

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

**Государственное казенное учреждение
социального обслуживания Краснодарского края
«Курганинский комплексный центр реабилитации инвалидов»**

Принята на заседании
методического совета
« ____ » _____ 2023 г.
Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКУ СО КК
«Курганинский КЦРИ»
_____ С.М. Халилова
« ____ » _____ 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Чувствую, знаю, поступаю»**

Возраст обучающихся: люди с инвалидностью старше 18 лет
Срок реализации: курс реабилитации
Объем программы: 16 часов

Составитель:
учитель –дефектолог, психолог
Немыкина Е.С.

г. Курганинск

2024
Оглавление

1. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

1.1.	Пояснительная записка	3-4
1.2.	Цель и задачи программы5
1.3.	Учебный план	...6
1.4.	Содержание программы	6-8
1.5.	Планируемые результаты8

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1.	Календарный учебный график	9
2.2.	Условия реализации программы	10
2.3.	Формы аттестации (контроль)	11
2.4.	Оценочные материалы	11
2.5.	Методические материалы	12

3.	Список литературы	13
-----------	--------------------------	----

4.	Приложение	14-21
-----------	-------------------	-------

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Здоровье человека является одной из наиболее важных жизненных ценностей. Огромный интерес проявляется к возможности его поддержания и профилактики болезней, что, в свою очередь, оказывает прямое влияние на качество жизни в целом. Несомненно, что на уровень здоровья влияют физиологические, психологические и социальные факторы. Последствия заболеваний, травм или дефектов приводят к изменениям в общем настрое, стремлениях, интересах, происходят существенные перестройки целей и планах на будущее. Отношение к болезни и мотивация к возвращению здоровья играют важную роль в дальнейшем благополучии. В таких случаях необходима помощь, забота, поддержка и любовь семьи. Оптимальным путем в реабилитации является укрепление веры в свои возможности, поддержание стремления оставаться полезным обществу.

Данная дополнительная общеразвивающая программа «Чувствую, знаю, поступаю» направлена на развитие способностей к самопознанию, повышение самооценки, формирование навыков конструктивного поведения в сложных жизненных ситуациях.

Коррекционно-развивающие мероприятия осуществляются в аспектах развития познавательных процессов, создании условий для речевой активности. В качестве методических приемов используются упражнения на визуализацию, релаксацию, дыхательная гимнастика; элементы арт-терапии; анализ притч и метафор.

Дополнительная общеразвивающая программа «Чувствую, знаю, поступаю» имеет **социально-гуманитарную** направленность, способствует полноценному психическому и личностному развитию.

Данная программа составлена с учётом требований следующих нормативных документов:

Концепция развития дополнительного образования на 2022-2030 годы от 31 марта 2022 г. № 678-р;

Приказ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (ред. 30.09.2020 г.).

СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей и взрослых (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).

СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»,

утвержденных постановлениями Главного санитарного врача Российской Федерации от 22 мая 2020 г. № 15 и от 30 июня 2020 г. № 16»;

СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 г.;

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).

Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные методистами отдела повышения квалификации ГКУ КК «Краевого методического центра» 2023 г. положением об организации и осуществлении образовательного процесса в государственном казенном учреждении социального обслуживания Краснодарского края «Курганинский комплексный центр реабилитации инвалидов»;

Лицензия на осуществление образовательной деятельности ГКУ СО КК «Курганинский комплексный центр реабилитации инвалидов»;

Устав ГКУ СО КК «Курганинский комплексный центр реабилитации инвалидов».

Актуальность программы обусловлена объективной реальностью увеличения количества людей, переживающих кризисные состояния на стадиях принятия болезни и необходимостью предупредить их обострение и предотвратить последствия.

Новизна заключается в том, что в программе реализованы приемы изменения отношения к болезни и создание мотивации к выздоровлению, что позволяет вновь ощутить себя полноправным членом семьи и общества, способствует успешной реабилитации и социализации.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что применяемые методы обучения и содержательный компонент в полной мере отвечают психофизическим индивидуальным особенностям получателей услуг.

Отличительные особенности программы: является вариативной в зависимости от индивидуальных психологических и психофизических особенностей людей.

