувати збудувати вежу по черзі з кожною групою. За сигналом тренера, групи переходять від одного учасника до іншого по колу.

**Примітка:** важливо розмістити столи так, щоб учасники не могли чути розмову за сусіднім столом.

**Вправа «Плануємо – діємо» [6]**

**Мета:** розвиток навичок самоаналізу та прийняття рішень, побудови стратегії допомоги дітям, які потрапили в складні життєві обставини, формування навичок надання психологічної допомоги

Учні об'єднуються в дві групи і методом мозкового штурму заповнюють таблицю (як допомогти дитині успішно адаптуватися до нових умов).

*Таблиця 3.1*

Що ми можемо зробити для однокласника	Як це реалізувати	Які труднощі можуть виникнути	Як ми їх долатимемо

**Вправа «Коло дружби» [24]**

**Мета:** створення сприятливого мікроклімату в класі і толерантного ставлення до усіх здобувачів освіти.

**Хід вправи.** Учасники утворюють коло, беруться за руки. Починає гру ведучий: за часовою стрілкою повертається до сусіда із словами: «Ми з тобою схожі, бо ми обоє... , але водночас різні, бо..., але це не заважає нам дружити».

**Вправа «Всі ми різні, але всі ми рівні» [24]**

**Мета:** розвиток навичок виражати свої емоції та почуття, ефективної взаємодії з людьми, розвиток емпатії.

**Хід вправи.** Діти об'єднуються в пари. Одному з пари ускладнюють умови (зв'язують руки, зав'язують очі, одягають навушники, одягають пекарські рукавиці, зав'язують рот), інший з пари повинен допомогти виконувати завдання, але не робити замість товариша.

Завдання: зав'язати шнурки, посортувати квасолю, вивчити віршик, налити в стаканчики води, рівно до вказаних позначок, зробити паперовий літачок, застібнути гудзики тощо.

Після виконання вправи діти записують свої враження, почуття, емоції, думки, які виникли у вигляді листа. Потім листи зачитуються.

Питання для обговорення: кому крім вас міг би належати лист з подібним змістом.

## **Асоціативний малюнок «Дискримінація» [24]**

**Мета:** проаналізувати сутність дискримінації та нетолерантного ставлення до будь-яких проявів «інакшості», причини їх виникнення та шляхи подолання.

**Хід вправи.** Учні індивідуально зображують на аркушах свої асоціації до слів конфлікт, дискримінація, дискомфорт, або створюють колаж із заготовок. Психологу варто переконатися, чи розуміють діти значення цих слів, і в разі необхідності дати визначення, підготувати заготовки з термінами, ключовими поняттями, тематичними ілюстраціями.

## **Релаксаційна техніка «М'язовий тонус» [2]**

**Мета:** зниження рівня напруги, тиризовжності, шляхом розслаблення м'язового стану, створення сприятливого емоційного настрою.

### **Хід техніки:**

1. Сядьте зручно на стілець, не перехрещуючи ніг. Ступні на підлозі. Розщепіть надто тісний одяг і не напружуйте ніг.

2. Витягніть кінчики ніг пальцями вперед, напружуючи ступні ікр. Зберігайте таке положення 10 секунд, потім зніміть напругу з м'язів. Це означає миттєве розслаблення, тобто раптовий пасивний рух звільнених ніг. Відчуйте приплив крові до м'язів і тепло. Насолоджуйтесь цим відчуттям і дихайте нормально на протязі 10 секунд.

3. Спираючись п'ятами на підлогу, підніміть пальці ніг і загинайте їх догори. Напружте м'язи ступневі гомілок. Витримайте 10 секунд, а потім розслабтеся на 10 секунд. Відчуйте приємне відчуття тепла після зняття напруги. Підніміть ноги паралельно підлозі, загинаючи пальці ніг вниз під себе. Тепер включається нова група м'язів - м'язи стегон. Залишайтеся в такому стані 10 секунд, а потім розслабтеся,

4. Дозволяючи ногам раптово впасти. Ваші ступні, гомілки і стегна зігрілися і ви відчуваєте приємне тепло.

5. Підніміть ноги паралельно підлозі, пальці загинайте догори на себе. Напружте ноги на протязі 10 секунд, а потім розслабтеся на 10 секунд. На цій стадії працювали м'язи нижньої частини корпусу.

6. Підніміть руки горизонтально паралельно підлозі, стисніть кулаки і з усієї сили напружте всю руку. Робіть це на протязі 10 секунд, потім скиньте напругу опустивши руки. Розслабтеся 10 секунд. Повторіть цю вправу з відкритими долонями і максимально розведеними пальцями. Тримайте напругу 10 секунд, потім розслаблення 10 секунд.

7. Витягніть губи вперед у вигляді букви «о», розкрийте якомога ширше очі, як в пантомімі зображають здивування. Витримайте 10 секунд, потім розслабтеся. Відчуйте тепло і спокій м'язів шиї і обличчя.



8.Посміхніться, якомога ширше розтягуючи губи. Залишайтеся в такому стані 10 секунд, потім розслабтеся на 10 секунд. Завершуйте дану вправу з посмішкою.

Кожен з пунктів вправи ви можете повторювати декілька разів, або виконуючи їх по одному разу, повторюючи весь комплекс декілька разів.

### **Релаксаційна техніка «М'язове розслаблення з візуалізацією» [2]**

**Мета:** зниження рівня напруги, тиризовжності, шляхом розслаблення м'язового стану, створення сприятливого емоційного настрою.

Займіть зручну позицію. Ляжте на спину на килим або ліжко, або сядьте в крісло, або на диван так, щоб Вам було зручно. Закрийте очі і уявіть собі картину, яка приносить спокій: берег моря або річки, спокійні хвилі, ви чуєте їх тихий сплеск; або уявіть собі, що ви пливете на надувному матраці по спокійному басейну або дрімаете в човні, яка тихо похитується на хвилях спокійного озера. Виберіть будь-яку з даних картин і намалюйте її чітко і ясно в своїй уяві. А тепер, починаючи від пальців ніг і рухаючись по напрямку до голови, наказуючи усім м'язам розслабитись. Розслабляйте всі частини вашого тіла в наступному порядку, монотонне: ритмічно промовляючи:

«Розслабляю ступні... Розслабляю пальці ніг... Розслабляю гомілки... Розслабляю коліна... Розслабляю стегна... Розслабляю живіт... Розслабляю груди... Розслабляю руки... Розслабляю кисті рук... Розслабляю пальці... Розслабляю шию... Розслабляю обличчя... Розслабляю щелепи... Розслабляю рот... Розслабляю язик... Розслабляю очі... Розслабляю вії... Розслабляю брови... Розслабляю щоки... Розслабляюсь повністю...»

Дайте можливість розтопитись напрузі. Прислухайтеся до свого дихання: воно повинно бути не глибоким і регулярним. В цей момент ви знаходитеся самі з собою. Зафіксуйте стан ейфорії в момент повного розслаблення.

### **Вправа на саморегуляцію «Найбезпечніше місце в світі» [22]**

**Мета:** сприяє психологічному розвантаженню, зниженню стесового рівня, релаксації.

**Хід вправи.** Сядьте зручніше, заплющте очі, слідкуйте за своїм диханням, нехай воно буде рівним і глибоким. Ваше тіло розслаблене, вам затишно і спокійно. Уявіть, що ви знаходитеся у найбезпечнішому місці у світі, де абсолютно захищені, вам нічого не загрожує. Подивіться уважно навкруги, що ви бачите, де знаходиться це місце, які предмети чи істоти вас оточують, які аромати ви відчуваєте, які звуки чуються..

Усвідомте, що для пошуку і облаштування цього безпечного внутрішнього місця у вашому розпорядженні всі можливі засоби, так, ніби ви можете чаклувати....

Переконайтеся, що ви насправді відчуваєте там безпеку і захист.

Подумайте, як би вам могло там бути зручніше...  
Облаштуйте це місце так, щоб це стало можливим...  
Прислухайтесь до всіх цих відчуттів, для того, щоб побачити, наскільки приємними є відчуття у цьому безпечному місці... Приблизно 2 хв...  
Ви можете завжди, коли цього хочеться, прийти у Ваше внутрішнє місце ... Відчуйте це ще раз і поверніться у приміщення....  
Зафіксуйте у своїй пам'яті ваші відчуття. Посміхніться. Розплющте очі.

### Література

1. Вироби з солоного тіста – хобі для юних скульпторів [Електронний ресурс] // «Пустунчик». Національний інформаційно-розважальний дитячий портал. – Режим доступу до ресурсу: <https://pustunchik.ua/ua/treasure/tools/podelki-iz-plastilina/vyroby-z-solonoho-tista-dlia-yunykh-skulptoriv>.
2. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчукта ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
3. Віскова Т. Формування і розвиток розумових здібностей у дітей молодшого шкільного віку із затримкою фізичного розвитку / Т. Віскова, О. Лесько, С. Решетило, В. Трач // Молода спортивна наука України: зб. наукових праць в галузі фізичної культури та спорту. Вип. 11 – Т. 2. – Львів, 2007. – С. 220-224
4. Войтко В. В. Можливості інклюзивної освіти дітей із затримкою психічного розвитку //Формування готовності педагогічних працівників до роботи з дітьми з особливими потребами в умовах інклюзивного навчання : тематичний збірник праць / упоряд. А. А. Волосюк, Н. А. Басараба, С. С. Козловська; за заг. редакцією А. О. Лавренчука. – Рівне : РОІППО, 2014. – 343 с. Ст 62
5. Вправи на розвиток дрібної моторики рук із ЗПР [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://naurok.com.ua/programa-korekciyno-rozvivaino-roboti-dlya-ditey-molodshogo-shkilnogo-viku-z-zpr-4780.html>.
6. Гарбузов В. И. Практическая психотерапия или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье. / В. И. Гарбузов. – Санкт-Петербург: АО «Сфера», 1994.
7. Граховська С. А. Кінезіологічні вправи в роботі з дітьми з особливими потребами [Електронний ресурс] / С. А. Граховська. – Режим доступу до ресурсу: <https://vseosvita.ua/>

8. Двіжона О. В. Засоби корекції емоційно-почуттєвої сфери дітей та підлітків із дистантних сімей: Навчально-методичний посібник / О. В. Двіжона, М. І. Тютюнник. – Чернівці: Рута, 2006. – 214 с.
9. Дидактична гра «Конструктор емоцій» [Електронний ресурс] // Навчально-методичний кабінет – Режим доступу до ресурсу: <http://pedkopilka.com.ua/igry-konkursy-razvlechenija/razvivayuschie-igry-dlja-doshkolnikov/didakticheskie-igry-dlja-doshkolnikov-konstruktor-yemocii.html>.
10. Дитяча кінезіологія [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.slideshare.net/Natasha5717/ss-32554172>.
11. Діагностика емоційного стану дошкільників [Електронний ресурс]- Режим доступу до ресурсу: [http://pilipenkoalinaemotion.blogspot.com/2016/12/blog-post\\_7.html](http://pilipenkoalinaemotion.blogspot.com/2016/12/blog-post_7.html)
12. Діти із затримкою психічного розвитку та їх навчання [навчальний посібник для педагогів та шкільних психологів] / Т. Д. Ілляшенко, Н. А. Бастун, Т. В. Сак. – К. : ІЗМН, 1997. – 128 с.
13. Духаніна Н. М. Кінезіологічні вправи як метод корекції дітей з особливими освітніми потребами [Електронний ресурс] / Н. М. Духаніна – Режим доступу до ресурсу: <https://vseosvita.ua>.
14. Зелінська К. О. Дослідження розвитку дрібної моторики у дітей молодшого шкільного віку з інтелектуальними вадами / К. О. Зелінська. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія.. – 2013. – С. 83–86.
15. Іваніцька Т. Світ пальчикових ігор - методичний посібник з розвитку дрібної моторики у дітей дошкільного віку [Електронний ресурс] / Т. Іваніцька – Режим доступу до ресурсу: <http://osvitaberezne.rv.ua/attachments/article/510/%D0%A1%D0%B2%D1%96%D1%82%20%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%87%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85%20%D1%96%D0%B3%D0%BE%D1%80.pdf>.
16. Ілляшенко Т. Затримка психічного розвитку дітей: причини виникнення та корекція. Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство: Науково-методичний збірник / Т.Ілляшенко [за ред. Н. Софій, І. Єрмакова] – К. : Контекст, 2000.
17. Ілляшенко Т. Д. Чому їм важко вчитися? Діагностика і корекція труднощів у навчанні молодших школярів / Т. Д. Ілляшенко. – Київ: Вид. «Початкова школа», 2003.

18. Інклюзивна освіта: теорія та практика: навчально-методичний посібник / за заг. ред. С. П. Миронової. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. – 192 с.
19. Камінська О. Розвиток емоційної сфери, пізнавальних психічних процесів. Соціалізація старших дошкільників. Корекційно-розвивальна програма / О. Камінська. // Психолог дошкілля. – 2010.
20. Катаева А. А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников / А. А. Катаева, Е. А. Стребелева. – М.: Просвещение, 1990. – 182 с.
21. Кінезіологічні вправи для дітей з особливими освітніми потребами – [Електронний ресурс] – Режим доступу <https://vseosvita.ua/library/kineziologicni-vpravi-dla-ditej-z-osoblivimi-osvitnimi-potrebami-73153.html>
22. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посіб. / С. О. Богданов, Т. Б. Гніда, В. Г. Панок та ін. – Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. – 208 с.
23. Матюгин И. Ю. Как развить память и внимание вашего ребенка. Книга для детей и их родителей / И. Ю. Матюгин. М. – РИПОЛ классик, 2010. – 112с.
24. Мілютіна К. Психологія сім'ї. Техніки раціонально-інтуїтивної психокорекції / К. Мілютіна. – К: Главник, 2007.
25. Навчальна кінезіологія: проста гімнастика для мозку [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://naurok.com.ua/post/navchalna-kineziologiya-prosta-gimnastika-dlya-mozku>.
26. Нікішина В. Б. Практична психологія в роботі з дітьми із затримкою психічного розвитку : [посібник для психологів і педагогів] / В. Б. Нікішина. – М. : Владос, 2003. – 128 с.
27. Павлій Т. М. Деякі підходи до вивчення і корекції емоційної сфери дітей з затримкою психічного розвитку. / Т. М. Павлій. // Журнал "Дефектологія" № 4. – 2000.
28. Пальчикові ігри для малят [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://child-ua.blogspot.com/2015/01/blog-post.html>
29. Практикум з психології Навчальний посібник / укладачі: Г. М. Дубчак, Н. Г. Рудюк. – Чернівці: Рута, 2006. – 306 с.
30. Роль пальчикових ігор у розвитку мовлення дітей [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: [http://www.bobryk-dnz.kiev.sch.in.ua/metodichna\\_skarbnichka/konsuljtacii\\_dlya\\_batjkiv/](http://www.bobryk-dnz.kiev.sch.in.ua/metodichna_skarbnichka/konsuljtacii_dlya_batjkiv/).

31. Синьов В. М. Корекційна психопедагогіка / В. М. Синьов. – К.: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. – 224 с.
32. Система профілактичних та психокорекційних вправ для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку / за редакцією В. Д. Жукотинської, Н. В. Зюзіної, К. Унгурян, С. М. Комісарової. – Чернівці: Технодрук, 2008. – 88 с.
33. Снисаренко Е. И. Психологические и педагогические особенности интегрированных учеников с задержкой психического развития [Електронний ресурс] / Е. И. Снисаренко // Науковий часопис. Корекційна педагогіка. – 2016. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/16612/1/Tarasun.pdf>.
34. Соколова Ю. Гра з пальчиками. Серія «Божья коровка» / Ю. Соколова. – К: Єксмо, 2003.
35. Топор А. Виховання толерантності як життєвої цінності [Електронний ресурс] / А. Топор – Режим доступу до ресурсу: <http://annapsiholog.blogspot.com/2012/11/blog-post.html>
36. Торопій Г. С. «Тренінгова програма» Ніхто не застрахований від війни, прийми, зрозумій, допоможи» // Ефективні технології розвитку та відновлення стресостійкості/життєстійкості у дітей та дорослих. – Чернівці, 2018. – 179 с.
37. Узорова О. В. Пальчикова гімнастика / О. В. Узорова, О.О. Нефтадова. – К., 2003.
38. Холодович І. А. Вплив кінезіологічних вправ на розвиток мовлення та мислення дітей [Електронний ресурс] / І. А. Холодович – Режим доступу до ресурсу: <https://dnz24.org.ua/post/612>.
39. Чеснокова Л. В. Заняття з логоритміки для дітей із вадами мовлення / Л. В. Чеснокова, О. І. Золотарьов. – Х.: «Основа», 2017. – 42 с.
40. Черноус Н. О. Роль і місце арт-терапії у формуванні комунікативних навичок дітей з особливими потребами / Н. О. Черноус. // Психологія : реальність і перспективи: збірник наукових праць РДГУ. – 2018. – С. 179-180.
41. Шепелева Н. В. Ігри та вправи для дітей із складшощами спілкування [Електронний ресурс] / Н. В. Шепелева. – Режим доступу до ресурсу: <https://mylektsii.ru/11-101461.html>.
42. Шоплер Э. Поддержка аутичных и отстающих в развитии детей. Сборник упражнений для специалистов и родителей / Э. Шоплер, М. Ланзид, Л. Ватерс., 1997. – 86 с.

#### **IV. ТЕХНОЛОГІЇ ІГРОВОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ**

Інтерес до ігрової діяльності як надзвичайно важливого аспекту в житті дитини (а втім, і дорослого) в даний час є звичним, про що свідчить розвиток методів ігрової терапії.

Психологія ігрової діяльності стала предметом наукового осмислення порівняно недавно. Протягом тривалого часу гра розглядалася, в основному, або як спосіб зайнятості дитини і виходу його енергії, або як інструмент передачі релігійного і культурного досвіду. Лише на рубежі XIX і XX ст. психологія починає усвідомлювати розвиваючі, гармонізуючі і зцілюючі можливості ігор; вони визнаються засобом освоєння дитиною соціальних ролей та розкриття її внутрішнього світу [1, с. 13].

Роботи Піаже аж до теперішнього часу широко використовуються для обґрунтування практики ігрової терапії. Він одним з перших підкреслив важливість збереження вербального контакту з дитиною в процесі гри.

Піаже описав деякі загальні ознаки ігрової діяльності. З них можна виділити чотири основних:

- а) гра приємна, так як зазвичай позитивно сприймається її учасниками;
- б) гра протікає спонтанно і передбачає наявність в учасників внутрішньої мотивації;
- в) гра вимагає високої гнучкості психічних процесів і рольової пластичності;
- г) гра є природнім наслідком фізичного і інтелектуального розвитку дитини [1, с. 16].

Дотримуючись принципів клієнто-центрованого підходу, Екслейн по-новому визначає роль психотерапевта, який використовує ігрові методи, і виділяє вісім основних принципів його роботи:

- 1) встановлювати з дитиною тісні, дружні відносини; це необхідно для формування гарного рапорту;
- 2) приймати дитину такою, якою вона є;
- 3) прагнути зберегти атмосферу терпимості, щоб дитина відчувала себе вільно і могла, не соромлячись, висловлювати свої почуття;
- 4) розпізнавати почуття дитини і відображати їх вербальними прийомами, щоб дитина вчилася усвідомлювати свої переживання;
- 5) поважати здатність дитини самостійно вирішувати свої проблеми і робити свій власний вибір;
- 6) уникати будь-якого впливу на дії і висловлювання дитини; дитина повинна бути «провідником», а психотерапевт - «веденим»;
- 7) не квапити психотерапевтичний процес;
- 8) накладати мінімальні обмеження на діяльність дитини для того, щоб допомогти їй співвідносити гру з реальністю і сформувати в неї почуття відповідальності [2].

Форми і варіанти ігрової терапії визначаються особливостями конкретної дитини або групи дітей, специфічними завданнями роботи і її тривалістю. Ігрові методи можуть застосовуватися:

з цілі надання первинної психологічної допомоги та інтерв'ювання (оцінки);  
в процесі короткострокової психотерапії;  
в процесі довгострокового реконструктивного психотерапевтичного впливу.

У багатьох випадках гра виступає в якості провідного методу реконструктивного лікувально-корекційного впливу (як, наприклад, при наявності у дитини емоційних і поведінкових порушень невротичного характеру); в інших випадках – як допоміжний метод, що дозволяє стимулювати дитину, розвинути його сенсорно-моторні навички, знизити емоційну напругу і ступінь соціальної депривації (наприклад, в разі розумової відсталості, аутизму, психічних захворювань, занедбаності і т. д.) . Можливе, застосування ігрових методів переважно в якості психопрофілактичних, розвиваючих засобів[1, с. 19].

Арсенал описаних вправ і технік надзвичайно різноманітний. Всі техніки можуть бути використані в індивідуальній та груповій роботі з різними дітьми. Психотерапевт (психолог або інший фахівець) може вибрати з великого набору методик і вправ ті, які в найбільшій мірі відповідають умовам і завданням його роботи, найкращим чином відповідають індивідуальності дитини[1, с. 9].

В розділі запропоновано «калейдоскоп» творчих ідей і «технологічних» інновацій, які можуть бути застосовані в різних обставинах для вирішення широкого кола завдань [1, с. 11].

#### 4.1. Техніка «Лінія посередині листка» [1, с. 123-126]

(Долорес Коніерс)

Техніка «Лінія посередині листка» дозволяє досить нетравматичним для дитини способом звернутися до його найбільш болючих тем. Коли діти бачать, що лист розділений вертикальною лінією навпіл і одна з половин має назву «погане», а інша – «добре», багато хто з них починають зацікавлено працювати. Дана техніка дозволяє дитині поглянути на ситуацію в цілому, і багатьом дітям вдається більш-менш успішно врівноважити обидві сторони таблиці. Такий результат можна визнати свідченням виникнення відносно здорової системи оцінок, в порівнянні з тією, яка спиралася лише на негативні сторони ситуації.

**Опис техніки.** Для роботи необхідно мати папір і простий олівець. Непогано заpastися папером різного розміру і кольорів, лінійкою, маркерами, крейдою, ножицями, картинками і клеєм.

Одна дитина, використовуючи дану техніку, складає, наприклад, наведений нижче перелік «хороших» і «поганих» речей. Включаючи в нього ситуації, в яких вона відчуває щастя чи горе, а також приклади поганої і хорошої поведінки свого батька.

Таблиця 4.1

Хороше	Погане
Ельфи, квіти Подарунки на день народження Мама і тато	Шторми і буревії Ніч, темрява, привиди Страхи

Я

Таблиця 4.2

Щастя	Горе
Здоровий Граю м'чем Отримав хорошу оцінку	Хворий Зламав ногу Оримав погану оцінку

ТАТО

Таблиця 4.3

Хороше	Погане
Отримав мій велосипед Взяв мене на футбол Жартує	Кричить на мене П'є дуже багато пива Розкидає речі

До того ж, запропонована техніка дозволяє встановити контакт з дитиною, оцінити і обговорити проблеми, її можна періодично використовувати з метою



оцінки результатів психотерапевтичного супроводу, тобто здійснювати оцінку поганого і хорошого, щодо окремої ситуації повторно, через деякий час (3-7 місяців), в процесі роботи.

Техніка «Лінія посередині листка» допомагає розібратися в проблемах дитини, а їй самій, у міру того як вона намагалася врівноважити праву і ліву сторони таблиці, - природним для себе чином позначити деякі цілі.

Крім того, завдяки їй дитина може сфокусувати свою увагу на певних темах. Ця властивість техніки може бути особливо корисно в роботі з гіперактивними дітьми.

Крім того, техніка «Лінія посеред листка» може бути корисна для роботи з дітьми, що мають проблеми з концентрацією уваги, комунікативними навичками та розвиватиме в них контроль над власною поведінкою.

#### **4.2. Техніка «Каракулі» [1, с. 145-148]**

##### **(Леслі Лоуї)**

Дана арт-терапевтична техніка може використовуватися по-різному. Методика активізує творчу уяву і групове взаємодію, викликала у дітей великий інтерес і сприяла їхньому зближенню в нових для них умовах групової психотерапії, настільки відмінних від шкільних уроків малювання. Техніка каракулей використовується як з діагностичною, так і з психотерапевтичною метою в самих різних обставинах, починаючи з лікарні і закінчуючи приватною практикою, як в індивідуальній, так і груповій роботі.