Адресат программы: люди с инвалидностью старше 18 лет, признанные нуждающимися в социальном обслуживании.

Форма обучения: индивидуальная, подгрупповая, групповая; виды занятий определяются содержанием данной программы и предусматривают:

теоретические занятия;

практические занятия.

Особенности организации образовательного процесса - в процессе организации занятий составляется индивидуальный учебный план, в ходе

которого формируются группы обучающихся разного возраста по схожим вопросам психолого-педагогического содержания.

Режим занятий: занятия проводятся три раза в неделю, продолжительность занятий один академический час – 45 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование положительного отношения к ведению здорового образа жизни и эффективных поведенческих стратегий на ранних стадиях принятия болезни.

Задачи программы:

Обучающие:

обучать коммуникативным навыкам и эффективному взаимодействию;
осваивать знания гармоничного взаимодействия внутри семьи.

Развивающие:

развивать внешние и внутренние ресурсы личности;
формировать жизнестойкое поведение на стадиях принятия болезни;
повышать навыки стрессоустойчивости и способы эффективного управления эмоциями.

Воспитательные:

воспитывать чувство собственного достоинства уважение к себе и окружающим.

Коррекционные:

корректировать и регулировать эмоционально-волевую сферу.

1.3. Учебный план
дополнительной общеразвивающей программы
«Чувствую, знаю, поступаю»

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Раздел «Чувствую, знаю, поступаю»	16	0,5	15,5
	ВСЕГО	16	0,5	15,5

1.4. Содержание учебного плана

1.1. Мое внутреннее и внешнее зеркало

Теоретическое занятие. Ритуал приветствия. Знакомство со стадиями принятия болезни.

Практическое занятие. Поиск ресурсов. Техника «Мое самочувствие в рисунке». Упражнение «Источник жизненных сил». Ритуал прощания.

1.2. Техники самопомощи. Давай поговорим?

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Мозговой штурм «Как себе помочь?». Дыхательные упражнения. Знакомство с техникой «Выплеск эмоций». Притча «Два волка». Рефлексия. Ритуал прощания.

1.3. Способы проживания негативных чувств и эмоций

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Мотивация «Три кита выздоровления». Мозговой штурм «Способы проживания деструктивных чувств и эмоций». Техники отвлечения. Упражнение «Спор с мыслями». Ритуал прощания.

1.4. «Стресс. Выход есть»

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Экспресс-диагностика стресса «Человек под дождем». Техника «Зато». Упражнение «Утренняя благодарность». Дыхательные упражнения. Техника «Сброс мышечного напряжения». Релаксация «Храм тишины». Обратная связь «Мои мысли». Ритуал прощания.

1.5. Я иду к своей цели

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Тренинг «Три задачи». Упражнение «Ставлю цель». Упражнение «Глобальные цели». Задание «Постановка конкретных целей». Рефлексия в круге с использованием метафорических карт «Мои ресурсы». Ритуал прощания.

1.6. Кто я для других

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Разминки «Потяни меня», упражнение «Импульс». Упражнения на познание себя и окружающих. Техника «Мои достоинства и недостатки». Практикум «Как меня видят другие». Рефлексия. Ритуал прощания.

1.7. Искусство говорить ярко и убедительно

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Вводная беседа о правилах красивой речи. Дыхательные техники. Задание «Тренировка жестикуляции и мимики». Рефлексия в круге. Ритуал прощания.

1.8. Инвентарь эффективного общения

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Упражнения на развитие коммуникативно-речевых навыков «Эмоциональная речь», «Слоговые дорожки». Рефлексия занятия. Ритуал прощания.

1.9. Говорим правильно

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Беседа о важности правильной речи. Упражнение «Произнеси четко». Работа со скороговорками. Тренировка диафрагмального дыхания. Рефлексия. Ритуал прощания.

1.10. Конфликт и способы его разрешения

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Беседа на тему конфликтов. Правила предупреждения конфликтов. Упражнения на сплочение, поиск путей выхода из конфликта. Ролевая игра. Ритуал прощания.

1.11. Больше говорим друг с другом

Практическое занятие. Приветствие. Беседа «Техники и приемы общения». Упражнения на совершенствование навыков коммуникации. Ритуал прощания.