Техніка каракулей завжди була цінною методикою психотерапії. Отримані малюнки нікого не залишають байдужими. Цю техніку можна використовувати як інструмент розвитку цінних соціальних якостей (терпіння, уважності і ін.), а також для підвищення самооцінки. Іноді її застосування дозволяє клієнту і членам його сім'ї краще пізнати один одного. Психологи можуть скористатися нею з метою зближення членів сім'ї, формування у них шанобливого ставлення один до одного і створення атмосфери творчості в ході спільної діяльності.

**Показання та рекомендації до застосування.** Техніка каракулей може застосовуватися в роботі з гіперактивними дітьми, з дисфункціональними сім'ями, в яких люди ставляться один до одного неповажливо і не вміють працювати спільно, з особами з посттравматичним стресовим розладом і іншими симптомами, що з'явилися внаслідок перенесеної психічної травми.

Цілі застосування цієї техніки:

- підвищення самооцінки;
- розвиток здатності до концентрації уваги;
- формування навичок шанобливого ставлення до проявів ініціативи з боку інших людей;

- розвиток терплячості;
- прищеплення навичок участі в спокійних видах діяльності;
- створення умов для спільної творчої роботи членів сім'ї.

**Опис техніки.** Техніку каракулей можна використовувати в роботі з дітьми чотирьох років і старше як при індивідуальному контакті, так і в сімейної психотерапії. На роботу, як правило, йде від 15 до 30 хвилин.

Матеріали, які використовуються: крейда, фломастери, папір. При груповій роботі доцільно покласти аркуш паперу на підлогу, щоб учасники групи могли розташуватися навколо.

Техніка, допомагає коли вже встановлено психотерапевтичний контакт. Чим молодша дитина, тим важливіше стає залучення її родичів в процес ігрової терапії. У деяких випадках техніку каракулем використовують для встановлення первинного контакту з дитиною.

Робота проходить у кілька етапів.

*Етап перший.* Психолог питає в дитини, чи не хотіла б вона пограти з малюнком, і пояснює, що це заняття передбачає взаємну допомогу в створенні малюнка на основі каракулей. Оскільки малювати каракулі просто, навіть маленькі діти охоче погоджуються взяти участь в грі. Вона не вимагає наявності художніх здібностей чи навичок.

*Етап другий.* Психолог кладе на стіл аркуш паперу і запрошую дитини (або учасників групи) сісти поруч. Таким чином всі опиняються в рівних умовах. Психолог просить дитини або учасників групи вибрати одну крейду (олівець, фломастер і т. д.). Двоє людей не можуть використовувати однаковий колір.

*Етап третій.* Психолог просить дитини (учасників групи) швидко намалювати на аркуші каракулі – безладні, безперервні лінії. Якщо діти проявляють нерішучість, починає першим. Не варто намагатись створити образ і потрібно зайняти вичікувальну позицію, надаючи можливість клієнту чи учасникам групи потім діяти самостійно.

*Етап четвертий.* Клієнт або найближчий від психолога учасник групи, виходячи з власних уявлень, намагається домалювати створені каракулі. Він має право будь-яким чином повернути лист. Треба стежити за тим, щоб кожен, малюючи в порядку черги, вносив в малюнок лише мінімальні доповнення, – тоді всі візьмуть участь у створенні закінченої композиції по кілька разів.

*Етап п'ятий.* Подорож малюнка з рук в руки триває до тих пір, поки кожен не вирішить, що йому більше нічого до нього домалювати. У міру того як формуються образи, діти починають на них реагувати, іноді - жартувати. Нерідко картина являє собою безладне переплетення ліній. Завжди важливо,

уникати критичних оцінок, підкреслити внесок кожного. Треба також стежити, щоб ніхто не намагався стерти намальоване іншим, проте додавав нових елементів до вже створеного можливо.

*Етап шостий.* Коли малюнок закінчено, психолог може або обмежитися похвалою за отриманий результат і сказати що-небудь хороше про сам процес творчості, або перейти відразу до сьомого етапу, який передбачає обговорення того, що клієнт чи учасники групи бачать на малюнку. Таке обговорення може сказати дуже багато про особливості кожного і про те, як люди взаємодіють один з одним. Психотерапевту необхідно створити атмосферу взаємної терпимості і довіри. Деякі можливі моменти роботи, що підлягають обговоренню, позначені нижче.

1. Відзначається чи є на малюнку переважання одного кольору (що, в разі використання цієї техніки в роботі з членами сім'ї, може вказати на домінуючу роль тієї чи іншої людини і цільових перевірок доцільність її модифікації).

2. Чи можна побачити будь-які сюжети або образи, які висвітлюють настрій учасників групи і взаємини в сім'ї.

3. Що принесла в колективну діяльність дитина (кожен учасник групи), і як її праця вплинула на хід і результат спільної роботи. Звертаючи на це увагу інших членів сім'ї або членів групи, можна навчити їх бути більш уважними і толерантними один до одного.

*Етап сьомий* (його можна використовувати або в якості альтернативи попередньому, або в якості доповнення до нього). Запитайте клієнта (одного з учасників групи), що може відбуватися в малюнку, який його сюжет. Запропонуйте на основі цього придумати якусь історію. Через кілька секунд «естафету» розповіді може взяти інша дитина, т. д., до тих пір, поки група не дійде згоди щодо завершення розповіді. Попросіть всіх назвати основну тему розповіді.

Якщо учасники групи виявляють нерішучість, психолог може почати розповідь і запропонувати кому-небудь її продовжити.

Іноді психолог може, через деякий час показавши малюнок учасникам групи або членам сім'ї, запропонувати їм продовжити над ним роботу. В інших випадках дозволяє взяти малюнок додому. Образи і теми, що проявилися при використанні техніки каракулей, настільки ж інформативні і значущі в роботі психотерапевта, як і при грі з пісочницею.

### **4.3. Техніка «Чарівний килим» [1, с. 250-252] (Долорес Конієрс)**

Техніка «Чарівний килим» може бути рекомендована для роботи з дітьми як один з інструментів ігрової терапії. Вона найбільш корисна в разі, якщо на початку заняття дитина відчуває невпевненість. Батьки можуть застосовувати її в домашніх умовах для того, щоб зайняти дитину з синдромом гіперактивного поведінки і порушеннями уваги.

**Опис техніки.** У кабінеті психолога, поряд з великим набором іграшок, може бути красивий килим з бахромою. Багато дітей не звернуть на нього особливої уваги, однак для деяких він стає дуже важливим предметом і сприймається дійсно як «чарівний». Виступаючи в цій ролі, він перетворюється для них в місце, куди вони можуть «сховатись». Завдяки йому вони можуть «переміщатися» в нові світи і країни.

Іноді килим виявляється для дитини «засобом пересування» (наприклад, автомобілем), «кімнатою», «нежилим островом», «замком» і т. д.

В ігровій кімнаті може бути відразу кілька різних килимків, які стеляться в разі потреби. Дитина може користуватися ними для того, щоб позначити «будинок», «центр розваг», «школу» або «лікарню». У разі розлучення батьків один килимок може символізувати будинок, в якому дитина живе з матір'ю, а інший – будинок батька. Іноді діти використовують килимки, щоб позначити різні кімнати в одному будинку. За допомогою іграшок та інших предметів вони зображують меблі і мешканців будинку. Одна дитина, наприклад, використовував килим для позначення дідового будинку, а ще один блакитний килимок символізував розташований поруч ставок. З урахуванням того, що дитина може травмуватися, перебігаючи або перестрибуючи з одного килимка на інший, важливо, щоб вони не ковзали.

Іноді килимок, розташований біля порога, може символізувати «перехід» в обстановку ігрової кімнати. Для гіперактивних і тривожних дітей може бути дуже корисно сісти на килимок на 5-10 хвилин, щоб він міг «перевезти» їх в кімнату і дати їм можливість налаштуватися на спілкування з психотерапевтом. Коли дитина знаходиться на килимку, її можна чимось пригостити або зайняти будь-якою короткою і цікавою справою.

**Показання та рекомендації до застосування.** Інший варіант техніки «Чарівний килим» призначається для використання батьками в домашніх умовах. Його доцільно застосовувати з гіперактивними дітьми від одного до трьох разів на день в спеціально відведений час. Батьки розстеляють маленький килимок, сідають на нього разом з дитиною і читають йому книжку, яку дитина вибирає сама (з дітьми молодшого віку батьки можуть грати на килимку). Вправа займає від п'яти до п'ятнадцяти хвилин, в залежності від віку дитини. Дитина самостійно або за участю дорослих може, сидячи на килимку, грати в «Пазл», але це заняття краще не обмежувати в часі – його тривалість

повинна визначатися складанням картинки. При використанні техніки «Чарівний килим» необхідно дотримуватися простих умов. Не треба застосовувати килимок з будь-якою іншою метою. Якщо дитина «їде» разом з дорослим, ніхто з них не повинен йти з килимка завчасно або до тих пір, поки завдання не буде вирішено. «Поїздки» і інші види ігор ніколи не повинні бути пов'язані з покаранням і завжди повинні викликати у дитини позитивні асоціації.

Гра на килимку зазвичай приносить дитині задоволення і дозволяє зайняти її корисною справою. Максимум за чверть години вона може успішно впоратися з будь-яким нескладним завданням.

#### **4.4. Техніка «Сердиті кульки» [1, с. 270-273]**

##### **(Теммі Хорн)**

Техніка рекомендована для дітей дошкільного і молодшого шкільного віку, що мали серйозні емоційні порушення. Однією з найбільш важких проблем є нездатність виражати почуття роздратування і гніву належним чином. Працюючи з такими дітьми індивідуально і в групі, потрібно навчити їх розуміти і адекватно відтворювати ці почуття.

Зазвичай дитині складно зрозуміти, що переживання почуттів роздратування і гніву – явище нормальне і цілком припустиме, хоча ламати речі і накидатися на інших людей не можна. Роздратування і гнів зовсім не обов'язково пов'язувати лише з проявами агресивної поведінки. Дітям пропонується уявити, ніби повітрянна кулька – це тіло, в якому накопичилося сильне роздратування. Так у них формується зоровий образ даних почуттів.

В даний час підвищена дратівливість і агресивність властиві дуже багатьом дітям, незалежно від їх віку та соціального становища сімей. Сучасним дітям постійно стикаються з насильством, смертю, розлученнями і недостатньою увагою до їхніх проблем з боку батьків, які змушені більшу частину часу віддавати роботі. Слід додати, що в багатьох випадках діти не відчують себе досить захищеними в середовищі, в якому знаходяться. Хоча почуття роздратування і гніву являють нормальними проявами психічного життя людини, дітям важко усвідомити цей факт і навчитися виражати негативні емоції належним чином. Важливим завданням діяльності психолога є розвиток емоційної сфери дитини, зокрема навчання її адекватним способам вираження власних почуттів. Техніка «Роздратовані кульки» допомагає дитині висловити і зрозуміти свої переживання. Б'ючи по кулькам та протикаючи їх, дитина може побачити, відчути і навіть «почути» роздратування і гнів і тим самим краще усвідомити їх природу і сенс.

**Показання та рекомендації до застосування.** Описана вправа можна використовувати в роботі з агресивними, імпульсивними, гіперактивними дітьми, з тими, хто погано контролює прояви своїх почуттів. Її можна застосовувати з сором'язливими дітьми, які рідко відкрито висловлюють свої почуття невдоволення і роздратування і схильні «тримати» їх в собі. Однак, якщо ця вправа виконується в групі і такі діти соромляться її робити, можна запропонувати їм спочатку побути в ролі спостерігачів і приєднатися до решти лише з другого заходу.

Техніка «Роздратовані кульки» викликає у дітей великий інтерес і радість; вони із задоволенням стрибають на кульки і потім погоджуються з тим, що їм трохи страшно, коли кульки вибухають, а шматки гуми розлітаються в різні боки. Завдяки цій вправі діти можуть усвідомити різні способи вираження своїх почуттів гніву й роздратування, зокрема ті, які не пов'язані з травматизацією і псуванням предметів.

**Опис техніки.** Дана техніка допомагає дитині зрозуміти, яким чином в людині «накопичується» гнів і як він потім, вириваючись назовню, може травмувати оточуючих, та й саму людину. Дитина може побачити і те, як можна висловлювати це почуття більш безпечним, «дозованим» чином. Техніка «Роздратовані кульки» базується на прийомах когнітивно-біхевіорального підходу, і її застосування допускається як в індивідуальній, так і в груповій роботі.

Для роботи потрібні повітряні кульки. Нижче описані основні етапи виконання даної вправи.

1. Попросіть кожну дитину (при груповій роботі) надути кульку і зав'язати її (якщо хтось не може, йому можна допомогти).

а) Поясніть дітям, що кулька може символізувати тіло, а повітря, яке знаходиться в ній – почуття роздратування і гніву.

б) Запитайте дітей (після того, як вони зав'яжуть кульки), чи може зараз повітря входити в кульку і виходити з нього, і що трапляється, коли ці почуття переповнюють людину. А якщо людина переживає роздратування і гнів, чи може вона залишатися спокійною і мислити «тверезо»?

2. Запропонуйте дітям стрибнути на кульку, щоб вона вибухнула.

а) Запитайте їх, чи можна такий спосіб вираження гніву розглядати як цілком безпечний, а якщо ні, то чому. Деякі діти лякаються, коли кульки вибухають. Обговоріть з ними, що може означати цей страх.

б) Поясніть дітям, що якщо кулька – це людина, то вибух кульки може означати будь-який агресивний вчинок, наприклад напад на іншу людину і т.д. Запитайте їх, чи можна вважати такий спосіб вираження гніву «безпечним».

3. Запропонуйте дітям надути ще одну кульку. На цей раз вони не повинні її зав'язувати; вони лише міцно тримають кульки, не даючи повітрю виходити назовню. Кульки і раніше символізують людину, а повітря всередині неї – почуття роздратування і гніву.

4. Запропонуйте дитині випустити з кульки трохи повітря і потім знову міцно його затиснути.

а) Зверніть увагу дітей на те, що кулька зменшилася. «Вибухнула вона, коли ви випустили з неї повітря? Чи можна такий спосіб вираження почуття гніву вважати більш безпечним? Чи залишилася в результаті цього кульку цілою?» Слід підкреслити той факт, що кулька залишилася цілою і неушкодженою, не вибухнула і нікого не налякала. Подібним же чином, коли ми висловлюємо гнів контрольованим способом, він нікому не завдасть шкоди.

### **«Ніжки тупнули, а кульки луснули» (Кети Вандерліх) [1, с. 300-302]**

Дана техніка призначена для роботи з молодшими школярами, схильними до прояву агресії щодо однолітків. Використання даної техніки дозволяє дитині переконатися в тому, що образа і злість - цілком нормальні явища. «Ненормальним» можна вважати лише певні форми зовнішнього вираження цих почуттів. Вправи «Ноги тупають» і «Кульки лускають» дозволяють дитині в безпечних умовах і соціально прийнятним чином висловити сильні негативні емоції і тим самим зняти психічну напругу. Замість закликів «тримати себе в руках» дитині пропонуються певні способи емоційного реагування. Завдяки їх освоєнню вона може, не травмуючи себе і оточуючих, впоратися зі станом емоційної напруги.

**Показання та рекомендації до застосування.** Психолог використовує вправи «Ноги тупають» і «Кульки лускають» в роботі з дітьми, схильними до бурхливих проявів почуттів гніву і агресії. Вправа «Ноги тупають» виявляється дуже корисним для молодших школярів. «Кульки» ж застосовують з дітьми як молодших, так і старших класів

**Опис техніки.** Для вправи «Ноги тупають» на картоні необхідно намалювати контури дитячих ступень, злегка розставлених носками назовні.

Потім дитині пропонується розфарбувати ці сліди будь-яким вподобаним йому чином. Психолог пояснює, наскільки важливо навчитися давати вихід почуттям роздратування і злості, щоб вони не заважали продовжувати займатися іграми чи іншою справою. Кращий спосіб дати їм вихід - це тупнути щосили ногою поруч з малюнком, що зображує сліди. Тоді дитина зрозуміє, що ці почуття «вийшли» з неї, не тільки по тому, що відчуємо себе краще, але і по тому, що її стопи стануть гарячими - вірний знак того, що

вдалося позбутися від злості. Далі варто починати топати (добре мати під рукою змінне спортивне взуття). Коли або психолог, або дитина на секунду зупиняється, варто запитати дитини, чи не відчуває вона тепло в стопах. Якщо каже, що ще немає, то це висновок того, що тупотіли недостатньо сильно, і потрібно продовжити. Зрештою дитина скаже, що її стопам стало тепло. Іноді цей момент може бути драматичним. Коли дитина визнає, що стопи потеплішали, треба запитати, чи відчуває вона, що злість «вийшла» через ступні назовні і як взагалі тепер почувається (нерідко треба запропонувати ще більше заспокоїтися, зробивши кілька глибоких вдихів і видихів).

Потім психолог просить намалювати розсерджене обличчя нагорі слідів і щасливе обличчя – у низу. Треба запропонувати дитині скористатися цією вправою, коли вона відчує, що сильно розлютилася, і топати до тих пір, поки на обличчі не з'явиться щаслива посмішка. Хорошою ідеєю є створення в класних кімнатах спеціальних «куточків для тупання» - для зняття напруження, злості учнів, які мають в цьому потребу.

Вправа «Кульки лускають» - ще один спосіб контролю над почуттями роздратування і гніву. Він застосовується в тих випадках, минулу вправу неможливо використовувати внаслідок шуму, який вона створює. Психолог пропонує дитині звільнитися від накопиченої злості, стискаючи і «підриваючи» десять кульок. Далі пропонує відчути, як роздратування і злість виходять через великий і вказівний пальці, коли вона сильно стискає ними кульку. Якщо повітряну кульку стискати і стискати, в певний момент вона лусне.

Зазвичай десяти кульок буває досить для того, щоб роздратування і злість «вийшли» назовню. Іноді вистачає і меншої кількості, але сильно розсердженій дитині може знадобитися більше десятка. Зазвичай, психолог кажу своєму клієнтові, що злість, «виходячи» з кульки, «розсіюється» в повітрі в момент вибуху, і дитина заспокоюється.

Як правило, після виконання описаних вправ, коли дитина вже заспокоїлася, запитують, що її так розлютило. Якщо необхідно, треба повторити вправу.

Психологи рекомендують ці вправи батькам для домашнього використання.

Їх з успіхом застосовують і вчителі.

#### **4.6. Техніка «Опудало» [1, с. 329-331]**

##### **(Мері Мей Шмідт)**

Вправа «Опудало» призначене для зняття стресу. Опудало - це м'яка гумова іграшка. Якщо її стиснути, то очі, вуха і ніс висуваються назовні. У магазинах можна знайти чимало іграшок такого роду.



Діти переживають стрес так само, як і дорослі, але, на відміну від них, не вміють ідентифікувати стан стресу і не розуміють його причин. Тому їм буває важко впоратися з цим станом. Вправа «Опудало» заснована на використанні прийомів прогресивної м'язової релаксації, що полягає в почерговому напрузі і розслабленні різних м'язових груп і веде до зміни гемодинаміки, підвищення рівня кисню в організмі і нормалізації обміну речовин. Крім того, в результаті розслаблення м'язів людина може краще сконцентруватися на вирішенні проблем і навіть змінити своє ставлення до причин стресу.

**Опис техніки.** Психотерапевт має приділяти особливу увагу обговоренню тем, порушених дитиною в процесі стимулювання ігрової діяльності і які стосуються «страшних» думок або образів, «страшної» ситуації. Дуже важливо оцінити характер переживань дитини, перш ніж пропонувати їй дану вправу. Оскільки, стискання гумової іграшки може бути сприйнято дитиною як насмішка над її почуттями. Після попереднього обговорення переживань дитини психолог дає їй гумове «Опудало» і пропонує стиснути. Пояснює, що всі «скупчені» в голові дитини «страшні» думки і почуття потрібно «видавити». Під час «видавлювання» вони з голови «Опудала» спочатку потрапляють в шию, потім в груди і плечі і далі проходять через руки або потрапляють в живіт. Група спостерігає за тим, хто і як стискає «Опудало». Те, що дитина, стискаючи іграшку, раптом почервоніє, є для інших дітей вірним знаком його великих зусиль, тому треба за це похвалити. Комусь одному психолог пропонує лічити вголос до десяти. Дитина утримує іграшку в стислом стані, поки інший не закінчить рахунок, потім відпускає «Опудало», розслабляється і починає глибоко дихати. Вправа повторюється три рази. В ході її виконання інші учасники групи спостерігають і хвалять дитину за поліпшення результатів при кожній новій спробі.

Якщо дитина дозволить, психолог може, підійти до неї зі спини, злегка взяти за плечі. У цьому випадку дитині пояснюється, що за ступенем напруги м'язів плечового пояса психолог зможе відразу визначити, наскільки сильно він стискає іграшку. Таким чином в групі створюється атмосфера азарту. Після трьох спроб дитина говорить про те, як тепер себе почуває. Чи відчуває тепер себе спокійніше? Чи відчуває тепло в м'язах? Що сталося завдяки рахунку?

Залежно від віку та індивідуальних особливостей дітей, їм можна додатково розповісти про те, як зміст думок людини впливає на її стан. Наприклад, при стисканні «Опудала» дитина може вселяти себе: «Я це можу, я це можу!» Коли діти вже досить добре освоїли вправу, їм можна запропонувати робити її вдома чи в інших обставинах. Так, наприклад, дитина,

навіть сидячи на уроці, без праці може по кілька разів поспіль стискати і розтискати кулак, і т.д., напружувати і розслабляти м'язи руки.

**Показання та рекомендації до застосування.** Пропонована вправа дає хороші результати в роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Вони з цікавістю вчать тому, як можна володіти своїми почуттями. У сприятливій атмосфері групової роботи сором'язливі діти стають більш розкутими, а агресивні знаходять можливість для вираження почуттів роздратування і злості та починають вести себе більш спокійно.

#### **4.7. Техніка «Центр почуттів» [1, с. 397-401]**

**(Хелен Бенедикт)**

Техніка «Центр почуттів» може використовуватися в ігровій терапії неслухняних, гіперактивних дітей молодшого шкільного віку. Вона дозволяє їм краще контролювати прояви своїх почуттів і підвищувати самооцінку. Поліпшення поведінки позитивно позначається на процесі психологічної допомоги. Психологи можуть використовувати цю техніку для попередження занадто бурхливих емоційних проявів у деяких дітей і навчання їх більш адекватним способам вираження своїх переживань.

Емоційні та поведінкові порушення в даний час характерні для багатьох дітей молодшого шкільного віку. Оскільки емоційна сфера у дітей цього віку ще незріла і вони не володіють відповідними навичками вираження своїх почуттів, в стресових ситуаціях у них нерідко мають місце неадекватні емоційні реакції. Оскільки емоційні і поведінкові порушення часто ускладнюються поганою успішністю дитини, використання даної техніки дозволяє не тільки зняти або попередити прояви дистресу, але і поліпшити показники в навчанні.

Багато порушень поведінки у дітей молодшого шкільного віку є зовнішнім проявом пережитих ними почуттів образи, депресії, тривоги і зниженою самооцінкою. Так, наприклад, порушення емоційного контакту дитини з батьками супроводжуються проявами протестної некерованої поведінки. Діти, чий батьки розлучилися або розлучаються, схильні до агресії і бурхливих емоційних реакцій. Тісний зв'язок існує між агресивністю дитини і її депресивними переживаннями. Часто такі діти, отримавши в школі погану оцінку, починають вважати себе «поганими» і «знедоленими». Формування спотвореної, заниженої самооцінки замикає «порочне коло». Використання техніки «Центр почуттів» дозволяє його «розірвати» і навчити дитину більш адекватним способам вираження своїх переживань.

**Показання та рекомендації до застосування.** Техніка «Центр почуттів» є ефективним засобом роботи з дітьми дошкільного і молодшого

шкільного віку, що мають емоційні і поведінкові порушення. Вона сприятливо відбивається на дітях, які перебувають в стані стресу (в зв'язку з переїздом, народженням брата або сестри, розлученні чи конфліктах батьків і т.д.), проявляє заспокійливий ефект для них.

Багато агресивних дітей можуть успішно користуватися «Центром почуттів», даючи вихід злості і роздратуванню. Для дітей з більш серйозними розладами, що займаються ігровою терапією в індивідуальному порядку, використання «Центру почуттів» дає можливість продовжити навчання і попередити ускладнення в поведінці.

Всякий раз займаючись в «Центрі почуттів», дитина переконується в тому, що в сильних емоціях немає нічого поганого. Отримуючи підтримку від психолога під час виконання вправи «Центру почуттів» і розвиваючи навички самоконтролю, діти усвідомлюють, що вони зовсім не «погані», а такі ж, як всі інші хлопчики і дівчатка.

**Опис техніки.** Техніка «Центр почуттів» може бути використана у навчальних кімнатах для дітей дошкільного і шкільного віку, де знаходяться різні конструктори, полиці з книгами та інші ігри. Предмети, необхідні для «Центру почуттів», можуть перебувати в цьому ж приміщенні але по можливості на віддалі від решти простору. Серед предметів повинні бути такі, які дозволяють дитині відтворити свої почуття: наприклад, на стінах можуть розташовуватися картинки-постери з зображеннями дітей у різних станах; повинні бути доступні книжки-розмальовки, при використанні яких дитина шляхом підбору кольорів зможе передавати різні почуття (роздратування, образи, щастя і т. д.). Для відтворення смутку необхідно мати кілька великих подушок і пару м'яких іграшок у вигляді дитинчат тварин. Для вираження злості повинна бути спеціальна папка або набір щільних аркушів паперу, на яких дитина може малювати каракулі, а потім м'яти папір і викидати у відро для сміття. З цією ж метою дитина може використаний, деякі м'які іграшки і подушки «для биття». Хоча багато дітей, переживаючи роздратування, вважають за краще використовувати ці предмети, деяким більше подобається бити іграшковим молотком. Однак шум від ударів може дратувати інших дітей. Тому вдаватися до цього засобу можна лише в умовах гарної звукоізоляції.

Психолог, що працює спільно з педагогом, може обережно запропонувати дітям скористатися «Центром почуттів». Найкраще це зробити під час читання присвячених почуттям книг, використовуваних на спеціальних заняттях з дітьми цього віку. Зазвичай читання супроводжується обговоренням «складних» почуттів і того, що людині найкраще робити, коли вона їх переживає. Психолог показує дітям «Центр почуттів» і пояснює, як

можна користуватися наявними там предметами, а потім в порядку експерименту по черзі дає кожному можливість скористатися цими речами.

Обов'язковою умовою використання «Центру почуттів» є знаходження в ньому за один раз лише однієї дитини. Діти приходять туди, коли відчують в цьому потребу. Психолог або педагог можуть рекомендувати тій чи іншій дитині відвідати «Центр почуттів», коли вони бачать, що її переповнюють переживання. У дітей повинні формуватися позитивні асоціації з «Центром почуттів», і він не повинні перебувати в безпосередній близькості до місць їх відпочинку. Завдання полягає в тому, щоб прищепити дітям звичку користуватися «Центром почуттів» для уникнення прояву сильних емоцій в неконтрольованою і небезпечною для оточуючих і самої дитини поведінкою. Психолог і педагог повинні заохочувати тих дітей, які успішно користуються «Центром почуттів». Якщо спочатку «Центром почуттів» користуються всього одна-дві дитини, то через деякий час він стає місцем тяжіння для великого числа дітей, що позитивно позначається на загальній атмосфері в класі.

### **Література**

1. Кэдьусон Х. Практикум по игровой психотерапии / Х. Кэдьусон, Ч. Шефер. – Спб: Питер, 2000. – 416 с.
2. Axline V. Play therapy / V. Axline. - New York: Ballantine, 1969

## **V. ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ БАТЬКІВ, ПЕДАГОГІВ**

В умовах сьогодення, у відповідності до рівня розвитку європейського суспільства, розвиток сучасної корекційної педагогіки та психології характеризується пошуком нових шляхів соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами. Беззаперечним є факт, що успіхів у соціалізації дитини з особливими освітніми потребами може бути досягнуто лише за активної участі в цьому процесі сім'ї. Саме тому, проблема інтеграції в соціум, підвищення якості життя дітей з особливими освітніми потребами та їх сімей завжди була і залишається актуальною.

Соціально-педагогічний супровід сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами є важливим напрямком роботи працівників психологічної служби освітнього закладу, оскільки від батьків та їх внеску в процес виховання та навчання залежить повноцінний розвиток дітей з особливими потребами та їх адаптація в шкільному середовищі.

### **5.1. Методики та технології проведення соціально-педагогічного супроводу та психологічної підтримки сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами**

Працюючи з батьками, які виховують дітей з особливими освітніми потребами свою роботу потрібно спрямувати на вирішення таких завдань:

- формування адекватних взаємостосунків між батьками, іншими членами сім'ї та дитиною з ООП;
- допомога дорослим у створенні комфортної сімейної атмосфери для дитини;
- інформування батьків про потенційні можливості дитини, її перспективи у різних аспектах життя;
- створення умов для активної участі батьків у вихованні та навчанні дитини;
- навчання батьків прийомам організації навчальної діяльності дитини;
- підвищення рівня психічного здоров'я самих батьків.

Робота з батьками в рамках інклюзивної освіти організовується у двох напрямках:

1. Робота з усіма батьками дітей, що навчаються у класі.

2. Психологічна підтримка батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Робота з батьками дітей з особливими освітніми потребами має проводитися у три етапи: підготовчий, основний, рефлексивний. На

підготовчому етапі встановлюється контакт із родиною та проводиться первинна діагностика, вивчення членів сім'ї. Основний етап охоплює проведення індивідуальних і групових консультацій, психологічних тренінгів, круглих столів та відкритих заходів закладу освіти за участю їх дітей. Рефлексивний етап може здійснюватися після кожного семестру або року навчання дитини в школі з метою подальшого коригування напрямів психолого-педагогічного супроводу сім'ї [8].

Вибір можливих форм і видів роботи залежить від багатьох чинників: життєвої компетенції батьків, їхнього соціального та освітнього рівня, бажання співпрацювати.

Батькам необхідно долучатися до процесу навчання та виховання з перших шкільних днів дитини, це дозволить не тільки скорегувати наявні порушення в розвитку дитини, але і попередити появу вторинних порушень.

На *підготовчому етапі* можна використовувати такі напрями діяльності як:

- діагностика рівня розвитку дітей: виявлення індивідуальних особливостей психічного, фізичного, інтелектуального розвитку; рівня розвитку психічних процесів; діагностика соціальної зрілості, інтелекту, стилю взаємодії педагогів і батьків з дитиною;
- тестування та анкетування педагогів (5.1.1. Анкета для педагогічних працівників) та батьків (5.1.2. Анкета «Ставлення батьків до навчання дітей з особливими освітніми потребами у загальноосвітньому закладі») щодо впровадження інклюзивного навчання ;
- вивчення особливостей сім'ї, в якій виховується дитина з особливими освітніми потребами;
- психолого-педагогічне спостереження за особливостями соціальної взаємодії учнів у школі з учнями з ООП.

**Основний етап** супроводу родин, які виховують дитину з особливими освітніми потребами включає:

**1. Бесіди:** колективні та індивідуальні.

Орієнтовною тематикою бесід з батьками може бути:

- «Роль спілкування в житті дитини»;
- «Причини виникнення конфліктів у дітей»;
- «Як навчити дитину спілкуватися?»;
- «Як навчити дитину розуміти інших людей?»;
- «Виховання в дітей чуйності і уважності»;
- «Етика родинного спілкування»;

Міні - лекції з проведенням практичної роботи:

- «Здоров'язберігаючий простір будинку»;
- «Гігієнічні вимоги до одягу і взуття»;
- «Режимні моменти сім'ї і школи»;
- «Про дитину всередині сім'ї. Чи знаєте ви свою дитину?»;
- «Виховання терпимого відношення до людей»;
- «Особливості емоційного розвитку вашої дитини».

**2. Консультації:** колективні, індивідуальні, за заявкою, тематичні, оперативні. Дані форми роботи мають на меті інформування батьків про етапи психологічного розвитку дитини, організації предметно-розвивального простору для дитини в сім'ї, закономірності аномального розвитку.

Орієнтовна тематика консультацій з батьками може бути:

- «Чому дитині потрібна гра?»;
- «Які іграшки потрібні вашій дитині?»;
- «Грайте разом з дитиною».
- «Роль батьків у розвитку мовлення дітей. Знайомство з вправами, навчання виконанню вправ з розвитку артикуляційної моторики»;
- «Значення чистомовок для розвитку мовної активності дітей»;
- «Я розповім тобі казку, дружок. Навчання розповіді, переказу, показу з використанням жестів, міміки (розповідь - обігрування - читання)»;
- «Самообслуговування та його значущість для дитини»;
- «Пізнання навколишнього разом із дитиною»;
- «Азбука спілкування із дитиною»;
- «Розвиток емоцій через творчу діяльність»;
- «Виховання самостійності у дітей»;
- «Покарання – в чому його сенс? (методи виховання дитини)»;
- «Значення розвитку дрібної моторики рук для всебічного розвитку дітей».

**3. Наочно-інформаційні** форми роботи в закладі можуть використовуватись наступні:

- інформаційні проспекти для батьків;
- пам'ятки;
- буклети.
- оформлення теки «Здоровий спосіб життя дитини шкільного віку»;
- оформлення ширми «Азбука здоров'я»;
- оформлення стенду «Осінь»;
- оформлення теки «Артикуляційна гімнастика»;
- оформлення теки «Дрібна моторика»;

- доповнення в теки «Здоровий спосіб життя дитини шкільного віку – все про здоров'я»;
- оформлення теки «Мовне дихання»;
- оформлення ширми «Комплекс вправ для очей»;
- створення теки «Нехворійка»;
- оформлення стенду «Зима»;
- оформлення ширми «Ігри для здоров'я»;
- виготовлення теки «Основи безпеки життєдіяльності»;
- оформлення стенду «Весна»;
- виставка дитячих книг, дидактичних посібників, ігор;
- оформлення стенду «Літо».

З метою психологічної просвіти батьків на стендах до уваги батьків можуть бути представлені друковані матеріали за темами:

- «Кожна людина – унікальна і неповторна особистість»;
- «Моє ставлення до дітей з особливими освітніми потребами»;
- «Доброта рятує світ».

**4. Батьківські збори** у формі: тренінгу, «Круглих столів», «Педагогічної вітальні». В ході тренінгу вирішується багато завдань, а саме: вироблення активної батьківської позиції, зняття почуття провини, підвищення самооцінки учасників. Участь у тренінгу допомагає батькам набути навичок вирішення конфліктних ситуацій з дитиною, навчитися ефективній взаємодії з дитиною, осмислення деяких особистісних проблем, усвідомлення та оптимізація своєї батьківської позиції. Крім того, під час таких зустрічей як «Круглий стіл» або «Педагогічна вітальня» батьки дітей з особливими освітніми потребами мають можливість зустрічатися один з одним, обмінюватися досвідом і надавати один одному підтримку, що дає батькам відчуття того, що «вони не самотні». Робота, побудована таким чином, допомагає вирішити не тільки особистісні проблеми, а й виробити певні соціальні навички для подолання труднощів у вихованні дітей з особливими освітніми потребами.

Пропоную тренінгове заняття для батьків на тему «Розуміння інклюзії – рівність прав» (пункт 5.1.3.).

Ефективними в роботі з батьками є також «Батьківські вітальні».

В організації і проведенні «Батьківських віталень» беруть участь адміністрація загальноосвітнього закладу, вчителі, музичні керівники, логопед, практичний психолог. Запрошуються фахівці ІРЦ, лікарі (невролог, педіатр).

Орієнтовна тематика «Батьківських віталень»:

- «Допомогти вчитися»;



- «Адаптація без сліз»;
- «Щоб дитина росла здоровою і міцною»;
- «Осередок здорового способу життя в сім'ї».

*Структура проведення вітальні наступна:*

1. Підготовка до проведення вітальні: листівки, оголошення, запрошення;
2. Проведення «Батьківської вітальні»;
3. Зворотній зв'язок.

Підготовка до «Батьківської вітальні» проходить у декілька етапів та включає в себе наступні заходи:

- визначається тема вітальні, чому вона буде присвячена. Порядок денний може бути різноманітним, з урахуванням побажань батьків;
- визначається дата, час, місце, де буде проходити вітальня;
- за тиждень до вітальні вивішується оголошення про її проведення;
- батькам дають запрошення, зроблені руками дітей;
- запрошуються для виступу фахівці;
- готуються пам'ятки для батьків, відеоматеріал;
- розробляються питання зворотного зв'язку.

*Хід проведення «Батьківської вітальні»:*

1. Традиційно «Батьківські вітальні» починаються з музичного номера.
2. Потім, з метою позитивного настрою на зустріч (на зняття напруги; на знайомство), проводяться ігри з батьками.

3. Основна частина включає в себе:

- оголошення теми;
- ознайомлення батьків з результатами опитування (якщо опитування проводилося);
- подання запрошених фахівців;
- демонстрація відеоматеріалів (презентація, відео з ранків, відкритих занять, відеоролик психолога);
- виступ по темі (вчителі, медичні працівники, психолог);
- діалоги з батьками (питання).

Як висновок заходу проводиться письмове опитування батьків – наскільки була цікава і корисна тема.

Аналізуючи зворотний зв'язок (письмове опитування), можна зробити висновок про те, що така форма роботи з батьками як тематична «Батьківська вітальня» сприяє більш тісній взаємодії ЗЗСО з сім'єю, зростанню психолого-педагогічної компетенції батьків, зростанню довіри і взаємоповаги між педагогами і батьками.

**5. Індивідуальні та групові заняття з дітьми за участю батьків** (майстри-класи). Участь у таких заняттях, стимулює батьків, надихає їх. Тут вони вчаться не тільки змістовній взаємодії зі своєю дитиною, але й освоюють нові методи та форми спілкування з нею. Крім того, на заняттях батьки вчаться приводити у відповідність можливості дитини та свої вимоги до неї.

Орієнтовні теми занять з дітьми за участю батьків, або їх можна ще назвати майстер-класи для батьків:

- «Сімейний Новий рік»;
- «Ігротека в колі сім'ї»;
- «В гостях у веселого язичка. Навчання виконанню вправ для розвитку артикуляційного апарату»);
- «Ігри та вправи для розвитку дихання»;
- «Мовний розвиток дітей в спілкуванні з однолітками. Обмін досвідом»;
- обмін досвідом «Ви питаєте – ми відповідаємо»;
- «По дорозі до знань – рішення педагогічних ситуацій (По дорозі до школи, прогулянка в магазин)»;
- «Майстерня Діда Мороза»;
- «Годівничка своїми руками»;
- «Подарунок для тата»;
- «Подарунок для мами»;
- «Дитяча книга» – спільне виготовлення дитиною і батьками саморобної книги.

**6. Проведення спільних** свят, конкурсів, розваг. Орієнтовна тематика таких заходів:

- свято здоров'я: «Спорт, гра, дружба»;
- бліц-турнір «Щоб дитина росла здоровою і міцною»;
- сімейна розвага «Інтеграція в суспільство»;
- участь батьків у проведенні тижня зимових ігор;
- сімейна розвага «Наші хлопчики»;
- сімейна розвага «Улюблені, милі, рідні»;
- сімейний вернісаж «Пальчик, здивуй!». Пальчиковий театр на руках дітей і батьків [4].

**7. Спільний перегляд відеоматеріалів, мультфільмів** про толерантне ставлення до дітей з ООП.

Як тактовно та доступно пояснити дитині існування відмінностей між людьми та навчити її толерантності?

В умовах активного впровадження інклюзивної освіти в Україні дуже важливо вчасно і правильно ознайомити батьків і дітей з темою інвалідності,

яка є досить широкою і включає в себе безліч аспектів – як соціальних, так і культурних.. Колективне та індивідуальне ставлення до дитини з ООП залежить від коректної поведінки вчителя і учнів, які, своєю чергою, переймають погляди власних батьків.

Чи потрібно говорити з дитиною про інклюзію? Безсумнівно. Це навчить її сприймати багатогранність навколишнього світу, розумінню, що існують різні люди – і це абсолютно нормально.

Як правильно говорити з дитиною про інклюзію? Існує багато способів, але найдієвіший – інтерактивний, за допомогою візуалізації. ГО «Смарт освіта» в рамках проекту «Програма сприяння громадській активності «Долучайся!» підготувала 7 цікавих тематичних відео, які допоможуть ознайомитися зі складними темами у доступному форматі. Проект фінансується Агентством США з міжнародного розвитку (USAID) та здійснюється Раєт в Україні.

Підняти тему інклюзії в освітньому процесі буде простіше, якщо продемонструвати мультфільми [7].

1. «Аутизм може робити неймовірні речі»;
2. «Як багато насправді ви знаєте про аутизм»;
3. «Інвалідність та захист дітей». Відео UNICEF;
4. «Подивіться, що можуть робити діти з інвалідністю»;
5. Мультик «Про Діму»;
6. «Що відбувається з Ніком?»;
7. «Пояснення Синдрому Аспергера для дітей».

**8. Технологія «Створення ситуації успіху».** У роботі з дітьми з ООП особливого значення набуває використання технології «Створення ситуації успіху». В основі даної технології лежить особистісно-орієнтований підхід до процесу навчання та виховання. Ситуація успіху розглядається як психічний стан задоволення від наслідків виконання справи чи дії. Такого цілеспрямованого поєднання умов та можливостей досягти значних результатів у діяльності, прагнуть як вчителі, так і батьки. Базовими завданнями при запровадженні даної технології є: визнання самоцінності особистості, створення педагогічних ситуацій, заохочення, пошук. Педагогічна технологія «Створення ситуації успіху» включає створення різноманітних видів радості. Цінність та ефективність даної технології полягає у застосуванні педагогічних прийомів, таких як: «Емоційний сплеск», «Даю шанс», «Навмисна помилка», «Радість пізнання» та інших у роботі з різними категоріями дітей. Особливу значущість має створення ситуації успіху як у грі, так і у навчанні, чи трудовій діяльності. Також дорослі мають створювати демократичну атмосферу і всіляко сприяти формуванню дружніх дитячих

колективів. Всі діти, незалежно від стану їхнього здоров'я, статі, раси, походження та інших чинників, повинні мати однакові права й можливості. Зважаючи на це, важливо зосередити увагу на забезпеченні рівних можливостей усім дітям у класному середовищі. Також необхідно, щоб усі учні відчували себе повноправними та цінними членами колективу. Це почуття приналежності надзвичайно важливе. Більшість дітей налагоджує дружні стосунки з ровесниками природним шляхом. Однак, дітям з ООП доводиться у цьому допомагати (шляхом створення відповідних можливостей). Діти легше вступають у нормальні соціальні та дружні стосунки в середовищі, де такі взаємини цінуються й заохочуються. Це означає, що педагоги та батьки постійно мають створювати ситуації для розвитку позитивних соціальних взаємин дітей. Завдяки контактам із друзями діти розвиваються емоційно та соціально, вони вчаться жити у злагоді з людьми, у них формується самоповага. Дружба дає дітям відчуття приналежності, а також пробуджує палітру позитивних почуттів. Також кожен урок у школі, кожен виховний захід, самопідготовка обов'язково закінчується установкою на відпочинок або релаксаційною хвилиною. Все це педагогічний колектив намагається передати і батькам. Щоб їхні діти також мали радість і задоволення від їхньої домашньої спільної роботи та тих завдань, що вони виконують вдома. Деякі порушення розвитку дітей, неможливо вилікувати. Зусилля всіх спеціалістів, щоб навчити дітей жити щасливо, використовуючи свої можливості і можливості оточуючих людей. Дитині легше розвиватися, якщо у неї в родині сформовано почуття безпеки. Якщо дитина відчуває себе улюбленою і прийнятою, якщо з батьками у неї хороший контакт, тоді інтелектуальний, фізичний, емоційний розвиток і соціалізація відбуваються набагато інтенсивніше. Змінюється навіть зовнішній вигляд дітей. Якщо ж контакт між матір'ю (батьками) і дитиною порушений, дитині важко рости щасливою. Тому завдання педагогічного колективу, психолога максимально допомогти батькам зрозуміти свою дитину і правильно реагувати на поради спеціалістів щодо її виховання. Показати батькам реальну перспективу розвитку та навчання своєї дитини, та визначити свою роль в педагогічному процесі, в різні вікові періоди розвитку дитини [3].

Пропоную для опрацювання даної теми та на допомогу, як педагогам, так і батькам дітей з особливими освітніми потребами слідує добірку літератури та статей, де можна знайти тренінги для батьків, теми батьківських консультацій, сценарії родинних свят, та ін.:

- «Школа і сім'я. Як поєднати дві сторони однієї медалі»// науково-методичний журнал «Початкове навчання та виховання» №6 (226), 2010. ст. 34.

- «Співдружність початкової школи і сім'ї у сучасних умовах виховання дітей»// науково-методичний журнал «Початкове навчання та виховання» № 7-8 (407-408), 2015, ст.5.
- Сценарій родинного свята «Моя сім'я – моя фортеця»// журнал «Розкажіть онуку» № 4, 2017, ст. 25.
- Відкритий урок «Батьки і діти»// «Розкажіть онуку» № 12, 2015, ст. 29.
- «Моральність дітей – обличчя батьків» - консультації для батьків// «Розкажіть онуку» № 9, 2015, ст. 44.
- «Батьківські тренінги»// «Позакласний час» № 9, 2017, ст. 41.
- «Школа та батьки. Навчаємо співпраці» / упоряд. М. К. Голубенко. – Київ: Шк. світ, 2009. – с. 128.
- Навчально-методичний посібник для батьків дітей з особливими освітніми потребами (частина II) / ред.. Колупасової А. А. – Кіровоград, 2013. – с. 198.

**Рефлексивний етап** супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами може здійснюватися після кожного семестру або року навчання дитини в закладі освіти з метою подальшого коригування напрямів психолого-педагогічного супроводу сім'ї [4].

#### **5.1.1. Анкета для педагогічних працівників [17]**

**1. Чи знаєте ви, що таке «інклюзія»?**

- а) так;
- б) ні.

**2. Як ви вважаєте, чи готовий заклад створити умови для впровадження інклюзивного навчання?**

- а) так;
- б) ні;
- в) частково.

**3. Що ефективніше для дитини?**

- а) індивідуальне навчання;
- б) інклюзивна освіта.

**4. Чи порушуються права дітей з особливими освітніми потребами в системі надання їм освіти?**

- а) так;
- б) ні.

**5. Як ви думаєте, чи вплине спільне проведення дозвілля дітей різних категорій на покращення морального виховання особистості?**

- а) так;
- б) ні.

**6. Чи готові ви психологічно подолати бар'єри у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами?**

- а) так;
- б) ні.

**5.1.2. Анкета «Ставлення батьків до навчання дітей з особливими освітніми потребами у закладі освіти» [17]**

**1. Чи знайомі Ви з терміном «інклюзія»?**

- а) так;
- б) ні.

**2. Що ви знаєте про інклюзивне навчання?**

- а) нічого;
- б) багато що;
- в) все знаю;
- г) важко відповісти.

**3. Ваше ставлення до навчання дітей з особливими освітніми потребами в освітньому закладі?**

- а) негативне;
- б) позитивне;
- в) важко відповісти.

**4. Чи хочете ви, щоб ваша дитина навчалася в класі, де є дитина з особливими освітніми потребами?**

- а) так;
- б) ні;
- в) важко відповісти.

**5. Які проблеми ви бачите в ситуації навчання у класі дитини з особливими освітніми потребами?**

- а) проблеми спілкування дитини з особливими освітніми потребами з однолітками;
- б) дитина з особливими освітніми потребами буде заважати ефективному навчальному процесу;
- в) ваш варіант \_\_\_\_\_
- г) не бачу проблем.

**6. Чи згодні ви з твердженням, що всі діти мають навчатися разом у всіх випадках, коли це виявляється можливим, не зважаючи на певні труднощі чи відмінності, що існують між ними.**

- а) так;
- б) ні.
- в) важко відповісти.

**5.1.3. Тренінгове заняття для роботи з батьками [17]**

## «Розуміння інклюзії - рівність прав»

### **Мета:**

- познайомити батьків з особливостями інклюзивного навчання в системі освіти;
- сформуванати толерантне ставлення до впровадження інклюзивного навчання у закладі освіти;
- розвивати почуття соціальної підтримки персональних потреб дитини з особливими освітніми потребами.