1.12. Мои личные границы

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Беседа «Что такое личная граница?». Упражнение «Конфликтные ситуации». Дискуссия «Что делать в конфликтной ситуации? Техника «В прозрачном шаре». Упражнение «Для меня сегодня было важно и особенно полезно...». Рефлексия. Ритуал прощания.

1.13. Разгрузка

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Упражнения на достижение эмоциональной разгрузки, снятие психологических барьеров в общении. Ритуал прощания «Круг доверия».

1.14. Иди вперед!

Практическое занятие. Приветствие. Беседа «Нужно ли учиться решать проблемы». Упражнения на проработку проблемных ситуаций «Алгоритм

принятия решения». Диалог «Десять правил позитивного решения проблем». Игра «Слепой и поводырь». Ритуал прощания.

1.15. Семейные ценности

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Упражнения на межличностное взаимодействие, выявление семейных ролей. Задание «Семейные истории». Упражнение «Идеальная семья». Арт-техника «Моя семья сейчас и в будущем». Ритуал прощания.

1.16. Под семейным абажуром

Практическое занятие. Ритуал приветствия. Мозговой штурм «Гармония в семье – гармония в душе». Викторина «Под семейным абажуром». Рефлексия. Ритуал прощания.

1.5. Планируемые результаты

Планируемые результаты: по окончании курса реабилитации люди с инвалидностью должны:

- осознать собственные личностные ресурсы, необходимые для формирования здорового образа жизни;
- сформировать коммуникативные умения и навыки;
- освоить эффективные поведенческие стратегии;
- повысить навыки стрессоустойчивости и способы эффективного управления эмоциями;
- укрепить внутрисемейные взаимоотношения;
- воспитать чувство собственного достоинства уважение к себе и окружающим.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы «Чувствую, знаю, поступаю»

№ п/п	Дата проведения	Наименование раздела и темы	Количество часов		
			Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1		Раздел «Чувствую, знаю, поступаю»			
1.1.		Мое внутреннее и внешнее зеркало	1	0,5	0,5
1.2.		Техники самопомощи. Давай поговорим?	1		1
1.3.		Способы проживания негативных чувств и эмоций	1		1
1.4.		Стресс. Выход есть	1		1
1.5.		Я иду к своей цели	1		1
1.6.		Кто я для других	1		1
1.7		Искусство говорить ярко и убедительно	1		1
1.8.		Инвентарь эффективного общения	1		1
1.9.		Говорим правильно	1		1
1.10.		Конфликт и способы его разрешения	1		1
1.11.		Больше говорим друг с другом	1		1
1.12.		Мои личные границы	1		1
1.13.		Разгрузка	1		1
1.14.		Иди вперед!	1		1
1.15.		Семейные ценности	1		1
1.16.		Под семейным абажуром	1		1
ВСЕГО			16	0,5	15,5

2.2. Условия реализации программы

Методическое и материально-техническое обеспечение

№ п/п	Компоненты оснащения кабинета социального педагога	Что необходимо для реализации программы
1.	Учебно-методические материалы	Дополнительная общеразвивающая программа «Чувствую, знаю, поступаю!»; календарный учебный график
2.	Аудио материалы	Мелодичная, ритмичная, релаксационная музыка
3.	Дидактические средства	Наглядные пособия, дидактические карточки, Су-Джок колечки, игольчатые мячи, тест Люшера, кубики Коса, метафорические карты
4.	Учебно–практическое оборудование	Письменный стол, стул, DVD, зеркало, музыкальный диск, телевизор, компьютер, видео материал, раздаточный материал

Педагогические технологии используемые при реализации программы

№ п/п	Название	Цель	Механизм	Результат применения
1	Технология развивающего обучения	Совершенствование навыков личности и ее способностей	Обеспечение совместной или самостоятельной деятельности, при которой участники предлагают собственное решение проблемы	Активизируются мыслительные способности, активизируется самостоятельная деятельность, происходит творческое овладение предложенным материалом
2	Личностно-ориентированная технология	Максимальное развитие индивидуальных способностей, обучающихся на основе использования имеющегося у него опыта	Выработка индивидуального пути маршрута реабилитации через создание альтернативных форм, индивидуальных программ	Саморазвитие личности каждого обучающегося, исходя из его индивидуальных особенностей