**Обладнання:** аркуші паперу, ручки, фломастери, маркери, листочки клейкого паперу у формі долоні, мультимедійна презентація, анкета «Ставлення до інклюзивної освіти».

### **Хід тренінгу:**

#### **Вступ. Повідомлення теми та мети заняття.**

**Мета:** ознайомлення з ходом проведення тренгу, його цілями.

**Час** – 2 хвилини.

Шановні батьки, рада вас всіх вітати. Сьогодні запрошую вас стати учасниками тренінгового заняття «Розуміння інклюзії – рівність прав».

Чи є переваги та недоліки інклюзивної освіти в школі? Саме на ці запитання ми будемо шукати відповіді під час сьогоднішнього тренінгу.

#### **Знайомство учасників тренінгу. Вправа «Долоньки».**

**Мета:** створення емоційно комфортної атмосфери довіри, розкнутості, подолання сором'язливості, що сприяє результативній спільній роботі учасників тренінгу.

**Час** – 5 хвилин.

#### **Хід проведення:**

Тренер роздає учасникам листочки клейкого паперу у формі долоні і пропонує на кожному пальці написати:

- своє ім'я;
- ким мріяли бути у дитинстві;
- важлива риса вашого характеру;
- очікування від тренінгового заняття;
- побажання.

#### **Правила тренінгу**

**Мета:** устанавлення атмосфери довіри та співпраці між учасниками тренінгового заняття.

**Час** – 6 хвилин.

#### **Хід проведення:**

На початку тренер пропонує кілька правил, далі учасники тренінгу його доповнюють. Правила вписуються маркером на великий аркуш паперу та

вивішуються на видному місці. Отже, кожний з учасників тренінгу буде (нижче подаємо приблизний перелік правил):

- доброзичливим;
- коректним;
- тактовним;
- толерантним;
- терпимим;
- конструктивним;
- говорити від свого імені;
- активним;
- говорити лаконічно;
- дотримуватись «правила піднятої руки»;

***Анкетування «Ставлення батьків до навчання дітей з особливими освітніми потребами у загальноосвітньому закладі».***

Тренер роздає учасникам анкету і пропонує її заповнити.

*Час – 10 хвилин.*

***Міні - лекція.***

*Час – 5 хвилин.*

*Інклюзивна освіта* – це система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права здобувати її за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з особливими освітніми потребами в умовах загальноосвітнього закладу.

При визначенні сутності інклюзії, важливо звернути увагу на чотири елементи, які ілюструють її характерні особливості.

*Інклюзія – це процес.* Постійний пошук ефективніших шляхів задоволення індивідуальних потреб усіх дітей. У цьому випадку відмінності розглядаються як позитивне явище, яке стимулює навчання дітей та дорослих.

*Інклюзія пов'язана з визначенням перешкод та їх подоланням.* Відповідно, вона включає проведення комплексної оцінки, збір інформації з різноманітних джерел для розробки індивідуального плану розвитку та реалізації його на практиці.

*Інклюзія передбачає присутність, участь та досягнення.* «Присутність» в цьому контексті розглядається як надання можливості навчатися в закладі освіти та пристосування, необхідні для цього; «участь» розглядається як позитивний досвід, який набуває учень у процесі навчання; «досягнення» розглядається як комплексний результат навчання упродовж навчального року, а не лише результати тестів та екзаменів.



*Інклюзія передбачає певний наголос на ті групи учнів, які підлягають «ризикую» виключення або обмеження в навчанні. Це визначає моральну відповідальність перед такими «групами ризику» та гарантування їм можливості участі в освітньому процесі.*

Отже, ідеологія інклюзивної освіти спрямована на надання кожній дитині, всім відособленим і вразливим групам можливостей для результативного навчання.

### **Вправа «Яблуко»**

**Мета:** показати на практиці, що всі люди є рівні і водночас унікальні.

*Час – 7 хвилин.*

### **Хід проведення:**

*Тренер.* Іноді, ми сприймаємо яку-небудь групу, наприклад етнічну, як ціле і не замислюємося про те, що кожний її представник – зовсім унікальний і неповторний. Наприклад, нам може здаватися, що «всі китайці на одне лице», що всі естонці повільні. Німецький поет Г. Гайне сказав: «Кожна людина — це неповторний світ». Якщо взяти пригорщу піску та добре роздивитися її під мікроскопом, то виявиться, що немає жодної піщинки, схожої на іншу. Краплини дощу, які на перший погляд повинні бути схожими, при детальному вивченні виявляються зовсім різними. І так можна перелічити все живе й неживе на землі, від сніжинок до зебр, від листка на дереві до квітки, від комах до слона і, нарешті, до людини. Все це унікальний витвір природи. Саме так, ми - унікальний витвір. Ми різні: ми по-різному сприймаємо обставини життя, по-різному на них реагуємо. Ми можемо бути адекватними і неадекватними, красивими і некрасивими, розумними і не дуже.

Давайте спробуємо проілюструвати унікальність всього існуючого на практиці. Навряд чи хто-небудь вважає, що кілограм яблук наповнений індивідуальністю. Візьміть кожний собі по яблуку. Роздивіться його якомога уважніше, з'ясуйте «особливі прикмети». На це дається 1 хвилина. Потім яблука змішуються. Кожний повинен знайти своє яблуко й описати його.

*Запитання для обговорення в групі після завершення вправи:*

- Що допомогло вам знайти саме своє яблуко?
- Стільки часу вам знадобилося?
- Що ви відчували в процесі пошуку і знахідки?

### **Вправа «Ярлики»**

**Мета:** поставити себе на місце іншої людини, відчути як воно бути, коли тебе сприймають через призму певної ролі.

*Час – 7 хвилин.*

**Хід проведення:** учасникам роздаються ярлики в вигляді карток на кожній картці написано одне з таких звернень:

- агресивний – остерігайтеся мене, поступайте мені місцем;
- дружелюбний – прислухайтеся до мене;
- затримка розвитку – спрощуйте і повторюйте все мені;
- спотворене обличчя – уникайте зорового контакту зі мною;
- обдарований – завжди погоджуйтеся зі мною;
- поганий слух – говоріть голосно, жестикулюйте;
- лідер – уважно слухайте мене;
- зарозумий – тримайтеся від мене подалі.

Прикріпити картки на спину учасника так, щоб ніхто не бачив, що написано на його картці. Учасники, які отримали картки, граються в групах по 4-5 осіб з конструктором та іграшками, всі інші намагаються вести себе згідно звернень на картках по відношенню до «граючих» учасників (використовуючи жести, міміку, звернення). Учасники з картками повинні здогадатися, який у них ярлик.

*Запитання для обговорення в групі після завершення вправи:*

Як ви здогадалися, який у вас ярлик? Що відчуваєте після гри, під час гри?

Як впливає наявність подібних ярликів на спілкування?

Як часто ми зустрічаємося з ситуаціями навішування ярликів?

Чи легко позбутися ярликів? Як це зробити?

#### **Вправа «Приймаю – не приймаю».**

**Мета:** вивчення думки батьків про інклюзію, з'ясування проблемних питань, що викликають у них занепокоєння, та їхнього ставлення до такої моделі освіти.

*Час – 7 хвилин.*

**Хід проведення:** учасникам пропонуються твердження, з якими вони мають погодитися або не погодитися. Тренер роздає кожному учасникові по одній картці червоного та білого кольору. Тренер зачитує твердження. Учасник, який погоджується з даним твердженням, має підняти картку білого кольору. Якщо не погоджується – картку червоного кольору. Всі учасники піднімають картки разом. Після озвучення кожного твердження тренер пропонує учасникам обговорити їхні відповіді.

*Приклад тверджень:*

- Учні з особливими освітніми потребами краще опановують навчальну програму в спеціальних класах, ніж у звичайних.
- Ровесники з типовим розвитком не приймуть дитину з особливими потребами, й вона опиниться в соціальній ізоляції.
- Дитина з особливими освітніми потребами має право навчатися у звичайному закладі освіти.

- Навчання в одному класі з дитиною з особливими освітніми потребами може негативно позначитися на емоційному розвитку дитини з типовим розвитком.
- Дитина з обмеженими можливостями повинна мати такі самі права й переваги, якими користуються в школі інші діти.
- Вчителі масової школи ставляться до дітей з особливими потребами інакше, ніж до інших дітей
- Батьки учнів із типовим розвитком не хочуть, щоб діти з особливими освітніми потребами були в одному класі з їхніми дітьми
- Інклюзія допомагає краще підготувати до реального життя однокласників із типовим розвитком.
- В інклюзивному освітньому середовищі діти з типовим розвитком більше дізнаються про відмінності.

*Запитання для обговорення в групі після завершення вправи:*

- Чи легко вам було демонструвати і висловлювати своє ставлення до поданих тверджень?
- Чи почули ви думки або позиції, які вас здивували?
- Чи важливо з'ясувати усі ці питання?

### **Вправа «Вчимося цінувати індивідуальність».**

**Мета:** навчити цінувати індивідуальність, приймати людей такими, якими вони є.

*Час – 5 хвилин.*

#### **Хід проведення:**

*Тренер.* Ми часто хочемо бути точно такими, як інші, і страждаємо, коли відчуваємо, що відрізняємося від інших. Іноді дійсно добре, коли ми – як всі, але не менш важлива і наша індивідуальність. Її можна і потрібно цінувати! Якби ми вміли цінувати власну індивідуальність, нам було б легше приймати індивідуальність партнера.

Кожному учаснику пропонується на аркуші паперу написати 3 ознаки, які відрізняють його від всіх інших членів групи. Інформація повинна носити позитивний характер (зовнішній вигляд, вміння, чесноти, таланти, життєві принципи тощо).

Запитайте дозволу в учасників зібрати записи і зачитати їх, а члени групи будуть відгадувати, хто може бути автором.

*Запитання для обговорення в групі після завершення вправи:*

- Чи легко вам було знайти три ознаки, які відрізняють вас від інших?
- Чи здатні ви приймати індивідуальність іншої людини?
- Які зробили висновки? Що хотіли би додати?

### **Рефлексія. Підсумки тренінгу.**

**Мета:** підюити підсумки тренінгу.

*Час – 4 хвилини.*

**Тренер.** Чомусь ми часто забуваємо про зв'язок між почуттями та розумом, про терпіння один до одного, про вміння та необхідність достойно переживати не тільки радість, але і біль, горе, страждання, про те, що чужого болю не буває... Завдання школи полягає з одного боку в тому, щоб досягти шанобливого ставлення окремо взятого школяра до інших, сприйняття іншої особи, як рівноцінної, з іншого боку – критично ставитись до власних поглядів і принципів. Дитина з особливими потребами, це швидше існуючі соціальні бар'єри і недоліки середовища, аніж наявні у неї порушення.

*Запитання для обговорення:*

- Про що змусив тренінг задуматися?
- Що надавало сили, вселяло впевненість?
- Яку «спрагу» (в чому?) допоміг тренінг вгамувати?
- Що хотілося б виправити / змінити?
- Які моменти зустрічі краще б не відбувалися взагалі?
- Чи справдилися ваші очікування?
- З яким «післясмаком» розходяться учасники?

***Вправа «Оплески».***

***Мета:*** емоційне розвантаження, створення хорошого настрою.

*Час – 1 хвилина.*

Ми з вами добре попрацювали. І в завершенні пропоную уявити на одній долоні посмішку, на іншій – радість. А щоб вони не втекли від нас, їх треба міцно-міцно з'єднати в оплески.

Бажаю вам успіхів. До нових зустрічей!

## **5.2. Психологічний практикум для батьків**

### **«Пошук внутрішніх ресурсів та відновлення батьківської рівноваги»**

***Мета:*** профілактика емоційного вигорання батьків, розвиток навичок зняття емоційної напруги і можливостей її запобігання, пошук внутрішніх ресурсів батьків, необхідних при подоланні стресових ситуацій.

***Рекомендації для налагодження успішної взаємодії з батьками***

Щоб створити комфортну, невимушену атмосферу, використовуйте нетрадиційні методи представлення учасників. Наприклад, запропонуйте батькам відрекомендуватись, називаючи своє повне ім'я та пригадуючи, як їх називали в дитинстві, розповідаючи про свої улюблені страви або про те, що сказала їм їхня дитина, коли вони виходили з дому. Виявляйте творчість у пошуках методів представлення і намагайтеся урізноманітнювати їх.

***Основні правила:***

- Заохочуйте батьків до активного обговорення. Цього можна досягти, ставлячи запитання, які вимагають розгорнутої відповіді, або поділяючи учасників на пари чи невеличкі групи, в яких батьки почуватимуть себе вільніше і де їм легше буде висловити власну точку зору.
- Проводьте зустріч з батьками у затишному, зручному приміщенні.
- Якщо є така можливість, поставте стільці колом, щоб усі бачили один одного і почували себе включеними в обговорення.
- Використовуйте наочність, відео, роздатковий матеріал для підкріплення свого виступу.
- Якщо ви розповідаєте про життя дитячого колективу, використовуйте фотографії, магнітофонні записи тощо.
- Надсилайте батькам запрошення і звертайтеся в них персонально до кожного.
- Завжди передбачайте час для того, щоб родини могли порозмовляти між собою.
- Доповідь робіть короткою. У дорослих невелика тривалість концентрації уваги після робочого дня.
- Враховуйте інтереси та потреби родин у виборі тематики зустрічі.
- Обов'язково включайте до свого виступу розважальні ігрові моменти [16].

### Технологічна картка

Таблиця 5.1.

Зміст діяльності	Ресурси	Час (хв.)
<i>ВСТУПНА ЧАСТИНА</i>		<i>15</i>
Актуалізація теми. Вступне слово тренера		5
Наші імена унікальні. Вправа-знайомство		10
<i>ОСНОВНА ЧАСТИНА</i>		<i>60</i>
Робота з негативними переживаннями та збалансоване життя. Інформаційне повідомлення.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- презентація PowerPoint;</li> <li>- ноутбук;</li> <li>- мультимедійний проектор;</li> <li>- бланки «Розрахунок енергії» (на кожного учасника);</li> </ul>	5
Розрахунок енергії. Індивідуальна вправа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- кольорові олівці</li> </ul>	15
		20

Позитивні думки - рефреймінг. Групова взаємодія Труднощі у спілкуванні з дитиною та їх вплив на життєвий баланс родини. Вправа з МАК	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бланки «Позитивні думки - рефреймінг» (4 штуки);</li> <li>- кулькові ручки;</li> <li>- набори карток (МАК) «Креатив», «Креатив-2», «Креатив-3»;</li> <li>- аркуші паперу А4 на кожного учасника;</li> <li>- кулькові ручки</li> </ul>	20
<b>ЗАВЕРШАЛЬНА ЧАСТИНА</b>		<b>15</b>
МАКові інсайти. Вправа-рефлексія          Усього:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бланки «МАКові інсайти» для кожного учасника;</li> <li>- набір карток «Креатив»;</li> <li>- кулькові ручки</li> </ul>	90

### Опис змісту діяльності

*Актуалізація теми.* Вступне слово тренера.

«Ну коли вже ця дитина перестане виводити мене з себе?», «Що зробити щоб вона мене слухалася? », «Ну коли вже налагодяться стосунки в родичі?», «Що робити щоб повернути колишню любов?» - можна часто почути ці та сотні інших питань на теми виховання дітей та стосунків у родині.

При вирішенні таких проблем дуже важливо знайти точку опори, задіяти при цьому свої внутрішні і зовнішні ресурси. Де їх шукати? Сьогодні ми про це і дізнаємося.

*Наші імена унікальні.* Вправа-знайомство.

*Опис.* Кожен учасник називає своє ім'я, його значення, що батьки розповідали про його ім'я, чому вони його обрали. Чи комфортно з цим ім'ям жити?

*Висновок.* Імена це щось особливе для кожного з нас, вони показують, що ми особливі, неповторні. Навіть якщо в інших такі ж імена, ми все одно унікальні. Адже ми можемо розмовляти як інші і робити як інші, але завжди залишаємося собою. Навіть близнюки залишаються несхожими.

**Робота з негативними переживаннями та збалансоване життя.** Інформаційне повідомлення.

Кожен день ми відчуваємо різні почуття. Тривогу, страх за своїх близьких, їх здоров'я та життя. Виникає напруга, яка призводить до стресу. Наші переживання можуть бути:

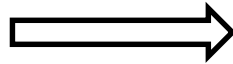
- короткі/тривалі;
- легкі/значні; відкриті/приховані від інших;

- злегка хворобливі/жахливі;
- проходять самі/вимагають переробки та позбавлення від них.

**Основні етапи роботи з негативними переживаннями:**

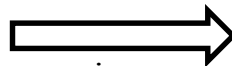


**1 етап. Очищення**



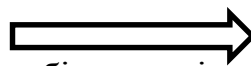
- душевна розмова;
- водні процедури;
- тривалі прогулянки;
- спонтанне малювання;
- трудоий десант, прибирання,
- здорове харчування;
- рух;
- сон;

**2 етап. Відновлення**



- побути в тиші;
- спостереження за природою,
- прописати цілі;
- хвалити себе в будь-якому випадку;
- доробити стару, давно відкладену справу;

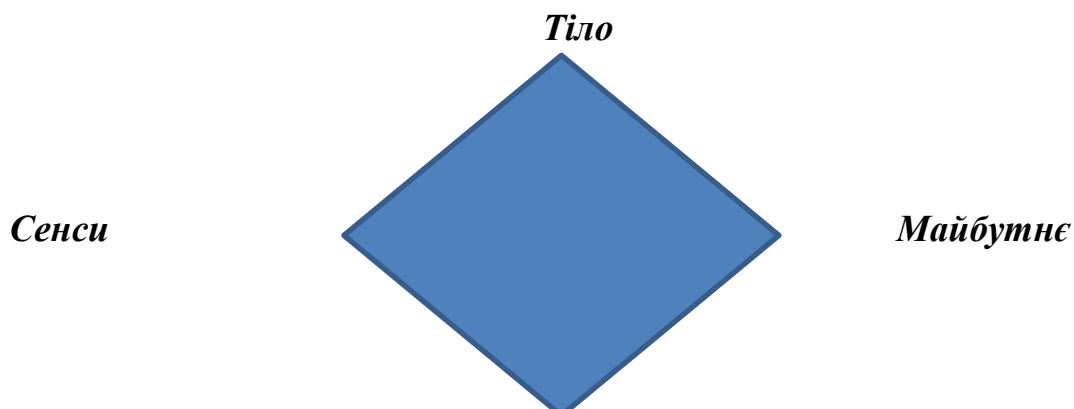
**3 етап. Підзарядка**



- знайти собі компанію;
- скласти розпорядок дня і намагатися його
- дотримуватися;
- ввести 1 обмеження.

Одним із способів запобігання появи негативних переживань є збалансоване життя. Існують різні моделі збалансованого життя, серед яких - балансна модель «4 якості життя».

**Балансна модель «4 якості життя»** - модель, в якій представлено 4 сфери життєвої активності людини та енергетичний/емоційний баланс між ними (рис. 5.1, табл. 5.2.).



**Контакти**  
Рисунок 5.1.

Таблиця 5.2.

<b>Тіло</b>	<b>Діяльність</b>
Фізичне здоров'я та фізична активність. відчуття та самопочуття. Зовнішність	Професійні досягнення, навчання, наука, кар'єра, фінанси
<b>Сенси, фантазії, Майбутнє</b>	<b>Контакти</b>
Плани на майбутнє, мрії, віра, життєві Сенси	Близькі та емоційні стосунки, родини. родичі, друзі. Спілкування

Рівномірний розподіл енергії за всіма сферами дозволить зменшити ризик негативних переживань.

**Розрахунок енергії.** Індивідуальна вправа

*Опис.* Батькам пропонується зробити розрахунок своєї енергії (100%) за 4 сферами життєвої активності: тіло, діяльність, контакти, сенси/фантазії/майбутнє. Для цього потрібно намалювати два кола, коло першої колонки бланку розділити на 4 сектори відповідно до власного розподілу енергії за 4 сферами.

Після чого відбувається аналіз результатів:

Таблиця 5.3.

20-35%	<i>норма в сфері</i>
менше 20%	потрібно звернути увагу: <ul style="list-style-type: none"> <li>- якщо у контактах - виникають конфлікти;</li> <li>- якщо у тілі - виникають хвороби;</li> <li>- якщо у діяльності - виникає зниження активності, бездіяльність;</li> <li>- якщо у цілях, майбутньому - втрата сенсу життя.</li> </ul>
більше 35%	компенсація однієї сфери іншою. Наприклад, більше 35% в діяльності - сфера, яка переробляє конфлікт, сфера втечі (наприклад: конфлікт в особистому житті переробляється в діяльності).



Необхідно розподіляти енергію - 4 по 25%.

Після аналізу результатів батьки працюють із другою колонкою бланку, створюючи бажану модель - Я хочу, щоб було (25-35% на сферу).

*Висновок.* Перенести результати вправи в реальне життя за кожною сферою можна, якщо розподіляти свою енергію за сферами на конкретні справи та тримати їх баланс. І робити це потрібно 1 раз на місяць.

**Позитивні думки - рефреймінг.** Групова взаємодія.

*Опис.* Тренер наголошує, що дуже корисно для дотримання життєвої рівноваги навчитися управляти шкідливими думками і змінювати їх на хороші. У житті це зробити важко, оскільки ми можемо не помічати наші думки, так само як і дихання вони виникають самі по собі. Але якщо звертати увагу на дихання, ти його можна контролювати. Так само і з думками. Спочатку потрібно навчитися помічати погані, шкідливі думки.

Батьки об'єднуються в 4 групи, розраховувшись на «зима, весна, літо, осінь». Кожна група отримує завдання: написати негативні думки (див. Роздатки для учасників). Потім бланк передати за годинниковою стрілкою в наступну групу, де визначають почуття при виникненні «негативної думки», перефразують кожен думку в позитивну і визначають почуття позитивної думки.

**Приклади негативних і альтернативних  
(позитивних) корисних думок**

*Таблиця 5.4.*

*Обговорення, зворотня комунікація*

<b>Негативні думки</b>	<b>Почуття</b>	<b>Позитивні думки</b>	<b>Почуття</b>
«Справи ніколи не підуть краще» «Мені немає до кого звернутись за допомогою»	Безнадійність, Безнадійність Смуток	«На це буде потрібен час, але наше життя поліпшиться» «Якщо я трішки змінюсь, я досягну свого» «У мене є мої діти, родина, друзі»	Щастя Упевненість Спокій, Впевненість

- Чи виникали складнощі?
- Чи складно було змінювати негативні думки на позитивні?
- Що допомагало при виконанні завдання?

*Висновок.* Такі практики називають «рефреймінг». Щоб навчитися змінювати негативні думки на позитивні, потрібно постійно тренуватися у рефреймінгу.

**Труднощі у спілкуванні з дитиною та їх вплив на життєвий баланс родини.** Вправа з МАК.

*Опис.* Тренер наголошує, що на рівень життєвої рівноваги родини часто впливають труднощі у спілкуванні батьків та дітей. Часто рішення цих труднощів є легким, але ми не завжди бачимо вихід.

*Алгоритм проведення*

1. Батьки за допомогою карток «Креатив-3» називають труднощі, які виникають у них при взаємодії з дітьми. Картки, які асоціюються з труднощами, розкладають на аркуші паперу А4, обираючи їх у відкритий спосіб. Можна зупинитися на 3-5 труднощах, які виникають найчастіше.
2. Далі батьки закритим способом обирають картки з набору «Креатив-2» за кількістю карток-труднощів та розкладають їх поряд. Ці картки символізують причини труднощів. Розкриваючи кожну картку по черзі, потрібно записати всі ідеї щодо причин труднощів у спілкуванні через метафору картки. Відбувається обговорення причин, невдач.
3. Закритим способом обираються ще картки за кількістю труднощів з набору «Креатив». Ці картки символізують рішення, ресурси, можливості при вирішенні труднощів. Розкриваючи по черзі кожну картку, потрібно записати всі ідеї стосовно вирішення труднощів через метафору картки.

*Обговорення, зворотна комунікація*

На кожному етапі роботи відбувається обговорення. Паралельно тренер дає коментарі, рекомендації щодо ефективного спілкуванні з дітьми.

**МАКові інсайти.** Вправа-рефлексія.

*Опис.* Учасникам пропонується відповісти на 3 питання через картку набору «Креатив», які обираються в закритий спосіб на кожне питання:

1. Що я зрозумів?
2. Що я буду робити?
3. З ким я поділюсь?

Потім учасники по черзі відкривають кожну картку та записують відповідь на питання через метафору картки. Далі по колу кожний учасник озвучує свої відповіді [13].

### **5.3. Корекційне заняття з елементом тренінгу для батьків: «Стежиною сімейної мудрості»**

**Мета:** підвищення батьківської компетентності; налагодження позитивного сімейного мікроклімату; формування толерантного ставлення до учнів з особливими освітніми потребами та їх батьків; розвиток відповідального ставлення до виховання фізичного і психологічного здоров'я підростаючого покоління.

**Матеріали:** вирізані з кольорового паперу дитячі долоньки, роздруковані «Моделі взаємодії» (рис.5.1), роздруковані роздаткові листи

формату А-4 з «Посланням для батьків», роздатковий матеріал у формі вирізок з газет, журналів, роздруківок, аркуші паперу, кольоровий папір, клей, ножиці, маркери.

### **Хід тренінгу:**

#### **Вступне слово психолога**

Сім'я – одна з найбільших цінностей людства. Саме тут формується особистість дитини, виховується її характер, манери поведінки. Саме тут формується міцний фундамент під назвою «Дитинство».

Всі ми родом із дитинства і добре усвідомлюємо що все хороше і погане людина одержує в сім'ї. Всі батьки бажають своїм дітям здоров'я, добра, щастя і часто шукають шляхи здійснення цих побажань.

Ви батьки є тим першим надійним помічником, радником, наставником для своїх дітей. І хто як не батьки добре знають своїх дітей та допомагають їм. Впевнена, що кожен з Вас мріє про щось, надіється.

#### **Вправа «Я мрію що моя дитина...»**

**Мета:** позитивно-емоційне налаштування до роботи.

*Час* – 3 хвилини

**Інструкція:** у мене на дошці є відображення сонечка пропоную вам на дитячих долоньках, передаючи їх за годинниковою стрілкою по колу, хай кожен запише побажання всім учасникам. Підійшовши до нашого сонечка ви за допомогою долоньок прикріпите їх у вигляді промінців.

#### **Вправа «Так», «Ні» [9]**

**Мета:** сприяти згуртованості учасників, створення доброзичливої атмосфери.

*Час* – 2 хвилини

#### **Інструкція:**

- Якщо ви вважаєте, що повинна бути система спільної роботи батьків та педагогів, щодо виховання – **ДОТОРКНІТЬСЯ ДО КІНЧИКА НОСА;**
- Якщо вам сумно – **МАХНІТЬ РУКОЮ;**
- Якщо Вам сподобалося грати – **ПОСМІХНІТЬСЯ;**
- Якщо вас цікавить виховання дітей – скажіть **ТАК;**
- Якщо ви підтримуєте вислів «любов і розуміння понад усе» – **РУКАМИ ЗРОБІТЬ СЕРДЕЧКО.**

#### **Вправа-метафора «Річка та береги» [5]**

**Мета:** на емоційно-смысловому рівні допомогти учасникам усвідомити роль батьківського впливу на становлення особистості дитини.

*Час* – 3 хвилини.

**Інструкція:** мені подобається порівнювати дитину з річкою – веселою, стрімкою та бурхливою, або ж глибокою та повільною. Вона пливе собі куди їй заманеться, рухається вільно й невимушено.

Та кожен рух річки визначає її русло, береги, які ми називаємо батьками. Вони завжди ніби попереду, визначають основне спрямування її руху. Якщо батьки мають свої стійкі ціннісні, настанови, знають як виховувати дитину, розуміють, що є важливим для неї, - то це береги міцні і надійні. Тоді і річка почувається захищеною та більш впевненою.

Де ви бачили такі береги, які б тиснули на річку чи змушували її плести в інший бік? Вона протікає вільно, відповідно до своєї природи, а береги лише дещо скеровують її рух. Річка, що не має берегів, розтікається, поступово перетворюється на болото. Так і дитина, яка не відчуває підтримки, розумного контролю з боку батьків, не має життєвих орієнтирів, їй важко знаходити контакт, вона стає невпевненою, має занижений рівень самооцінки.

Мама для дитини – перший психологічний захист. Якщо мами та близькі люди не застосовують у спілкуванні з дитиною тілесного контакту (поглажування, усмішки, похвала), тоді у дітей прослідковуються прояви поганої поведінки.

Пам'ятайте, якщо змалечку дитину виховувати в атмосфері любові та взаєморозуміння, вона і виросте чуйною і доброзичливою.

Якщо ж, батьки зривають на ній свої невдачі, подають поганий приклад, то дитина зростає черстою, жорстокою, тривожною.

Дитину навчає те, що її оточує. Не завжди ласкаві слова, а саме власні вчинки та дії батьків дають можливість дитині комфортно розвиватися в житті».

### **Діагностика «Виявлення стосунків батьків із дитиною» [1]**

**Мета:** дати можливість усвідомити та змінити сформовані сімейні стереотипи усвідомлення і осмислення механізмів діалогічного спілкування та формування вмінь і навичок конструктивної взаємодії з дітьми у сім'ї.

*Час – 5 хвилин.*

**Інструкція:** шановні батьки! Сподіваюся що вам буде цікаво дізнатися в яких стосунках ви знаходитися із своїми дітьми. Можливо якісь виховні моменти у житті потрібно змінити та направити ваше русло дій у правильному напрямку.

Пропоную Вам діагностику на виявлення стосунків із дитиною. Ви маєте обрати для себе ту запропоновану модель яка відповідає вашим реальним стосункам з дитиною (на дошку вивішуються моделі (рис.5.2), батьки вибирають ту, яка найбільш відповідає їх взаємодії з дитиною).

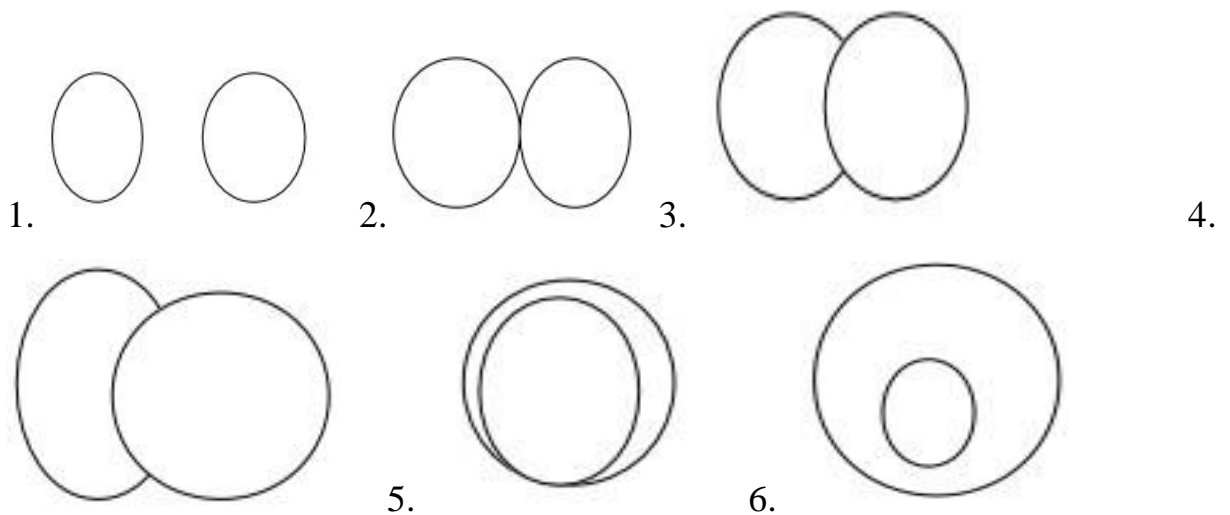


Рисунок 5.2

**Моделі стосунків із дітьми** (психолог зачитує) :

1. Ви з дитиною не залежні один від одного і не близькі. Це непокоїть, варто замислитися над пошуками шляхів зближення.
2. Ви не залежні, не дуже близькі, але контактуєте, маєте щось спільне. Це вже краще, проте варто зосередитись над покращенням відносин з дитиною.
3. Разом ви як особистості дуже близькі, але й не залежні.
4. Ви ближчі, ніж у 3 моделі. Це хороша модель стосунків.
5. Ви близькі, як одне ціле «ми». Це дуже гарні стосунки.
6. Одна особистість повністю поглинута іншою особистістю. Для виявлення свого «Я» дитині не залишається місця. Це ситуація тиску батьків на власну дитину, що негативно відбивається на вашій взаємодії.

#### **Вправа «Посланням батькам» [6]**

**Мета:** познайомити батьків із різноманітними видами батьківських настанов та показати їх вплив на формування особистості дитини.

*Час* – 5 хвилин.

**Інструкція:** батькам роздаються листи формату А-4, на яких надруковано послання від їх дітей. В колі по черзі батьки зачитують вголос пункти.

1. Дорогі батьки, пам'ятайте, що висамі запросили нас до своєї родини. Коли – небудь ми залишимо батьківську оселю, але до того часу навчіть нас, будь ласка, мистецтва бути людиною.
2. Ми бачимо світ не так, як ви. Просимо вас поясніть: що? коли? і чому? Кожен із нас має робити власні помилки і вчитись на них.
3. Наші ручки ще маленькі. Не очікуйте від нас досконалості, коли ми застеляємо ліжко, малюємо, розфарбовуємо або кидаємо м'яча.
4. Дайте нам трохи самостійності, дозвольте робити помилки, щоб ми на них училися. Тоді ми зможемо самостійно приймати рішення у дорослому житті.

5. Ми вчимося у вас усього: слів, інтонацій, голосу, манер. Ваші слова, почуття і вчинки повертатимуться до вас через нас. Тому навчіть нас, будь ласка, найкращого. Пам'ятайте, що ми разом не випадково: ми маємо допомогти один одному.

6. Ми хочемо відчувати вашу любов, хочемо, щоб ви частіше брали нас на руки, пригортали, цілували. Але будьте обережні, щоб ваша любов не перетворилася на милиці, які заважатимуть нам робити самостійні кроки.

7. Любі наші, ми вас дуже любимо! Покажіть нам, що ви також нас любите!

8. Розмовляйте з нами, цікавтеся нашими справами і проблемами. Нехай не буде жодного дня без прочитаної разом книжки.

9. Дозволяйте нам малювати, розфарбовувати, вирізати, ліпити, клеїти.

10. Не виховуйте з нас лише споживачів. Ми хочемо бути рівноправними членами вашої сім'ї, мати свої права та обов'язки.

*Обговорення:*

- Що хотіли донести діти даним посланням?
- Які емоції і почуття виникли в батьків під час їх прочитання?

**Вправа «Правила для дитини» [7]**

**Мета:** формування довірливих відносин між членами родини, навичок позитивної взаємодії.

*Час – 5 хвилин.*

**Інструкція:** спілкування з дитиною часто обмежується вказівками та заборонами. Звичайно, є багато ситуацій, коли батьки змушені встановлювати певні обмеження для своїх дітей. Особливо якщо діти маленькі, і їхні дії можуть зашкодити здоров'ю та життю.

Давайте спробуємо замінити обмеження та заборони на правила поведінки. Поділимося на групи. Кожна група має подумати і написати правила для дитини, не вживаючи слова «не».

Наприклад: «Не поспішай під час їжі / Будемо їсти повільно», «Не кричи так голосно / Будемо розмовляти тихіше».

*Питання для обговорення:*

- Чи важко Вам було виконувати завдання?
- Над чим потрібно було подумати?

**Вправа «Колаж щасливої сім'ї» [11]**

**Мета:** візуалізація шляхів створення щасливої сімейної взаємодії на основі власного досвіду та набутих в ході тренінгу знань.

*Час – 15 хвилин.*

**Обладнання:** роздатковий матеріал, аркуші паперу, кольоровий папір, клей, ножиці, маркери.

**Інструкція:** психолог пропонує учасникам об'єднатися в 2 групи, які працюватимуть над створенням колажу сім'ї, на основі поданої їм інформації та використовуючи власний досвід. Після завершення роботи учасники групи повинні презентувати свої роботи у великому колі.

I група – «Що робити батькам, щоб родина була щаслива?»

II група – «Що робити дітям, щоб родина була щаслива?»

I та II група до свого захисту має скласти «Рецепт щастя» та представити свої проекти (5 хв.).

В кінці психолог обговорює з батьками їх проекти та труднощі. Які виникали під час роботи.

### **Вправа «Втрата» [6]**

**Мета:** визначити для себе основні найважливіші життєві цінності, вміння вправно переоцінювати свої моменти у житті.

*Час – 5 хвилин.*

**Інструкція:** у вас є 7 однакових листочків - напишіть на кожному із них 7 важливих для вас життєвих цінностей (Наприклад: сім'я, діти, батьки, друзі, робота і т. д.). Зараз віддайте мені 2 цінності, які для вас на даний час є менш значиміші. А зараз серед тих що у вас залишилися поділіться зі мною ще двома. Потім знову 2. І нарешті останню – найважливішу.

*Обговорення:*

- Що ви відчували коли віддали перші дві категорії?
- Ваші відчуття коли віддавали останню категорію?

Ці втрати можуть з'явитися від невміння знаходити компроміс, небажання зрозуміти іншого, прагнення домінувати над кимось.

Ми всі люди. Всі мріємо бути щасливими, навчаємося, працюємо, живемо на нашій планеті. Окрім того, що в нас є багато спільного, всі ми так чи інакше залежимо та впливаємо одне на одного.

### **Притча «Тріщина в глечику» [7]**

**Мета:** цілеспрямоване застосування повчальної історії для формування досвіду поведінки у різних життєвих ситуаціях.

*Час – 5 хвилин.*

**Інструкція:** психолог зачитує притчу, а батьки слухають, в кінці проходить обговорення почутого.

У однієї жінки було два глечики, в яких вона носила воду на коромислі.

В одному глечику була тріщина, а другий був бездоганним і вмщував повну порцію води. В кінці довгого шляху від річки до будинку жінки глечик з тріщиною завжди залишався заповненим наполовину. Протягом двох років це відбувалося щодня: жінка завжди приносила додому тільки півтора глечика води.

Бездоганний цілий глечик був дуже гордий своєю роботою, а бідний глечик з тріщиною соромився своєї вади і був засмучений що може робити тільки половину того, для чого був зроблений. Через два роки, які здавалося переконали його в цілковитій непридатності, глечик звернувся до жінки. «Мені соромно через мою тріщину, з якої всю дорогу до твого дому завжди витікає вода».

Жінка усміхнулася: «Ти помітив, що на твоєму боці доріжки ростуть квіти, а на іншому боці – ні? На твоєму боці доріжці я посіяла насіння квітів бо знала про твою ваду. Тому ти поливаєш їх щодня, коли ми йдемо додому. Два роки поспіль я могла зрізати ці чудові квіти і прикрашати ними стіл. Якби ти не був таким, яким ти є, то цієї краси не було б і вона не робила б честі нашому дому».

У кожного із нас є свої зовсім особливі дивацтва і недоліки. Але є особливості і тріщини, які роблять наше життя цікавим і гідним. Просто потрібно кожного сприймати таким, яким він є і бачити в ньому все хороше.

Питання для обговорення:

- Які відчуття у вас викликала прослухана притча?
- Яка її головна думка?
- Чи готові ви приймати, людей, які мають особливі потреби та вчити цього власних дітей?

#### **Вправа «Зворотній зв'язок»**

*Мета:* отримання зворотнього зв'язку від батьків у формі їх поглядів, пропозицій, оцінки взаємодії.

*Час* – 5 хвилин.

*Питання для обговорення:*

- Чи ствердилися вашої очікування від нашої роботи?
- Чи дізналися ви чогось нового і як ви провели з нами час?
- Що найбільше сподобалося?
- Які емоції від проробленої роботи?
- Чого вам не вистачало в ході роботи, що хотіли б змінити чи додати?

### **5.4. Застосування мандало терапії для гармонізації внутрішнього потенціалу батьків**

Однією з найбільш цікавих і сучасних технік в зображувальній терапії є «Мандала». К. Юнг стверджував, що мандала відповідає мікроскопічній природі душі. Цей малюнок у колі використовується для роботи з клієнтами будь-якого віку та для діагностики та корекції безлічі проблем [12, с. 11].

Мандала (Mandala) – в перекладі з санскриту «коло» або «центр». Малюнок її симетричний, зазвичай він є коло з вираженим центром. Коли



людина малює мандалу, вона малює свій внутрішній світ зараз, стан, самовизначення, себе сьогоднішню, поза соціумом, свою духовну сутність. Вона відповідає на екзистенційні питання: «Хто я? Де я? Звідки я? Куди я?». Коли отримано відповіді на перші два запитання, відбувається переоцінка ситуації. Це й дає найсильніший терапевтичний ефект [19].

Манадла – це щось більше, ніж просто малюнок, виконаний на папері, піску або тканині, це є спосіб об'єднання того, що було роз'єднано, в єдине ціле. Це спосіб упорядкування себе і свого внутрішнього світу, разом з тим, це і художній об'єкт. Творення мандали, або її замальовування привносить потрібну енергію у внутрішній світ дитини, дорослої людини для відновлення рівноваги і спокою. За допомогою творення, замальовування мандали досягається гомеостаз, гармонізація особистості, налагоджуються відносини між структурними компонентами особистості (Его і Самістю), що в цілому зміцнює психічне здоров'я людини [20, с. 32]. Малювання, розфарбовування мандал приводить до синхронізації діяльності півкуль головного мозку і стабілізації емоційного стану. Тому, ми пропонуємо виконувати такий вид роботи не лише з батьками, але і дітьми.

Існують різні техніки роботи з мандалою: малюнкові мандали; насипні мандали (пісок, крупи); групові мандали (побудова живої мандали групи, сімейна мандала, побудова мандали для одного; розфарбовування християнських мандал (розеткових, фігурних, лабіринтових) та ін.

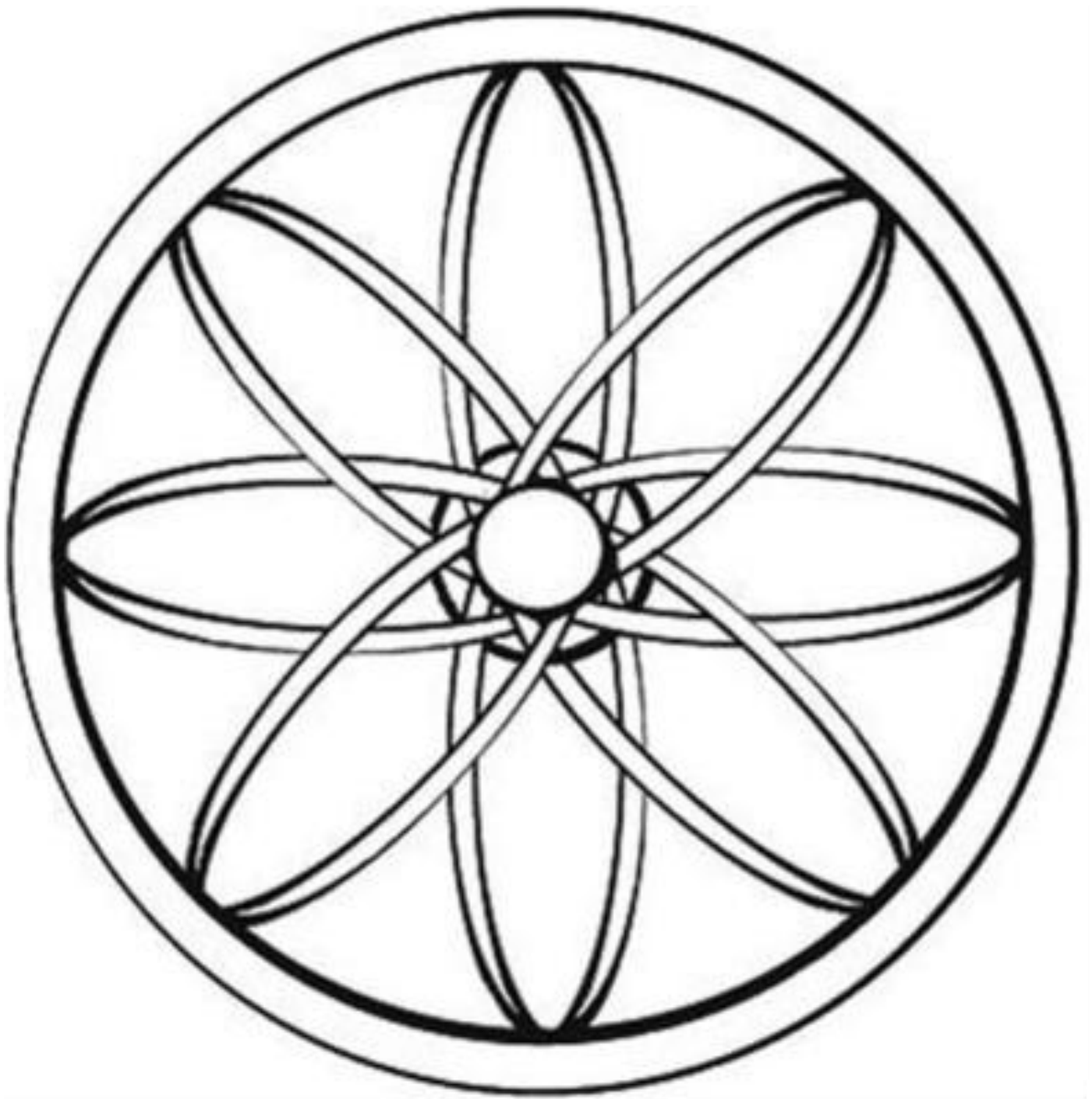
Основні техніки роботи:

1. Пропонується білий аркуш А4, на якому олівцем зображене велике коло. Завдання є замалювати це коло будь-яким чином: чи просто кольорами (олівці, фломастери, фарби); чи можна різними лініями, візерунками, предметами, образами спочатку структурувати коло, а вже потім зафарбувати кожен структурний елемент.

2. Розслаблення. Дихання. Просимо закрити очі і уявити (побачити) коло. Подивитись, якого кольору (кольорів) коло, що знаходиться в середині: чи є якісь предмети або образи в колі. Потім мандала малюється протягом 30 хв. Далі потрібно розказати, що тут намальовано, і чи подобається цей малюнок в колі. Якщо не подобається, можна щось в ньому змінити. До малюнка можна підібрати музику.