		жизнедеятельности	обучения	
3	Здоровьесберегающая технология	Формирование взгляда на здоровый образ жизни, укрепление и сохранение социального и психического здоровья	Создание совокупности организационных, обучающих условий	Приобретение привычки заботиться о собственном здоровье, реализуя специальные техники и технологии его сохранения и укрепления
4	Игровая технология	Создание оптимальных, соответствующих возрасту условий усвоения, обучающихся информации, знаний, получения опыта	Поддержание интереса к деятельности	Повышается мотивационный уровень, мобилизуются личностные ресурсы каждого участника
5	Технология дифференцированного обучения	Создание оптимальных условий для выявления задатков, способностей обучающихся	Подбор методов индивидуального обучения	Обучающиеся усваивают программный материал на различных уровнях, в соответствии с их способностями, возможностями и возрастом
6	Арт-терапевтическая технология	Гармоничное развитие обучающихся, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства	Воздействие различных средств искусства на эмоциональное состояние	Осуществление коррекции нарушений психоэмоциональных процессов и особенностей личностного развития

Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет учитель-дефектолог, психолог, имеющий высшее профессиональное образование, образовательный ценз указанного лица подтверждается документом государственного образца о соответствующем уровне образования и квалификации:

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Ставропольский государственный педагогический институт» – учитель-дефектолог;

Профессиональная переподготовка «Педагогика, психология и методика дополнительного образования детей и взрослых (236ч.).

Курсы повышения квалификации:

«Психодиагностика (72 ч.);

«Метафорические карты. Практика применения в психологической коррекции и консультировании» (72 ч.).

2.3. Формы контроля или мониторинг полученных знаний

На первом занятии учитель-дефектолог проводит первичную диагностику, направленную на исследование коммуникативно-речевых навыков, личностных, эмоциональных особенностей получателей услуг. По окончании курса реабилитации проводится итоговая диагностика: тестирование, анкетирование, опрос, беседа, наблюдение, практические задания, открытые занятия.

2.4. Оценочные и методические материалы

Первичная диагностика состояния звукопроизношения.

Приложение 1.

Тест «Умеете ли Вы слушать?» Определение компонентов поведения человека в общении. Приложение 2.

Тест «Умеете ли вы общаться». Определение уровня общительности. Приложение 3.

Модифицированная диагностика психоэмоционального состояния методом неоконченных предложений. Позволяет выявить установки человека, показывает его отношение к семье, к своим страхам и опасениям, к чувству вины, к прошлому и будущему, к жизненным целям. Приложение 4.

Тест «8 Квадратов» направлен на исследование подсознательной идентификации себя в обществе, выявление отношения к будущему, стремления к достижению целей, восприятия семьи, изучение таких эмоциональных качеств, как решительность, ранимость, чувствительность, тревожность. (Э. Вартегг). Приложение 5.

2.5. Методическое обеспечение

В ходе реализации программы используются основные методы организации занятий – наглядные, практические, индуктивные: наглядные пособия, фотографии, дидактические карточки, видеозаписи, презентации, аудиозаписи, электронные образовательные ресурсы.

Алгоритм учебного занятия (продолжительность 45 минут)

Этапы занятия	Краткое содержание этапов занятия	Продолжительность
Подготовительная часть	Приветствие. Сообщение темы занятия	10 минут
Основная часть	Выполнение заданий, освоение новых приемов, совершенствование умений и навыков учебно - познавательной и коммуникативной концепции	30 минут
Заключительная часть	Подведение итогов. Закрепление учебного материала	5 минут

3. Список используемой литературы

Основная

1. Голуб И. Б. Риторика. Учитесь говорить правильно и красиво / – Москва: СПб. [и др.]: Питер, 2017.
2. Климова Е.К., Помазина О.А. Психология успеха. Практикум по саморазвитию личности: учебно-методическое пособие. – СПб.: Речь, 2022.
3. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция. – М., 2019.
4. Шевченко М. Психологические рисуночные тесты. – М.: АСТ, 2021.
5. Эксакусто Т. В. Групповая психокоррекция. Ростов н /Д: Феникс, 2018.