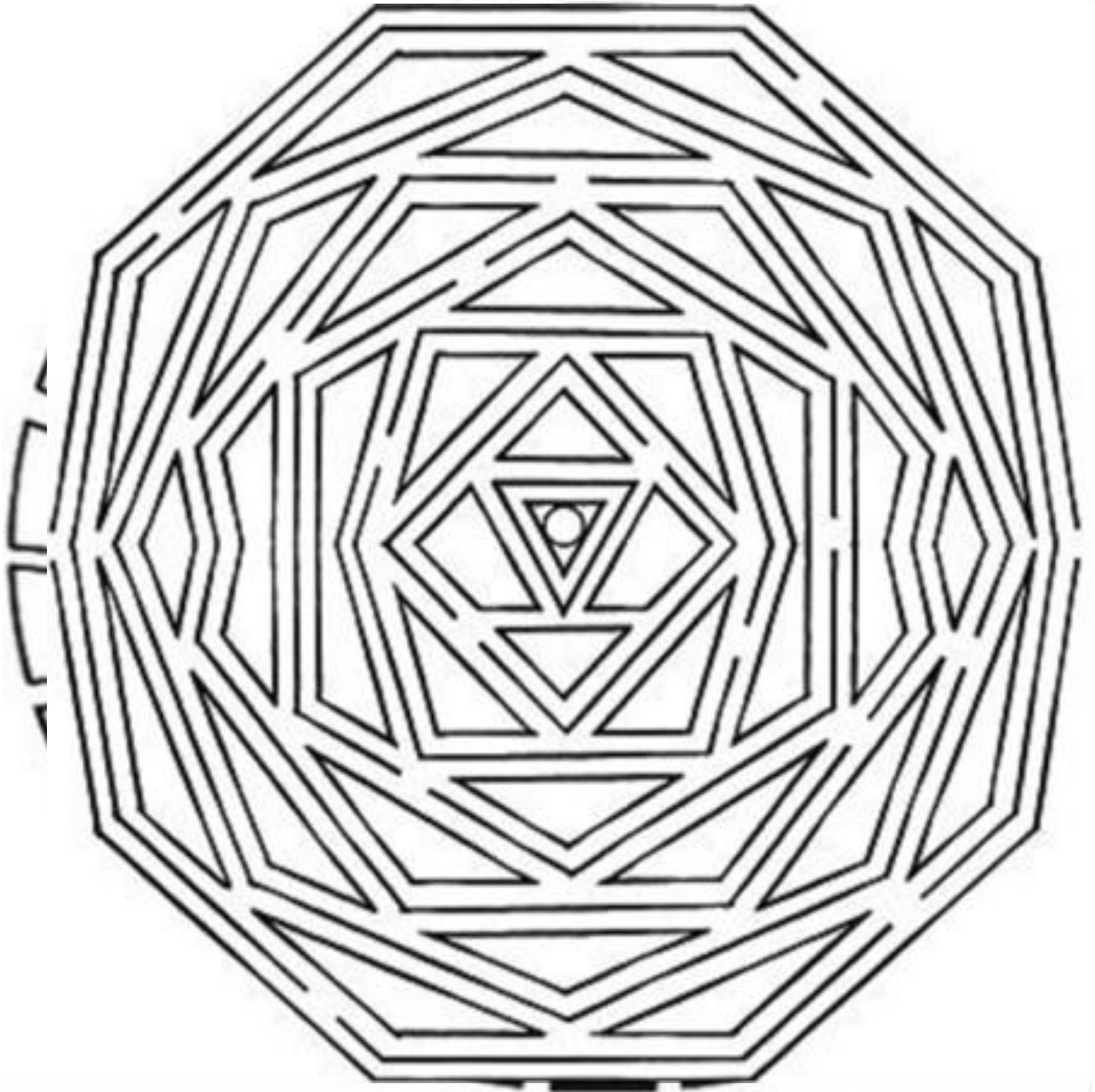
3. Створення павутиння з кількох клубків ниток.

4. Розфарбовування схем мандал (рис. 5.3, рис. 5.4, рис. 5.5, рис. 5.6).



*Рисунок 5.3*

*Рисунок 5.4*



*Рисунок 5.5*

*Рисунок 5.6*

## 5.5. Тренінг для педагогічних працівників



### **«Інклюзивна освіта: рівні можливості для кожного»**

**Мета:** познайомити вчителів з особливостями інклюзивного навчання в системі освіти; сформувані толерантне ставлення до впровадження інклюзивного навчання у закладах освіти,

#### **Завдання:**

- 1) навчитись визначати сильні і слабкі сторони дітей з особливими освітніми потребами
- 2) застосовувати отриману інформацію при складанні індивідуальної програми розвитку та у освітньому процесі.

**Обладнання:** фліпчарт, плакат, «Правила роботи», стікери, папір А-4, фломастери, маркери, бейджі.

### **Хід роботи:**

#### **1. Вітання учасників, вступне слово тренера ( 3 хв.)**

Повідомлення теми та мети заняття.

**Вступне слово.** Коли ми садимо насіння квітки в землю, то помічаємо, що воно маленьке, але ми не критикуємо його за відсутність коріння та стебла. Ми ставимося до нього як до насінини, даючи воду і поживу, які необхідні насінню.

Коли із землі пробивається молодий паросток, ми не засуджуємо його за незрілість і недорозвиненість. Ми також не критикуємо бруньки за те, що вони з'являються закритими. Ми з подивом спостерігаємо за тим, що відбувається і піклуємося про квітку так, як вона потребує на цей момент розвитку.

Квітка є квіткою з моменту, коли вона була ще насіниною, і до моменту своєї смерті. Всередині неї постійно знаходився її цілковитий потенціал. Здається, що вона перебуває у процесі постійної зміни, однак, у кожному зі своїх станів вона є цілком нормальною і прекрасною, такою, як є.

Всі діти різні. Одні буквально схоплюють все на льоту, іншим потрібен час, щоб засвоїти знання і навчитися їх застосовувати. Малюки вчаться ходити, говорити, самостійно тримати ложку, користуватися горщиком різному віці. Також навчаються малювати, читати, писати, розв'язувати задачі. Залежить це від темпераменту, соціального оточення, рівня уваги до дитини з боку дорослих, умов і середовища навчання і багато іншого.

Але іноді трапляється так, що відставання в розвитку обумовлено не індивідуальними особливостями, а хворобою, атипією розвитку, при якій страждають не тільки інтелект, але й емоції, воля, поведінка, фізичний розвиток.

Серед пріоритетів розвитку сучасної освіти – забезпечення рівних прав на освіту всіх дітей і для дітей з особливими освітніми потребами зокрема [5].

Головною метою соціального розвитку сучасного суспільства є повага до людського розмаїття, встановлення принципів солідарності та безпеки, що забезпечує захист та повну інтеграцію у соціум усіх верств населення, в тому числі й осіб з обмеженими можливостями здоров'я. В основу інтеграції закладено принцип доступності та дотримання прав людини щодо рівного доступу до здобуття якісної освіти.

А що таке «освіта»? – це кроки на шляху до кінцевої мети: створення «суспільства для всіх», тобто суспільства, яке дозволить усім брати участь у житті соціуму!

Якісна освіта означає : серед іншого задоволення особливих освітніх потреб кожного індивіда у звичному соціальному оточенні – в сім'ї, серед друзів.

Навчання – це непростий процес! А навчання дітей з особливими освітніми потребами вимагає від нас ще більшої майстерності, розуміння, знань тощо.

У формулі НУШ чільне місце займають такі ключові компоненти як :

- дитино центризм, тобто орієнтація на потреби учня
- новий зміст освіти, заснований на формуванні компетентностей, необхідних для успішної самореалізації в суспільстві
- педагогіка партнерства, що ґрунтується на тісній співпраці між учителем, учнем і батьками
- сучасне освітнє середовище, та інклюзивна освіта, які мають на меті зробити освіту доступною для всіх, зокрема і для дітей з особливими освітніми потребами.

## **2. Вправа - знайомство «Розкажи про себе» ( 10 хв.)**

*Мета:* розвиток саморефлексії, підвищення довіри учасників один до одного, сприяння згуртованості групи.

Учасники розташовуються в аудиторії по колу.

*Інструкція:* - Уявіть ситуацію, що хтось повинен навчати вас чомусь складному (незнайомій галузі знань) - Що він повинен знати про вас?

Почніть своє повідомлення із фрази: «Мене звати ... , а далі повідомте, що про вас важливо знати для того, щоб було легше вас навчати, а вам навчатися...»

*Підсумок:* - Вміння визначати сильні і слабкі сторони дитини дуже важливі при організації навчання, виборі форм, методів навчання. Часто саме від цього і залежить успіх навчальної діяльності і розвиток особистості..

## **3. «Очікування учасників» (5 хв)**

*Мета:* корегування обсягу, складності та стилю подачі матеріалу.

*Інструкція:* учасники отримують по два стікери: на одних потрібно вказати труднощі та власне очікування від тренінгу , а на інших – те, чим вони можуть поділитися.

Записані відповіді учасники прикріплюють у відповідній частини полотна.

Напевно ви неодноразово чули або читали, що позитивне мислення впливає на наше здоров'я та успішність. І це дійсно так. Вченими доведено, що люди, які мислять позитивно, є більш здоровими та набагато щасливішими, ніж ті, які блокують свої позитивні думки. До того ж, люди які дивляться на



життя з позитивним відношенням, є більш успішними як в професійному, так і в особистому житті.

Сьогоднішня – це результат вчорашніх думок, і те як ви житимете завтра залежить від думок сьогоднішніх. Тож давайте налаштуємося на позитив і розпочнемо роботу!

#### **4. Прийняття правил роботи ( 7 хв.)**

*Мета:* показати необхідність вироблення і дотримання певних правил, за якими будується взаємодія людей у групі, прийняття правил для продуктивної роботи під час тренінгу.

*Хід вправи:* тренер пропонує кожному учаснику продумати одну чи кілька умов співпраці необхідних саме йому для ефективної роботи в групі.

Пропозиції, що надходять, коротко обговорюються з групою та записуються на заздалегідь підготовленому аркуші ватману, який протягом усього тренінгу перебуває в полі зору учасників.

Після записування всіх пропозицій тренер ще раз озвучує їх.

#### ***Орієнтовні правила роботи групи***

1. Спілкування за принципом «тут і тепер». Для багатьох учасників характерне прагнення вдатися до розлогих міркувань, обговорення давноминулих подій. У цьому випадку спрацьовує механізм психологічного захисту. Головним є те, що відбувається зараз, які почуття кожний з учасників має у даний момент, бо тільки через актуальне переживання і через груповий досвід може пізнати себе.

2. Конфіденційність. Сутність цього принципу зводиться до рекомендації не виносити почуте і побачене на тренінгу за межі групи. Дотримання цього принципу допомагає встановленню довірливості, дозволяє групі протягом тривалого часу зберігати дискусійний потенціал .

3. Вимикати мобільні телефони — учасники вимикають мобільні, щоб вони не заважали під час роботи.

4. «Я - висловлювання»: Говорити від власного імені. у групі важливим є те, що кожний учасник говорить будь-яку фразу тільки від свого імені. Відмова від безособових дієслівних форм, які допомагають у повсякденному спілкуванні приховати особистісну позицію або ухилятися від прямого висловлювання в небажаних випадках. Тобто замість словосполучень типу «Деякі говорять, що...», «Зазвичай кажуть...», у групі необхідно вживати словосполучення з особовими дієсловами та особовими займенниками: «Я думаю...», «Я вважаю...».

5. Оцінювати факти, а не людину. Говорити про події, які відбулися у твоєму житті чи країні, а не про людину, яка їх пережила чи переповіла їх тобі.

6. Активність. Брати участь в усіх подіях, вправах, ситуаціях, що виникають під час роботи групи.

7. Бути лаконічним у висловлюванні. Говорити тільки з теми запитання («Стислість — сестра таланту»).

8. Толерантність. Прагнути слухати того, хто говорить, намагаючись не переривати, використовувати звернення «ти» під час роботи групи, мати право висловлювати свою думку з будь-якого питання.

9. Правило «Стоп»: кожний має право сказати: „У мене є почуття, але я не хочу про нього говорити, мені це болісно». Це переживання також стає частиною групового досвіду, що викликає нові почуття і нові перспективи групової роботи.

10. Правило відвертості: говорити слід лише про реальні почуття, а не про ті, які б заспокоїли, виправдали або, навпаки, образили. Якщо давати партнеру по спілкуванню викривлений зворотній зв'язок, то це може викликати формування помилкової думки як про себе, так і про інших.

11. Правило не давати порад: порада, нехай навіть і необхідна, і правильна, є складною для виконання, але не тому, що вона погана або нереальна, а тому, що порада – це, по-перше, індивідуальний спосіб дії, що не завжди підходить для іншої людини, а по-друге, порада — це обмеження свободи особистості іншого, що може викликати неусвідомлювану агресію на порадника.

12. Правило заборони на діагнози та оцінку: оцінка вчинку без запити є обмеженням особистої свободи, що породжує тривогу з приводу можливих у подальшому оцінок, які учасник може отримати від інших учасників, це може призвести до виникнення закритості деяких членів групи або до прагнення чинити, виходячи з принципів соціальної бажаності, пристосовуватися.

13. Правило включеності: на заняттях немає спостерігачів, оцінювачів.

### **5. Інтерактивна вправа «Що таке інклюзивне навчання?» (20 хв)**

*Мета:* проаналізувати теоретичні аспекти інклюзивного навчання.

*Обладнання:* журнали з ілюстраціями, клей, ножиці, фарби, пензлики, пластилін, конструктор, природний матеріал, папір А-3, А-1.

*Хід вправи:* всіх учасників тренінгу ділимо на 5 груп. Кожна група за відведений час має зобразити за допомогою даних матеріалів як вони розуміють інклюзивне навчання. Через 10 хв. спікери груп презентують напрацювання груп.

Групи:

«Батьки» - створюють колаж з журнальних ілюстрацій

«Педагоги» - ліплять з кінетичної глини (пластиліну)

«Діти» - малюють фарбами

«Керівники» - працюють з конструктором

«Психологи» - працюють з природним матеріалом

## **6. Інформаційне повідомлення [2]**

«... Особлива дитина – перш за все дитина, а потім вже особлива»

Л.С.Виготський

Інклюзивна освіта — це система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права здобувати її за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з особливими освітніми потребами в умовах загальноосвітнього закладу.

Інклюзія — це процес. Важливо зазначити, що інклюзія має розглядатись як постійний пошук ефективних шляхів задоволення індивідуальних потреб усіх дітей.

В основу інклюзивної освіти покладена ідеологія, яка виключає будь-яку дискримінацію дітей, забезпечує однакове ставлення до всіх людей, але створює спеціальні умови для дітей з особливими потребами.

Діти з інвалідністю – також діти, і як і всім дітям, для всебічного розвитку, їм необхідне спілкування з однолітками. Вони так само як і інші діти мають свої захоплення та мрії – «ким стати, коли виросте...», опанувати професію, знайти гідну роботу.

Підхід до освіти, який пропагується Конвенцією ООН про права інвалідів, ґрунтується на тому, що інклюзивна освіта не лише забезпечує найкраще середовище для навчання, включаючи осіб з розумовими порушеннями, але й допомагає усунути бар'єри та зруйнувати деякі стереотипи їхньої поведінки на користь успішної адаптації в суспільному житті. Така концепція сприяє створенню суспільства, яке готове прийняти людей з інвалідністю замість того, щоб сторонитися їх.

Очевидно, що відбувається зміна парадигми щодо проблеми обмеження участі дітей в освітньому процесі. Тобто система адаптується до потреб дитини.

Девіз інклюзії: «Рівні можливості для кожного»

Головне в інклюзивних підходах те, що не особистість має підлаштовуватись до соціальних, економічних і суспільних чинників, а навпаки, суспільство має створити умови для задоволення особливих потреб кожної особистості.

Держава гарантує всім дітям рівне право на отримання освіти, однак не всі діти мають можливість його реалізувати. Наприклад, більшість шкіл в Україні не можуть забезпечити навчальний процес для дітей з порушенням опорно-рухового апарату, в першу чергу через архітектуру недоступність приміщень. Для дітей з порушенням слуху, зору, мови до цього можна додати ще й питання інформаційної доступності та розумного пристосування.

Тобто, труднощі впровадження інклюзивної освіти пов'язані не тільки з особливостями розвитку дитини, а й перешкодами, що існують у навколишньому середовищі. Наприклад:

- архітектурні (відсутність пандусів, обладнаних туалетів, недоступність транспорту)
- інформаційні (недоступність інформації для осіб з порушенням зору чи слуху)
- інституційні (недосконале законодавство і нормативно-правова база)
- ментальні бар'єри – наші ставлення та упередження

Інклюзія пов'язана з визначенням перешкод та їх подоланням. Відповідно, вона включає проведення комплексної оцінки, збір інформації з різноманітних джерел для розробки індивідуального плану розвитку та реалізації його на практиці.

Тобто система адаптується до потреб дитини. Суспільство повинно враховувати індивідуальні потреби людей і пристосовуватися до них, а не навпаки.

### **7. Вправа «Норма та порушення у розвитку» ( 10 хв.)**

*Мета:* формування толерантного та рівного ставлення до всіх учасників навчального процесу.

*Хід вправи:* учасники тренінгу поділені на кілька груп. Їхнє завдання зобразити дитину з нормальним розвитком. По закінченню роботи групи презентують свої напрацювання.

*Висновок:* норма – деяке ідеальне утворення, умовне позначення об'єктивної реальності, деякий середньостатистичний показник, який характеризує реальну дійсність, але не існує у ній.

Норма передбачає таке поєднання особистості і соціуму, коли вона безконфліктно і продуктивно виконує провідну діяльність, задовольняє свої основні потреби, відповідає при цьому вимогам соціуму відповідно віку, статі та психосоціального розвитку. Кожна норма має свої показники та характеристики. На сьогодні показниками нормального розвитку дитини є:

- нормальна робота головного мозку та його кори;
- нормальний фізичний розвиток і пов'язані з ним збереження працездатності, нормального тонуусу нервових процесів;
- збережені органи чуття, які забезпечують нормальний зв'язок дитини із зовнішнім світом;
- систематичне навчання і виховання дитини у сім'ї, дитячому садку і загальноосвітній школі.

Те, що не відповідає віковим особливостям розвитку є порушенням.

## 8. Інформаційне повідомлення [4]

Діти з особливими освітніми потребами – поняття, яке широко охоплює всіх дітей, чії освітні потреби виходять за межі загальноприйнятої норми, йдеться про дітей із особливостями психофізичного розвитку, обдарованих, а також дітей із соціально вразливих груп (вихованців дитячих будинків та ін.).

Словосполученням «людина з обмеженими освітніми можливостями» позначають осіб, що мають порушення здоров'я зі стійким розладом функцій організму, спричинені захворюваннями, наслідками травми або порушенням, що призводять до обмеження життєдіяльності, впливають на якість життя людини й зумовлюють необхідність соціального захисту.

## 9. Вправа «Ярлики» (7 хв) [6]

*Мета:* дана вправа спрямована на те, аби учасники, відчували як воно бути, коли тебе сприймають через призму певної ролі.

*Психолог:* - Зараз ми спробуємо заглибитися в емоційний світ діток. Як їм живеться у колі здорових?.

Обирається кілька бажаючих, кожен з них отримує «корону»-ярлик, з певним підписом. Важливо, щоб власники корон не бачили підпису на їхній короні.

Усі присутні під час вправи рухаються в довільному порядку, при цьому до коронованих ставляться так, як вказано на їхніх коронах.

*Інструкція до усіх учасників:* - У вас є кілька хвилин, щоб розслабитись, розімнутись, але, водночас, не забувайте ставитися до власника корони так, як на ній вказано. *До власників корон :* - Не підглядайте, що написано на вашій короні, а спробуйте самостійно визначити за відповідним ставленням до вас інших.

На кожній короні написано:

- «жалій мене»;
- «розмовляй так, ніби мені 5 років»;
- «ігноруй мене»;
- «підбадьорюй мене»;
- «кажи, що я нічого не вмію і не можу»;
- «корч мені гримаси»;
- «усміхайся мені»;
- «будь похмурим».

*Рефлексія:* через кілька хвилин всі, не знімаючи «корони», відповідають на запитання: – Чи сподобалося вам, коли з вами спілкувалися таким чином?

Після того, як всі бажаючі висловилися, пропонується зняти «корони» і вийти зі своїх ролей.

*Завдання для обговорення.*

- Чим в реальному житті можуть бути ці «корони»?
- Як впливає наявність подібних ярликів на спілкування?
- Як часто ми зустрічаємося з ситуаціями навішування ярликів?
- Як дитина реагує на ярлик?
- Чи легко позбутися ярликів? Як це зробити?

### **10. Вправа «Можуть - не можуть» (10 хв) [18]**

*Мета:* створення позитивної думки про людей з особливими освітніми потребами, толерантного ставлення до них.

*Хід вправи:* тренер об'єднує учасників у групи за кольорами, щоб визначити труднощі і потенціал людей з обмеженими фізичними можливостями. Кожна група отримує аркуш паперу, на якому рисою відділено граfi «Вони можуть» та «Але вони не можуть». Дайте відповіді на запитання.

#### Картка 1. Люди з ослабленим зором

- Чи можуть вони працювати на комп'ютерах, лікарями, авіапiлотами, вчителями, водіями автомобілів, на заводі у цеху?
- Чи можуть самі перейти дорогу?
- Обійти перешкоду на вулиці?
- Читати книжки?
- Бути вченими, винахідниками?
- Займатися спортом?
- Учитись у звичайній школі?

#### Картка 2. Люди з порушенням інтелекту

- Чи можуть працювати вчителями, інженерами, льотчиками, водіями автомобілів, на заводі у цеху?
- Чи можуть займатися спортом?
- Учитись у звичайній школі?
- Бути вченими, винахідниками?
- Грати у театрі, в кіно?
- Співати в хорі?
- Відвідувати театри, цирк, зоопарк?

#### Картка 3. Люди з важким порушенням опорно-рухового апарату

- Чи можуть вчитися у звичайній школі?
- Їздити громадським транспортом?
- Безперешкодно ходити на роботу?
- Працювати конструкторами, комп'ютерниками, юристами, лікарями, водіями, льотчиками?
- Відвідувати театри, цирк, зоопарк?

- Займатися спортом? Якщо так, то якими видами?
- Чи можуть грати у театрі, в кіно?

*Картка 4.* Люди з ослабленим слухом

- Чи можуть вони працювати на комп'ютерах, лікарями, авіапілотами, вчителями, водіями автомобілів, на заводі у цеху?
- Чи можуть самі перейти дорогу?
- Учитись у звичайній школі?
- Безперешкодно ходити на роботу?
- Читати книжки?
- Бути вченими, винахідниками?
- Займатися спортом?

*Психолог.* Виберіть спікера від вашої команди, який презентує труднощі і потенціал цих груп людей. Не забувайте відповідно ставитись до людей з «коронами». (Презентація груп.)

Отже, потенціал у людей з обмеженими фізичними можливостями є, і ми можемо спиратися на нього при роботі.

А тепер повернімося до наших королів і королев.

- Як ви почувалися під час вправи?
- Чи можете здогадатися, що написано на ваших «коронах»?
- Чим у реальному житті можуть бути «корони»?
- Як впливає наявність таких ярликів та стереотипних штампів на спілкування?
- На стан «ярликоносія»?

Що ж, «корони» можна віддати. А ми повинні вибачитись і вдячно потиснути руки нашим «демонстраційним матеріалам» за їхню нелегку роботу.

### **10. Вправа «Фасилітатор» (5 хв)**

*Мета:* формування умінь налагодження контакту з учнями з особливими освітніми потребами.

*Інструкція:* - Об'єднаємося у дві групи за принципом «день — ніч». Тихенько, пошепки я вам скажу завдання. Внутрішньому колу слід протягом 1 хвилини стояти, витягнувши вперед руки і заплющивши очі.

Зовнішнє коло, коли побачить, що руки партнера опускаються вниз, легесенько їх підтримує, аж доки відчує, що підтримка вже не потрібна. Тоді заберіть руки, і знову підставте, коли знадобиться.

- Як ви почувалися?
- Чи добре було тим, кому постійно підтримували руки?
- Чи добре було тим, кому підтримували руки час від часу?

Відкрию секрет: внутрішнє коло — це діти, ще поки незрячі, яким потрібна наша підтримка, а зовнішнє — ми, вчителі. Отже, який можна зробити висновок?

Комусь підтримка потрібна постійно, а комусь — лише інколи. Завдання вчителя — відчути, коли, кому та яку підтримку потрібно надати.

### **11. Мозковий штурм (10хв)**

*Мета:* узагальнюючи отриману інформацію створити принципи ефективної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами.

*Інструкція:* -Тепер давайте виділимо основні принципи ефективної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами:

1. Ставитись доброзичливо і створювати для них ситуації успіху.
2. Враховувати індивідуальні здібності та стан здоров'я, медичний прогноз.
3. Створювати безпечне середовище, матеріал викладати невеликими частинами й коригувати відповідно до сприйняття дитини.
4. Обов'язково вводити фізкультхвилинки.
5. Встановлювати партнерські стосунки з родинами дітей, залучати їх до активної участі у педагогічному процесі.

### **12. Рефлексія тренінгу (обговорення):**

1. Чи познайомилися Ви, сьогодні з поняттям «інклюзія» та особливостями впровадження його у ЗНЗ.
2. Чи справдилися ваші очікування?
3. Що би ви хотіли ще додати по даній темі?

### **Література**

1. Бондар В. І. Соціально-педагогічна підтримка обдарованих дітей-інвалідів: Збірка матеріалів / В. І. Бондар, В. В. Засенко. – К.: Наук. світ, 2005.
2. Вправа "Ярлики" [Електронний ресурс] // Дитячий психолог. – 2015. – Режим доступу до ресурсу:  
<https://dytpsycholog.com/2015/05/11/%D0%B2%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0-%D1%8F%D1%80%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B8/>
3. Ілляшенко Т. Інтеграція дітей з освітніми потребами у загальноосвітньому навчальному закладі/ Т. Ілляшенко. – Психолог, 2009. – №10. – С.14-18.].
4. Калініченко І. О. Психолого-педагогічний супровід дітей з особливими потребами в умовах інклюзивного навчання [Електронний ресурс] / І. О. Калініченко. – Запоріжжя, 2018. – Режим



- доступу:<https://vseosvita.ua/library/psihologo-pedagogicnij-suprovid-ditej-z-osoblivimi-potrebami-v-umovah-inkluzivnogo-navcanna-61048.html>
5. Кемпбелл Р. Лицом к лицу с ребенком / Р. Кемпбелл. – 1999. – 367 с
  6. Концепція «Сім`я і родинне виховання» / В. Г. Постовий, П. М. Щербань, Т. Ф. Алексеєнко та ін. – Рідна школа, 1999. – 20 с.
  7. Любчак Л. В. Родинна педагогіка: Курс лекцій: Посібник / Л. В. Любчак. – Вінниця: ФОП Корзун Д. Ю, 2012. – 150 с.
  8. Матеріали науково-практичної Інтернет-конференції «Особливості психолого-педагогічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами» [Електронний ресурс]. – Черкаси, 2018. – Режим доступу: <http://oipoppp.ed-sp.net/?q=node/24198>
  9. Методичні рекомендації для тренерів щодо розроблення і проведення тренінгів [Електронний ресурс] / Т. Фулей, Н. Буруковська, Т. Будниченко, Г. Савченко // 2016 – Режим доступу до ресурсу: <http://nsj.gov.ua/files/1491898085Методичка%20з%20проведення%20тренінгів%20-%20FINAL.pdf>.
  10. Навчально-методичний посібник «Організаційно-методичний супровід дитини з особливими освітніми потребами в умовах ДНЗ». / Компанець Н. М., Луценко І. В., Коваль Л. В. – К.: Видавнича група «Атопол», 2018. – С. 100.
  11. Підготовка до школи дітей з особливими потребами в умовах сім`ї: поради батькам / За ред. Ф. І. Бондаря, В. В. Засенка. – К.: Наук. світ., 2005.
  12. Понятовская-Замышляева Д. Медитативные игры с мандалой / Д. Понятовская-Замышляева. – М.: Генезис, 2007 – 102 с.,
  13. Психолог у НУШ: радісно та впевнено руш! Путівник психолога в Новій українській школі / Заг. ред. Є.В. Афоніна, О.О. Заріцький, Н.В. Міщенко. – Краматорськ: Витоки, 2018. – 250 с.
  14. Робота вчителя початкових класів з дітьми з особливими освітніми потребами [Електронний ресурс] // EDERA – Режим доступу до ресурсу: <https://courses.ed-era.com/courses/course-v1:EdEra-SmartOsvita+Inc+1/about>
  15. Романовська Д. Технології роботи з батьками / Д. Романовська. – К.: Главник, 2007. – 128 с.
  16. Трубіцина Ю. П. Розуміння інклюзії – рівність прав [Електронний ресурс] / Ю. П. Трубіцина. – Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/rozuminna-inkluzii-rivnist-prav-2306.html>
  17. Українсько-канадський проект «Інклюзивна освіта дітей з особливими потребами в Україні»: тренінгові модулі. – К., 2011. – 124 с.

18. Фалько Н. М. Мандала як засіб арт-терапії/ Н. М. Фалько, Д. І. Гармаш, Л. В. Браславська // Науковий вісник Херсонського державного університету: серія «Психологічні науки» – Вип. II. – Том 3. – ХДУ, 2017 – С. 32-36
19. Юнг К. Г. О символизме мандалы (Относительно символизма мандалы) / К. Г. Юнг // О природе психіки. – К. : Ваклер, 2002 – 195 с.
20. Як говорити з дітьми про інклюзію? Сім тематичних відео [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://nus.org.ua/articles/yak-govoryty-z-ditmy-pro-inklyuziyu-sim-tematychnyh-video/>

## **VI. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ ТА ПЕДАГОГІВ**

Сім'я – це мікросоціум, в якому формуються моральні якості дитини, її відношення до людей, уявлення про характер міжособистісних взаємин. Піклування про дітей з особливими освітніми потребами справа складна та потребує від сім'ї значних зусиль, оскільки дитині необхідна постійна підтримка і особливий підхід, тому треба навчитися взаємодіяти і спілкуватися з нею.

Ми пропонуємо рекомендації для батьків, які виховують дітей, які мають порушення у розвитку, що спрямовані на розвиток їх взаємодії, формування довірливих стосунків й орієнтації на позитивний розвиток дитини. Крім того, даними рекомендаціями можуть користуватися і педагоги, модифікуючи їх до умов навчальної діяльності та покращуючи її відповідно до особливих потреб учня. Вони допомагають знайти підхід до дитини, налагодити контакт з нею.

В даному розділі запропоновано поради та тренінгові вправи для педагогів закладів загальної середньої освіти, які допоможуть детальніше ознайомитись із особливостями інклюзивної освіти, роботи з дітьми із особливими освітніми потребами та їх батьками.

### **6.1. Рекомендації для батьків та педагогів «Як навчити дитину справлятися з поставленими перед нею завданнями: реакції на небажану поведінку, позитивні вказівки» [1]**

Ось декілька порад, як навчити дитину поводитися належним чином та мотивувати до виконання різного роду завдань, які є доречними не тільки для батьків дітей з особливими освітніми потребами, а й для педагогів та психологів під час навчального процесу чи психотерапевтичної взаємодії з дитиною:

**1. Чітко уявіть собі мету, яку ви переслідуєте.**

**2. Переконайтеся, що всі, хто задіяні у процесі виховання дитини, ознайомлені з вашими цілями.**

**3. Вирішіть, що повинно слідувати за небажаним вчином дитини.**

Ваша реакція на її вчинок повинна завадити бажанню дитини вчинити так ще раз. Намагайтеся реагувати спокійно та м'яко, але так, щоб ваша реакція подіяла. Не варто бути занадто суворим зі своїм малюком, тим більше, що деякі міри краще залишити про запас. Деякі варіанти того, як можна реагувати на поведінку дитини - від найм'якіших до найжорсткіших, наведені в таблиці 6.1.

**4. Реагуйте на небажаний вчинок дитини негайно.**

Діти з труднощами розвитку швидко забувають про свої вчинки. Реакція із запізненням може бути безглуздою і лише спантеличить малюка. Подія повинна бути свіжою в пам'яті дитини. Якщо брат або сестра малюка прибіжить з прогулянки і скаже: «Мама, Кейт тільки що зробила те й те», то застосовувати якісь міри вже ймовірно буде запізно.

#### ***5. Будьте послідовними у своїх діях.***

Реагуйте кожного разу, коли ви помітите небажану поведінку дитини, і реагуйте однаково. Безперечно, виникатимуть ситуації, коли ви просто будете не в змозі відреагувати належним чином, як, наприклад, під час поїздки на автобусі, де неможливо «ізолювати» дитину. Однак, якщо ви залишатиметесь вірним своїй реакції в усіх інших ситуаціях, коли їй ніщо не заважатиме, ці неминучі винятки не будуть мати значення.

#### ***6. Будьте готові до того, що поведінка дитини, перед тим як поліпшиться, може погіршитися.***

Коли дитина відчує, що ви по-іншому реагуєте на її поведінку, вона захоче випробувати цю нову систему відносин. Вона буде у різні способи намагатися перевірити, чи не вдасться їй уникнути якихось наслідків або змінити ваші наміри. І починається «змагання на впертість», де тато думає: «Ні, я не буду, НЕ БУДУ звертати на неї уваги», а малюк думає: «Подивимось, чи вдасться татові не звертати уваги і на ЦЕ». Ось чому просто конче треба, щоб ви наполегливо та послідовно застосовували свій новий підхід хоча б два тижні. Коли ви переконаєте малюка, що ви справді серйозно налаштовані, почнуть з'являтися позитивні результати. Постійні зміни та перевлаштування вашого підходу можуть тільки ускладнити ситуацію. Дитина зрозуміє, що вона завжди може знайти спосіб змінити наміри мами та тата.

Що ж стосується позитивних моментів.

#### ***7. Заохочуйте правильну поведінку дитини.***

Це так само необхідно, як і вчасна та послідовна реакція на небажану поведінку, але про це легко забути. Ви і не помітите, як вирішення проблемної поведінки цілком заволодіє вашою увагою; для того, щоб дозволити собі трохи відпочити, скористайтеся моментами, коли ваш малюк поводить себе гарно. Намагайтеся відпочивати неподалік від дитини, щоб ви могли спостерігати за її гарною поведінкою та хвалити її. Дитина повинна усвідомлювати, що це не вона особисто, а певні її вчинки викликають ваше незадоволення. Для того, щоб упевнитися в цьому, їй необхідно постійно чути вашу похвалу за хороші вчинки.

#### ***8. Формуйте у дитини позитивні навички, за допомогою яких вона зможе позбавитися проблемної поведінки.***

Ми вже говорили про необхідність формулювання цілей позитивного характеру, які б надавали дитині можливість навчитися альтернативної поведінки на заміну небажаної. Починайте займатися розвитком позитивних навиків дитини в той самий час, як ви привчаєте її до вашої певної реакції на її негативні вчинки.

### ***9. Залучайте до виправлення поведінки дитини всіх зацікавлених у цьому людей.***

Зрештою, усім, хто спілкується з дитиною, необхідно виробити певну стратегію, щоб справитися з її проблемною поведінкою, тому, якщо ви запропонуєте їм вашу, нічого поганого в цьому не буде. Навіть дуже маленькі діти можуть навчитися так реагувати на поведінку їх братика або сестрички, що їхня реакція не принесе останнім задоволення, на яке вони розраховували. Зі своїми образами маленькі діти майже завжди придуть до вас («Мамо, Кріс мене штовхнула»), і у вас з'явиться можливість не тільки втішити їх, але й дати пораду («Ти відразу ж відходь від неї, коли вона тебе штовхає. Навіть не дивися на неї. Приходь і грайся зі мною замість цього»). Дуже важливо, щоб усі, хто тим чи іншим чином мають стосунок до малюка, хвалили його за гарну поведінку та заохочували використання нових навиків.

### ***10. Ведіть записи результатів.***

Хоча б у перші два тижні занотуйте кожен раз, коли дитина поводить себе не так, як вам би того хотілося, та кожен раз, коли вона використовує нові навички, яких ви її вчите. Іноді, коли ваша програма навчання набирає повних обертів, буває так важко зрозуміти, є позитивні зрушення чи ні. У такий спосіб ви зможете в цьому переконатися. Ваші записи, зроблені за декілька днів до початку занять, забезпечать вас матеріалом для порівняння. Нотатки, зроблені до та після початку процесу виховання, допоможуть вам вирішити, чи слід продовжувати рухатись у тому ж напрямку, чи варто змінити стратегію.

#### **Слідкуйте за собою.**

Постійно притримуватися цих правил змогли б тільки ідеальні батьки, якщо такі взагалі існують. Навіть дуже досвідченим батькам та вихователям важко справлятися з проблемною поведінкою. Коли у вас щось не виходить, намагайтеся не виплескувати своїх емоцій при дитині, але якщо ви все ж таки не стрималися, не варто розчаровуватись. Якщо ви знаєте, до чого прагнете, та працюєте за планом, ви, зрештою, досягнете своєї мети.

Ймовірно, настав час попросити додаткової допомоги у членів родини або друзів, або подумати, як вам відпочити від хатніх справ.

Хваліть себе за кожне невеличке досягнення вашої дитини. Адже вирішення цієї проблеми полегшить життя як вам, так і вашій дитині. Навчивши вашу дитину, як потрібно поводитися, щоб мати багато друзів,

оволодівати новими навичками та отримувати задоволення від власних позитивних діянь, ви відкриєте їй двері у світ нового досвіду та повноцінного життя.

*Таблиця 6.1. Реакція на небажану поведінку дитини*

***Ігнорувати поведінку дитини.***

Така реакція може бути дуже ефективною, якщо своєю поведінкою дитина намагається привернути увагу. Навіть якщо вам доведеться мати справу з наслідками діянь вашої дитини або доторкатися до неї ви можете зробити це відчужено, не дивлячись на неї та не виказуючи своїх емоцій. Для цього вам знадобиться трішки артистизму!

Не кожен поведінку можливо проігнорувати. Якщо, наприклад, ваша дитина щипає малюка, то останній навряд чи проігнорує таке до себе ставлення, і бурхлива реакція з його боку забезпечена.

***Позбавити дитину якихось задовольень.***

Така реакція найбільш ефективна зі старшими дітьми. З маленькими ж дітьми її слід застосовувати відразу ж після скоєного (наприклад, прогнати дитину від столу під час обіду), щоб дитина чітко усвідомлювала, що саме викликало таку реакцію.

***Тимчасово ізолювати.***

Дитину відривають від її заняття та залишають на деякий час - скажімо, на хвилину 5 або доки всі заспокояться - на самоті. Робити це слід якомога спокійніше, без зайвої метушні. Просто поясніть дитині, за що її ізолюють, і не більше.

Можна саджати дитину на спеціальний стілець або ставити в кут - це іноді допомагає - проте дитина може почати кривлятися, на що присутнім у кімнаті (особливо дітям) буде важко не звернути уваги. Тому набагато ефективніше було б відвести її в іншу кімнату, наприклад, у «спальню», і залишити там.

Ви зовсім не намагаєтесь злякати дитину, тому не замикайте її, якщо це може її занепокоїти. Однак дайте їй чітко зрозуміти, що вона повинна залишитися там, доки ви особисто не дозволите їй повернутися до інших членів родини.

У випадку, якщо вона почне плакати або вибрикуватись, вдайте, що ви не звертаєте на неї уваги. Можете підійти до неї, коли вона почне заспокоюватись.

Якщо ж дитина спокійно грається у кімнаті, це зовсім не означає, що вона вирішила "побити вас вашою ж зброєю" - швидше за все, чудово зрозуміє, що її поведінка викликала ваше незадоволення. Час покаже, так це чи ні.

Незважаючи на реакцію на таке покарання, продовжуйте застосовувати цей метод протягом щонайменше двох тижнів. Якщо під кінець цих двох

тижнів проблемна поведінка дитини проявлятиметься все рідше, значить, метод тимчасового ізолювання працює.

Доктор Кристофер Грін у своїй книзі "Виховання дітей, які починають ходити" наголошує, що метод тимчасового ізолювання особливо корисний у "вибухонебезпечних ситуаціях", коли потрібно розвести дві сторони, готові вступити в суперечку. Це ще одна корисна властивість цього методу на додаток до кінцевої його мети - змінити проблемну поведінку дитини.

### ***Інші неприємні для дитини заходи.***

Зрештою, саме вам, батькам, доведеться відшукати той захід, який матиме найбільший вплив на вашу дитину і завадить її проблемній поведінці. Один із критеріїв при виборі цих заходів - це їх дієвість, але слід враховувати й інше. Якщо ви регулярно битимете дитину, вона може вирішити, що й сама може так себе вести і незабаром буде бити молодшого брата чи сестричку або навіть давати здачі вам. Це стосується і покарання "зуб за зуб" - "Ти смикаєш мене за волосся, значить, я буду смикати за твоє".

Іноді батькам здається, що їхня реакція неприємна дитині, однак насправді все навпаки. Гарний приклад цьому - крик: вид розгніваного тата чи мами можуть тільки потішити малюка.

Важко знайти такий підхід, який був би одночасно ефективним, та не створював нових проблем (як постійне биття). Але вихід повинен бути. У центрі Маккуорі найбільш вдало застосовувалися методи ігнорування (для нескладних випадків) та тимчасової ізоляції. Можливо, варто було б розпочати саме з них.

Завжди потрібно пам'ятати, що ваша ціль не стільки покарати дитину за її вчинки, скільки відучити її від такої поведінки. Якщо ви будете дивитися на це саме з такої позиції, тоді ви завжди будете на боці вашої дитини, і для вас обох процес виправлення поведінки здаватиметься не таким уже й важким.

### **Як уникнути проблемної поведінки**

Якщо вам ще не доводилося спостерігати проблемної поведінки у вашої дитини, продовжуйте займатися з нею, як і раніше. Швидше за все, ви вже використовуєте деякі з описаних у цьому розділі методів. Зрештою, всі ці методи перевірені та підтвержені досвідом багатьох людей.

Якщо ваша дитина ще не досягла віку, де дисципліна стає справжньою проблемою, або якщо, подолавши одну проблему, ви бажаєте уникнути майбутніх, ми пропонуємо вам декілька порад, як справлятися із звичайною неслухняністю вашого малюка, щоб вона не досягла масштабів справжньої проблеми.

***1. Завжди звертайте увагу на хорошу поведінку дитини та хваліть її за це.***

Безперечно, набагато легше сприймати час, коли дитина поводить себе гарно, як зайвий шанс відпочити, почати готувати обід, підлити квіти в саду, почитати книжку або просто розслабитися та набратися сил. Ви можете робити все це та водночас не забувати звертати увагу і на вашу дитину - підбадьорте її добрим словом або погладьте по головці, проходячи повз неї, прокоментуйте її гру. Така запланована похвала гарної поведінки буде здаватися вам штучною на початку, але згодом вона увійде в звичку. І до цього варто прагнути, адже багато проблем з поведінкою виникають саме через брак уваги, якої так потребують наші діти.

## ***2. Установлюйте чіткі, прості та послідовні правила.***

Перевірте, чи розуміє ваша дитина, чого ви від неї очікуєте. Робіть скидку на вік вашої дитини та на її можливості, але як тільки ви переконаєтеся, що вона в змозі притримуватись якогось правила, дайте їй чітко зрозуміти, що саме цього ви й бажаєте. Звичайно, вона намагатиметься випробувати ваші правила «на міцність», тому продумайте, як ви будете реагувати в такій ситуації. Коли ж малюк нарешті запам'ятає ваші правила, зробіть усе, щоб він відчув гордість за це досягнення.

## ***3. Давайте позитивні вказівки.***

Життя з непосидющою дитиною дошкільного віку може здатися нескінченним потоком вказівок – «Не роби цього», «Не чіпай того», «Припини», та більш за все «Ні!». Якщо від цих фраз вам стає сумно, уявіть як почуває себе при цьому ваш малюк. Тому формулюйте свої вказівки інакше - кажіть, що дитині слід робити. Тоді вони набудуть різноманітного (а тому цікавішого) та позитивного звучання. Якщо ви залишите «Ні» та «Не смій» для більш критичних випадків, вони матимуть більшу вагу.

## ***4. Урізноманітнюйте вашу реакцію на прояви неслухняності дитини.***

Якщо на кожний вибрик малюка ваша реакція буде однаково жорсткою, у вас не залишиться нічого «про запас», коли виникне дійсно серйозна ситуація (наприклад, загроза безпеці дитини). Непогано було б мати достатньо широкий діапазон реакцій, тоді в кожній конкретній ситуації ви зможете застосовувати найбільш м'який варіант, який принесе результат. Ми вже торкалися цього питання в цьому розділі, але якщо ви маєте справу із невикоріненою проблемою, пропонуємо вам ще декілька варіантів рішень:

- **Слідкуйте за розташуванням предметів.** Прибирайте певні речі подалі від дитини, щоб вона не змогла ними скористатися і викликати цим неприємну ситуацію. Це особливо потрібно робити, якщо в домі зовсім маленька дитина, яка не розуміє різниці між маминим фотоапаратом та своїм іграшковим, між шкільними підручниками Джеймі та своєю чернеткою.



- **Ігноруйте її вчинки.** Якщо своїми діями дитина не досягне ніякого результату, можливо, вона більше так не вчинить. Навіть якщо вам доведеться втрутитися, не розмовляйте з дитиною та не дивіться на неї. У випадку, якщо в подію була випадково втягнута інша дитина, приділіть всю увагу їй, демонстративно ігноруючи кривдника.
- **Запропонуйте дитині інше заняття.** Давши дитині позитивну вказівку, ви тим самим відволікаєте її від пустоцівта займає її чимось більш корисним.
- **Тверде «Ні!».** Жорстко вимовлені «Ні» та «Перестань» можуть відволікти вашу дитину від того, що вона робить або збиралася зробити, після чого ви можете запропонувати їй більш позитивне заняття. Не повторюйте «Ні» декілька разів - якщо воно справді може подіяти на вашу дитину, воно подіє відразу ж. Звичка ж може викликати несприйняття дитиною ваших вказівок.
- **Усне нагадування.** Дайте малюкові шанс самому виправити ситуацію. «Що тато тільки-но сказав?» або «Яке у нас правило щодо ножів?» - дадуть дитині можливість змінити свої наміри.
- **Позбавлення певних задовольень.** Ця тактика в основному спрацьовує зі старшими дітьми, але вона може бути ефективною і з маленькими дітьми, якщо покарання слідує миттєво, одразу ж після скоєного. Якщо за скоєне на початку обіду ви пообіцяєте дитині позбавити її морозива, ця міра, швидше за все, не буде ефективною, на відміну від миттєвого позбавлення дитини десерту за провину, скоєну тоді, коли всі тільки приступають до нього.
- **Тимчасове ізолювання.** Це означає, що дитину на деякий час залишають наодинці (див. таблицю 6.2).
- **Фізичне покарання.** Цієї міри завжди можна уникнути, однак деякі батьки вважають, що за деяких обставин вона виправдана. Не забувайте, якщо ви будете регулярно бити малюка, він може вирішити, що така поведінка є цілком прийнятною: «Якщо тато б'є мене, чому я не можу робити те саме?» Прибережіть цю міру для потенційно небезпечних ситуацій, коли, наприклад, дитина вибігає на дорогу.
- **Завжди уникайте:**
  - суперечок з приводу встановлених правил;
  - крику (якщо ви в змозі себе стримати);
  - зміни свого рішення;
  - зупинки на півдорозі;
  - покарання «зуб за зуб» («Ти вщипнув мене, тому я зроблю те саме»).

Усе це може тільки погіршити ситуацію, до того ж існує так багато альтернативних варіантів.

## **5. Поясніть дитині, що вам не подобаються деякі її дії, а її саму ви любите.**

Зазвичай батькам не потрібно цього пояснювати, але так легко ввести дитину в оману, навіть не підозрюючи цього. Виражайте ваші почуття словами, зрозумілими їй. Між словами : «Ти будеш сидіти в кімнаті тому, що ти неслухняна дівчинка» та «Ти будеш сидіти в своїй кімнаті тому, що вилізла через вікно» - величезна різниця.

*Таблиця 6.3. Десять принципів виправлення поведінки дитини*

<p>Чітко уявіть собі мету, яку ви переслідуєте.</p> <p>Переконайтеся, що всі, хто задіяний у процес виховання дитини, ознайомлені з вашими цілями.</p> <p>Вирішіть, що повинно слідувати за небажаним вчинком дитини.</p> <p>Реагуйте на небажаний учинок дитини негайно.</p> <p>Будьте послідовними у своїх діях.</p> <p>Будьте готові до того, що поведінка дитини, перед тим як поліпшиться, може погіршитися. Заохочуйте правильну поведінку дитини.</p> <p>Формуйте в дитини позитивні навички, за допомогою яких вона зможе позбавитися проблемної поведінки.</p> <p>Залучайте до виправлення поведінки дитини всіх зацікавлених у цьому людей.</p> <p>Ведіть записи результатів.</p>
---

## **6.2. Рекомендації для батьків та педагогів**

### **«Що робити після того, як дитина виконає завдання: методи заохочення» [1]**

Те, що треба робити після того, як дитина зробить спробу виконати завдання, можна назвати одним словом: заохочення, яке варто використовувати не тільки батькам, але і педагогам.

Заохочення - це основний принцип навчання, який ви будете використовувати завжди, чого б ви не навчали. Заохочення винагороджує нас за те, що ми зробили, та стимулює наше бажання повторити це.

Коли ми заохочуємо дитину, ми даємо їй зрозуміти, що вона чинить правильно, і робимо це так, щоб їй було приємно і в неї виникло бажання продовжити свої спроби.