Дополнительная

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», – М.: «Речь» 2018.
2. Климова Е.К., Помозина О.А. Психология успеха. Практикум по саморазвитию личности. – СПб, 2022.
3. Козлов А. Как повысить самооценку. Способы воспитания здорового эгоизма. – М.: Речь, 2017.
4. Руденко А. М. Психология в схемах и таблицах / А.М. Руденко. – М.: Феникс, 2019.
5. Тарарина Е.В. Глубинная арт-терапия: практики трансформаций. – К. Астамир В. 2018.

Интернет - источники

1. Сайт Начальная школа //Электронный ресурс// <https://nsportal.ru>
2. Сайт Студенческий портал Сибак //Электронный ресурс// <https://sibac.info>
3. Сайт Инфоурок //Электронный ресурс// <https://infourok.ru>
4. Программа Коррекция и развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы //Электронный ресурс// <https://infourok.ru/rabochaya-programma-korreksiya-i-razvitie-emocionalno-volevoj-i-kommunikativnoj-sfery-5508440.html>
5. Сайт Просто о психологии //Электронный ресурс// <https://psylist.net/family>

**Первичная диагностическая работа по дополнительной
общеразвивающей программе
«Чувствую, знаю, поступаю»**

Курс с _____ по _____ 20__ г.

№	Ф.И.О	Звукопроизношение		Фонематические процессы и слуховое восприятие		Лексика		Грамматический строй речи		Связная речь		Пространственная ориентировка		Артикуляционная моторика		Мелкая моторика		Слоговая структура		
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				

Без изменений – 0 баллов,
 Незначительные изменения (низкий уровень) – 1 балл;
 Положительная динамика (средний уровень) – 2 балла;
 Предложенный материал усвоен в полном объеме (высокий уровень) – 3 балла.

Дата заполнения: _____

Учитель-дефектолог _____ Е.С. Немыкина

Тест «Умеете ли вы слушать?»

Инструкция: На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются:

Почти всегда	2 балла
В большинстве случаев	4 балла
Иногда	6 баллов
Редко	8 баллов
Почти никогда	10 баллов

Список вопросов:

1. Стараетесь ли Вы «свернуть» беседу в тех случаях, когда тема (или собеседник) неинтересны Вам?
2. Раздражают ли Вас манеры Вашего партнера по общению?
3. Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать Вас на резкость или грубость?
4. Избегаете ли Вы вступать в разговор с неизвестными или малоизвестным человеком?
5. Имеете ли Вы привычку перебивать говорящего?
6. Делаете ли Вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете совсем о другом?
7. Меняете ли Вы тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто Ваш собеседник?
8. Меняете ли Вы тему разговора, если он коснулся неприятной для Вас темы?
9. Поправляете ли Вы человека, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова, названия, вульгаризмы?
10. Бывает ли у Вас снисходительно – менторский тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к тому, с кем Вы говорите?

Обработка и интерпретации:

Чем больше баллов, тем в большей степени развито умение слушать. Если набрано более 62 баллов, то слушатель «выше среднего уровня»

Опросник «Умеете ли Вы общаться?»

Если «да», то поставьте 2 очка; «не знаю, затрудняюсь, иногда» - 1 очко; «нет» - 0 очков

1. Волнуетесь ли вы в ожидании самой деловой встречи?
2. Откладываете ли вы визит к врачу до тех пор, пока станет невмоготу?
3. Испытываете ли вы неудовольствие или смятение при неожиданном поручении выступать с докладом?
4. Избегаете ли вы необходимости поехать в командировку в незнакомый город без гарантий поселения в гостинице?
5. Делитесь ли вы своими переживаниями с неблизкими вам людьми?
6. Раздражаетесь ли вы при общении незнакомого человека на улице с просьбой показать дорогу, назвать время?
7. Считаете ли вы, что существует непреодолимое непонимание людей разных поколений в жизненных вопросах?
8. Постесняетесь ли вы напомнить своему знакомому о том, что он забыл вернуть вам 50 руб., взятые в долг несколько месяцев назад?
9. Промолчите ли вы если в кафе предложили недоброкачественное блюдо?
10. Начнете ли первым разговор с попутчиком в вагоне, если придется ехать несколько часов?
11. Избегаете ли вы длинных очередей?
12. Избегаете ли конфликтную ситуацию между сослуживцами?
13. Вы категорически не соглашаетесь с чужим мнением о произведениях литературы и искусства, если у вас иная точка зрения?
14. Промолчите ли Вы если услышите ошибочное суждение по хорошо известному вам вопросу?
15. Предпочитаете вы взяться за перо, когда есть возможность изложить свое мнение устно?