Заохочення дуже важливе для нашого життя. Багато з того, що ми робимо, ми робимо заради отримання очікуваного результату. Конверт із зарплатнею - блискучий цьому приклад, але заохочення, усе ж таки, не обмежується суто матеріальною зацікавленістю. Є речі, які ми робимо заради самого процесу - вони приносять нам відчуття задоволення собою. Ми можемо

робити щось тільки тому, що це викликає схвалення оточення, або тому, що якщо ми зробимо це зараз, потім у нас буде більше часу на розваги та відпочинок. Наша поведінка може також бути викликана бажанням привернути увагу людини, яка нас не помічає. Навіть така, здавалося б, неприємна реакція з боку іншої людини, як крик, може виявитися для нас своєрідним заохоченням - адже нас не залишили без уваги!

Дуже легко припускати, що ми стимулюємо певну поведінку дитини тим, що поводимося з нею так, як нам здається, їй подобається. Але єдиний спосіб переконатися в тому, що наші дії насправді заохочують дитину - це перевірити результати. Якщо всі ті речі, які ми схвалюємо, відбуваються дедалі частіше, це означає, що ми на правильному шляху. Якщо ж ні, значить, наша тактика заохочення неефективна.

### **Як заохочувати.**

Основне правило: виражайте ваше заохочення якомога природніше та невимушено.

Якщо поведінка вашої дитини буде залежати від занадто штучної форми заохочення, їй буде важче звикати до нових та незнайомих ситуацій (як умови дитячого садка або школи), тому що там такі форми навряд чи будуть застосовуватися. Але що ми називаємо „природним“, а що „штучним“ заохоченням? Що робити, якщо більш природні методи не діють? Відповісти на ці запитання нам допоможе перегляд різних методів заохочення.

### **Похвала.**

Похвала - це найприродніша та найдоступніша форма заохочення. Усім подобається її отримувати, і (майже!) всі готові хвалити. На щастя, похвала також досить ефективна, оскільки заохочує того, хто її отримав, докладати ще більших зусиль. Для більшості дітей похвала їхніх батьків - це все, що їм потрібно.

Однак, якщо дитина досить легко отримує похвалу, вона стає занадто звичною для неї і, як наслідок, втрачає заохочувальну властивість. Тому підхід батьків та вихователів до похвали повинен бути, перш за все, творчим. Ось декілька порад:

*1. Урізноманітнюйте похвалу.* Якщо 20 разів на день повторювати «хороша дівчинка», ваша дитина не буде сприймати ці слова як щось особливе. Уважно продивіться таблицю 3.2 «Тридцять способів сказати «дуже добре!»», і ви знайдете додаткові слова, які будуть звучати по-особливому як для вас, так і для вашої дитини.

*2. Давайте дитині зрозуміти, за що ви її хвалите.* Це особливо потрібно для старших дітей, але привчати до цього можна з самого початку. Дитина не повинна відчувати, що на ваше відношення до неї, як до особистості, впливає

ваше відношення (або несхвалення) її дій. Вона завжди повинна бути впевнена, що ви любите її, але їй теж належить знати, що вам подобається її малюнок або вежа, або те, яка вона причісується. Хваліть дитину за конкретні речі.

*3. Виділяйте похвалу особливою інтонацією.* Якщо хтось скаже вам або мені: «Сьогодні ти зробив це дуже добре» з тією ж самою інтонацією, як і: «У тебе розв'язався шнурок на черевіку», ми все одно будемо задоволені, адже ми розуміємо, що мається на увазі. Але ваш малюк може цього не зрозуміти. Він зрозуміє вас швидше за виразом вашого обличчя та інтонації вашого голосу. Це зовсім не означає, що кожного разу, коли вашому малюкові вдасться покласти один кубик на інший, ви повинні будете підскакувати зі стільця та стрибати від щастя. Ви повинні, безперечно, бути щирими. Але навіть найстриманіша людина зможе досягти інтонаційної різниці між похвалою, нейтральним висловлюванням та осудженням. Ця різниця, навіть ледве помітна, особливо важлива, коли дитина повинна дізнатися, яка поведінка вважається прийнятною, а яка ні.

На закінчення потрібно сказати, щоб ви не забували хвалити дитину у відповідь на кожен її дію, навіть якщо ви використовуєте інші методи заохочення. Сприймайте цей підхід як можливість навчити дитину цінувати похвалу.

#### ***Фізичний контакт.***

Більшості дітей подобається, коли їх пригортають, цілують, пестять... Право вчителів торкатися старших дітей досить таки суперечливе, але батьків це не стосується - фізичний контакт між батьками та дітьми є цілком природним та корисним для обох сторін. Отже, якщо вам захочеться не тільки похвалити дитину, але й пригорнути її, робіть це без жодного сумніву!

#### ***Особливі заохочення.***

Мова в цьому параграфі піде не про їжу, а про інші особливі форми заохочення, як гра з особливо цікавими іграшками, додаткові півгодини в пісочниці, катання на тракторі, тобто заняття, які дитині більш за все до вподоби. Усіх дітей потрібно заохочувати таким чином час від часу; це допомагає посилити схвалення, виражене у похвалі.

Якщо ваша дитина не реагує на похвалу чи пестоці, спробуйте застосовувати вищезгадані методи заохочення систематично, тоді вона зрозуміє, що їй варто прислуховуватися до ваших прохань.

Якщо ваша дитина ще зовсім маленька, покладіть на помітне місце якусь особливу іграшку або якийсь інший предмет і продовжуйте ваше з нею заняття. Скажіть їй, що вона зможе її взяти після того, як виконає завдання. Старшій дитині можна просто сказати, що саме вона отримає. Не забувайте

хвалити. Тоді, коли дитина почне реагувати на ваші вказівки, ви зможете поступово відмовитися від особливих форм заохочень (див. наступний розділ «Коли потрібно заохочувати успіхи дитини»).

Подібно до похвали, приємні заохочувальні «сюрпризи» повинні бути різноманітними. Майте два чи три про запас та чергуйте їх.

### ***Талончики.***

Недолік особливого заохочення у вигляді сюрпризу полягає в тому, що дитина отримує його тільки в кінці заняття. Дітям іноді важко довгий час утримувати зацікавленість думкою про те, що десь там на них очікує винагорода. Швидше за все, вони сподіваються на винагороду після кожної спроби виконати завдання і, не отримавши її, можуть відмовитися продовжувати практикувати. Перевага талончиків у цьому відношенні очевидна, адже їх можна давати після кожної спроби.

Талончик - це своєрідний символ, знак, який можна зберегти, а потім обміняти на якесь особливе заохочення. По суті гроші - це теж різновид талончиків. Система винагородження талончиками, яка застосовується у класі, називається «талонною економікою». Ви можете використовувати жетони або марки, або коток від ниток - немає значення, що саме, головне, щоб ваша дитина розуміла їх важливість та значення.

Пізніше ви зможете підняти ціну за винагороду до, скажімо, 10 талончиків. Корисно було б використовувати «таблицю успішності», яка дозволить малюкові стежити за тим, скільки ще талончиків йому потрібно зібрати.

Обов'язково супроводжуйте видачу талончиків похвалою та намагайтеся навчити вашого малюка знаходити задоволення не тільки в них. Прагніть до того, щоб поступово талончики ставали для дитини все менш важливими і під кінець непотрібними.

Талончики та подарунки відіграють важливу роль і дуже часто, коли все інше не спрацьовує, вони єдині ніколи не підведуть. Але ваша дитина повинна чітко розуміти їх призначення до того, як ви почнете їх використовувати. Саме тому застосування цього методу неефективне з дуже маленькими дітьми та з дітьми з серйозними труднощами розвитку.

*Таблиця 3.2 Тридцять способів сказати «Дуже добре»*

Чудово!	Непогано.
Мені подобається, як ти це зробила.	Ти такий обережний!
Це твій найкращий результат!	Це просто прекрасно!
Мені це неймовірно подобається!	Ах, як чарівно!
Чудово вгадав!	Оплески для Сьюзі!
Молодець!	Саме так!
У тебе вийшло!	Вражаюче!
Який ти молодець, гарно справляєшся!	Вірно!
Про це обов'язково потрібно сказати тату!	Гарно виглядає.
Усе краще й краще!	Це щось особливе!
Прекрасно!	Овва! Ви тільки подивіться на це!
Ура!	Я так рада!
Молодчина!	Відмінно!
Так чудово - очей не відірвати!	Мені це подобається, тому що...
Добре! А ти як гадаєш?	Це насправді вражає!

### **Частування.**

Можливо, ви вже знаєте, що до використання частування у якості заохочення слід ставитися обачливо, і правильно робите, якщо продумаете свої дії. Пенелопа Ліч у своїй книзі "Немовля та дитина" радить батькам «стриманіше» ставитися до солодошків та легких закусок:

«Не слід давати дитині картопляні чіпси тільки тому, що вона поводитися краще, ніж тоді, коли заслуговувала на капусту. Не потрібно забирати у дитини морозиво через те, що його пустощі гірші за ті, за які ви відмовили йому у м'ясі».

Це гарна порада. На додаток слід також пам'ятати, що у багатьох дітей з вадами у розвитку порушений обмін речовин, у наслідок чого просто необхідно стежити за їх вагою. У таких випадках вживання чіпсів та інших закусок потрібно обмежити.

Незважаючи на всі ці перестороги, їжа все ж таки може бути засобом заохочення. Якщо ваш малюк не реагує на вашу похвалу та не розуміє талонної системи, не завадить подумати про заохочення їжею. Для більшості дітей деякі види їжі є стимулом, а деякі будуть виконувати прохання батьків тільки заради того, щоб поласувати своїм улюбленим частуванням. Безперечно, набагато важливіше навчити дитину робити належні речі, ніж оберігати її від заохочення їжею.

**Пропонуємо вам декілька порад, як використовувати їжу в якості заохочення:**

1. *Вважайте заохочення їжею засобом для досягнення мети.*

Ви використовуєте частування для того, щоб навчити дитину нових навиків, та для того, щоб навчити її реагувати на ваші похвали та пестощі. Завжди хваліть малюка, коли пригощаєте його, і при нагоді починайте частувати його все рідше та рідше.

*2. Використовуйте найбільш поживні продукти з тих, які до вподоби вашій дитині.*

Не давайте дитині льодяників, якщо вона залюбки їсть шматочки сиру, родзинки або п'є фруктовий сік.

*3. Використовуйте маленькі порції.*

Якщо, скажімо, ви використовуєте цукерки, беріть м'якенькі, які можна порізати на шматочки.

*4. Намагайтеся обмежити використання заохочення їжею, встановивши для цього певний час дня або певні заняття.*

Десятихвилинний урок за столом. Обов'язково заплануйте на день хоча б одне заняття з вашою дитиною, яке принесе задоволення вам обом і під час якого вона не буде згадувати про їжу, а буде вчитися сприймати спілкування з вами як заохочення.

*Декілька слів про «хабар».*

Багато батьків із жахом реагують на будь-яку пропозицію яка полягає в тому, щоб використовувати подарунки, жетончики або їжу в якості заохочення. Можливо, ви також вважаєте це своєрідним хабаром, і сумніваєтеся в моральності цього підходу. Але «хабар» - це спроба підкупити людину, підштовхнути її на вчинок, який за нормальних умов вона вважала б неетичним, аморальним. Заохочуючи свою дитину тим чи іншим чином, ви намагаєтеся навчити її потрібних для неї навичок, а не примушуєте її зробити вчинок проти її сумління.

Існують, звичайно, певні принципи, яких слід притримуватись - принципи, які базуються на повазі до права дитини на якомога більш нормальне та незалежне життя. Важливо, щоб ви почали планувати відмову від використання особливих форм заохочень, як тільки ви почнете їх застосовувати. Чергуючи ці відносно штучні форми заохочення з похвалою, ви навчите дитину розуміти цінність самої похвали і відповідно реагувати на неї. Це знадобиться їй у житті, адже саме з такою формою заохочення їй доведеться стикатися найчастіше.

Другий принцип такий: частіше зупиняйтеся, щоб оцінити ваші дії. Запитуйте себе: чи насправді це спрацьовує? Чи допомагає це моєму малюкові виконати (або намагатися виконати) завдання належним чином?

І останнє: надайте малюкові всі можливості відчути внутрішнє задоволення від своїх зусиль, від розуміння того, що він може застосовувати

свої навички у реальному житті, тобто радість від самого виконання завдання. Допоможуть у цьому цікаво сплановані завдання, в яких малюк зможе знайти різноманітне застосування своїм умінням.

***Коли потрібно заохочувати успіхи дитини.***

Відповідь на питання, як потрібно стимулювати та заохочувати дитину - це тільки половина цілої проблеми. Також необхідно знати, коли саме потрібно це робити.

Заохочення повинно бути невід'ємною частиною стосунків між батьками та дітьми і, в принципі, для цього не потрібно складати окремого графіка. Однак існують ситуації, коли ви можете допомогти своїй дитині вчитися, якщо будете чітко усвідомлювати та контролювати, коли саме слід удаватися до заохочення.

На самому початку навчального процесу, коли ваша дитина тільки починає оволодівати новим умінням, підтримуйте її після кожної вдалої спроби виконати завдання. Не забувайте також заохочувати її старанність.

Коли ви побачите, що малюк уже оволодів новим навиком, винагороджуйте його трішки рідше. Намагайтеся бути непередбачуваними - неочікувана похвала діє ефективніше, ніж похвала «за графіком» після кожної другої спроби.

У такий спосіб дитина не впаде в залежність від постійних заохочень і не стане сприймати їх за належне, звикнувши до них. Якщо ж ви будете хвалити її зрідка, вона буде знати, які саме з її вчинків викликають ваше схвалення і буде намагатися зберегти ваше ставлення. Дослідження показали, що, оволодівши якоюсь навичкою, дитина швидше за все буде використовувати її на практиці, якщо похвала на її адресу з цього приводу буде звучати рідше, ніж раніше.

Якщо ви використовуєте подарунки, жетончики або інші види винагород, зменшуйте їх кількість по мірі того, як дитина буде залюбки працювати й без них. Однак не забувайте хвалити її кожного разу, доки завдання не буде виконане. Ваша мета - навчити малюка цінити вашу похвалу та пестощі без додаткових винагород. Ви можете продовжувати зрідка підкріплювати ваші слова «матеріальною» винагородою, але спостереження за його поведінкою підкажуть вам, коли без цього можна буде обійтися. Ймовірно, що з кожною новою навичкою вам доведеться проходити весь процес із самого початку; намагайтеся, щоб з кожним новим завданням вагомість похвали зменшувалася.

***Скільки часу потрібно виділяти на оволодіння вмінням.***

Якщо ви займаєтесь оволодінням якогось навичку на спеціально розробленому уроці, ми пропонуємо вам виділити п'ять спроб на



відпрацювання кожного завдання. Займайтеся цим завданням доти, доки одного дня малюк не справиться з ним успішно п'ять разів з п'яти (100%), або чотири рази з п'яти два дні поспіль. Але до цього правила існують винятки, і ми обговоримо їх у наступній главі.

Якщо йдеться про навички, які краще засвоюються у повсякденних ситуаціях - у міру того, як у них виникає потреба - краще було б ще до початку навчання уявити собі (або виписати) критерії, яким, на вашу думку, повинна відповідати поведінка дитини. Тоді вам буде легше визначити, чи вже можна вважати вміння сформованим і чи вже час переходити до наступного завдання.

### **Підведемо підсумки**

Наводимо короткий виклад методів навчання, про які йшлося вище:

**Перед** тим, як дитина почне виконувати потрібну дію, ви повинні дати чіткі вказівки або навіть показати, як і що слід робити.

**Під час** виконання дитиною завдання надавайте їй рівно стільки допомоги, скільки їй потрібно, і не більше. Ви можете дати їй усну вказівку, надати фізичну допомогу, пристосувати матеріали, попросити дитину виконати лише частину цілого завдання.

**Після** того, як дитина виконає завдання, заохотьте її старанність або ж успіх. Уникайте заохочення помилок з боку дитини або її небажання співпрацювати з вами.

## **6.3. Корисні ігрові прийоми у спілкуванні з дитиною [2]**

*Таблиця 3.3*

<p>Замість роздратованого: «Пішли швидше, скільки тебе чекати?»</p> <p>Замість загрозливого: «Їж, інакше не отримаєш десерт»</p> <p>Замість грубого: «Прибери за собою»</p> <p>Замість розсердженого: «Не заважай!»</p> <p>Замість незадоволеного: «Не вередуй, піратська футболка брудна, одягай ту, яка є»</p> <p>Замість риторичного: «Ляжеш ти, нарешті, спати?»</p> <p>Замість злого: «По попi захотiв?»</p> <p>Замість безсилового: «Щоб я ніяких «не хочу»</p> <p>Замість нудного: «Скільки разів повторювати»</p> <p>Замість менторського: «Руки помив?»</p>	<p>Краще скомандувати: «На старт, увага... марш! Побігли!»</p> <p>Можна заінтригувати і порадувати малюка: «Після того, як зникне ця крихітна котлетка, до тебе прилетить щось смачне»</p> <p>Скажіть мрійливим голосом: «От якби ти був чарівником, і зміг би почаклувати порядок на столі...»</p> <p>Скажіть: «Іди. пограй трохи сам. А коли я звільнюся, ми влаштуємо міні-свято»</p> <p>Спробуйте примирити малюка з неприємністю: «Диви, а ось родичка твоєї піратської футболки. Давай її одягнемо?»</p> <p>Поцікавтеся: «Показати тобі хитрий спосіб приховування ковдрою?»</p> <p>Випустіть пар жартом: «Цікаво, кому це я зараз вуха відірву і шию намілю?»</p> <p>Несподівано закричіть: «Ой, дивися, Капризулька прибіг. Лови, лови його, щоб він нам настрій не псував!»</p> <p>Таємничо скажіть пошепки: «Раз-два- три, передаю секретну інформацію. Повторіть, як чули?»</p> <p>Запропонуйте: «Сперечаємося, що вода з твоїх рук потече чорна?»</p>
--	---

#### **6.4. Психологічні підказки вчителю у спілкуванні з батьками дитини із особливими потребами [3]**

Для успішного інклюзивного навчання батьки мають стати частиною шкільної команди. Проте налагодити з ними співпрацю – часом складне завдання. Тому, орієнтуючись на практичні поради та статті дефектолога із США Крістін Рів, як саме можна допомогти і підтримати батьків дітей з особливими освітніми потребами та налагодити з ними контакт, педагогам інклюзивних класів пропонується наступні практичні поради:

##### ***1. Надавайте чітку інформацію, що відбувається в класі.***

Зрозуміло, що тут йдеться не про дії інших дітей чи вчителя – ми всі пам'ятаємо про конфіденційність і професійну етику. Однак візьміть собі за правило регулярно надавати батькам інформацію про те, що їхня дитина зробила, що в неї/нього вдалось, а над чим ще треба попрацювати. Що саме зараз вивчають діти всього класу. Ця інформація допоможе батькам зрозуміти, над чим потрібно працювати вдома і як допомогти дитині стати більш успішною в класі.

##### ***2. Передавайте батькам приклади для домашньої роботи.***

За правилами НУШ, не варто навантажувати дітей домашнім завданням, однак коли йдеться про дитину з ООП, пріоритетом має бути успішність дитини в колективі (для цього шкільний матеріал потрібно повторно опрацювати вдома, можливо, навіть «проходити» наперед – залежно від труднощів, з якими стикається дитина під час навчального процесу) та розуміння того, що школа – це середовище для узагальнення, більшості навичок батьки мають навчити дітей удома.

##### ***3. Говоріть батькам про успіхи: їхня мотивація – це рушійна сила всього процесу.***

Коли ми найчастіше контактуємо з батьками? Коли щось трапляється. Будь-яка людина (і дитина зокрема) буде вмотивована до роботи, якщо її хвалити.

У цьому випадку успіхи дитини – це успіхи батьків. Тому, не зважаючи на вашу зайнятість, знайдіть час зробити два-три фото успішно виконаного завдання. Чи надішліть мамі коротке повідомлення про досягнення на уроці математики. Вам потрібно, щоб батьки були у вашій команді, а найкращий спосіб цього досягнути – розділити з ними успіх/

##### ***4. Повідомляйте погані новини особисто.***

Наприклад, в учня був поганий день – найгірший з тих, що ви пам'ятаєте. Знайдіть час поговорити з батьками після уроків. У крайньому випадку – зателефонуйте. Потрібно детально описати все, що відбувалось за

день. Також варто зазначити, що ви (вчитель, асистент учителя, психолог) плануєте робити далі для подолання труднощів, які виникли у дитини.

Батьки знають, що «погані» дні можливі, у них вдома вони теж трапляються. Питання в тому, що ми можемо з цим зробити? Розмова про «поганий» день сама по собі не вирішить проблему. Батькам буде набагато спокійніше, якщо ви озвучите, що саме ви будете робити в майбутньому.

#### **5. Зберігайте копії інформації, яку надсилаєте додому.**

Записки для батьків та форми зворотного зв'язку – це документи, які допомагають встановити, що й коли ви сповіщували батькам. Часто це джерело матеріалу про те, які події та коли відбувались протягом дня. Якщо ви не зберігаєте копії, ви не зможете відповісти на запитання, що і коли ви говорили батькам. Але ці дані можуть вам знадобитись.

#### **6. Не дозволяйте, щоб з батьками спілкувався тільки асистент дитини.**

Якщо такий фахівець працює у вашому класі – вам пощастило, тому що дитина може отримувати індивідуальний супровід тоді, коли їй це потрібно. Однак є ризик одностороннього бачення ситуації в класі. Тому якщо ви вчитель або асистент вчителя – знайдіть час і поспілкуйтесь з батьками особисто. Це потрібно для того, щоб вони мали кілька джерел інформації стосовщодоно успіхів та труднощів своєї дитини.

Також вчитель має усвідомлювати, що відбувається з дитиною. Тобто отримувати актуальну інформацію від асистента дитини та асистента вчителя. Отже, всі мають працювати спільно. Батьки ж мають отримувати інформацію як готовий продукт співпраці фахівців.

#### **7. Не зводьте все до понять «хороший» / «поганий» день.**

Одна мама назвала це «системою смайликів»: «Якщо я отримую зі школи тільки смайлик, що посміхається чи тільки сумує, – для мене це не несе жодної інформації». Вона має рацію – має бути деталізація, а не загальні фрази.

#### **8. Ніколи не приховуйте погані новини від батьків.**

Дуже важливо інформувати батьків про те, що насправді відбувається в школі. Якщо ви говорите, що все нормально, а насправді це не так – у майбутньому це призведе до неприємностей та непорозумінь.

#### **9. Не користуйтеся правилом «Я почну розмову, тільки якщо мене запитують».**

Будьте проактивним, дійти. Так само, як це працює в роботі з поведінкою учнів, в організації роботи класу – це дієво і в побудові взаємостосунків з батьками. Якщо ви чекаєте, коли батьки звернуться до вас із запитанням – ви чекаєте занадто довго. Спрямовуйте батькам інформацію

та просить про зворотний зв'язок. За кожної нагоди наголошуйте на важливості підтримки взаємної комунікації.

***10. Не очікуйте, що батьки будуть розповідати вам абсолютно все. Завжди залишайте їм місце для помилки чи недомовки.***

Життя батьків дітей з особливими освітніми потребами не менш напружене за ваше. Крім того, у батьків можуть бути свої перестороги та причини не надавати вам усю інформацію. Інформація про дитину часто зачіпає частину їхнього (родинного) особистого життя.

Наприклад, батьки можуть не сказати вам про зміну або введення нового препарату, не тому що не хочуть, а тому що їх занадто часто за це засуджують. Мовляв, “невже не можете впоратись без цього?”. Це варто брати до уваги і наперед проговорювати з батьками різні теоретичні ситуації, яких ви б хотіли уникнути для налагодження плідної співпраці.

### **Література**

1. Маленькі сходишки. Програма раннього втручання для дітей із затримкою розвитку. Книга 2. Програма вашої дитини / М. Пітерсі, Р. Трелоар, С. Кернс, Д. Утер., 2006. – 93 с.
2. Психолог у НУШ: радісно та впевнено руш! Путівник психолога в Новій українській школі / Заг. ред. Є. В. Афоніна, О. О. Заріцький, Н. В. Міщенко. – Краматорськ: Витоки, 2018. – 250 с.
3. Рів К. Десять правил комунікації з батьками дітей з особливими освітніми потребами [Електронний ресурс] / К. Рів // НУШ – нова українська школа. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: <http://nus.org.ua/articles/10-pravyl-komunikatsiyi-z-batkamy-ditej-z-osoblyvymy-osvitnimy-potrebamy/>