Если вы набрали 30-32 очка, вы не коммуникабельны, отчего страдаете больше всего сами, но и близким с вами не легко?

25-29 очков Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете уединение. Новая работа, новые контакты надолго выводят вас из равновесия.

19-24 очка Вы общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя уверенно, новые проблемы не пугают. С людьми сходитесь с оглядкой, в спорах участвуете неохотно.

14-18 очков Вы любознательны, с интересом слушаете разговорчивого собеседника. Собственную точку зрения отстаиваете без вспыльчивости.

9-13 очков Вы весьма общительны. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным темам, поводам. Вам нравится быть в центре внимания. Вам не достает терпения, настойчивости при решении серьезных проблем.

4-8 очка Должно быть вы рубаха - парень (это относится и к женщинам). Общительность ваша бьет ключом, вы всегда в курсе всех дел. Охотно берете слово по любому поводу, всюду чувствуете себя в "своей тарелке" смело беретесь за любое дело, хотя не всегда можете его довести до конца.

3 очка Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы. Вмешиваетесь в дела, не имеющие к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых не компетентны, невольно и часто становитесь причиной всяких конфликтов. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Не мешает поработать над собой, воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительное отношение к людям.

**Диагностика психоэмоционального состояния получателей
социальных услуг**

Дата проведения _____
Ф.И.О. _____

Диагностика тревожности методом неоконченных предложений

Инструкция: «Закончите написанные ниже предложения. Делайте это как можно быстрее. Если какое-то предложение покажется вам трудным, вернитесь к нему в конце работы».

Бланк теста

1. Будущее кажется мне...
2. Когда я сравниваю себя с другими...
3. Иногда мне кажется, что я...
4. Боюсь, что...
5. Очень не хочу, чтобы...
6. Больше всего мне мешает...
7. Если бы было можно...
8. Обычно я...
9. Меня охватывает сильная тревога...
10. Предстоящие трудности...
11. Со мной...
12. Мне не хватает...
13. Я волнуюсь, когда...
14. Я был бы доволен, если...
15. Я нередко ловлю себя на том...
16. Я почти никогда...
17. Когда мне не везет, я...
18. Мне очень трудно...
19. Я не могу...
20. Возможные неудачи...
21. Мои желания и мечты...
22. Хотелось бы мне перестать бояться...
23. Когда мне не везет, я...
24. Часто я не замечаю...
25. Когда мне приходилось ждать...
26. Я сильно беспокоюсь...

Обработка и интерпретация результатов.

Для каждой группы предложений выводится характеристика, определяющая данную систему отношений как положительную, отрицательную или безразличную.

Примеры предложений и варианты ответов с оценкой:

Большинство известных мне семей:

- | | |
|----------------------------------|----|
| 1) несчастливые, недружелюбные | -2 |
| 2) нервные, не очень дружелюбные | -1 |
| 3) все одинаковы | 0 |

Будущее кажется мне:

- | | |
|------------------------------|----|
| 1) мрачным, плохим, странным | -2 |
| 2) туманным, неприглядным | -1 |
| 3) неясным, неизвестным | 0 |

Тест Вартегга

Тест Вартегга относится к категории экспрессивно – проективных методов исследования личности, это метод незаконченного рисунка. С помощью графических проекций (ассоциативных рисунков) квадратов Вартегга выявляются такие стороны личности, как: самооценка; социальные навыки; амбиции, активность и способы достижения цели; внутренняя устойчивость; особенности личных и взаимоотношений; отношение к страхам; чувство безопасности;

Стимульный материал теста представляют 8 стандартных графических знаков, ограниченных белым пространством.

Рисунок 1. Тест Э. Вартегга. В этом пространстве надо выполнить рисунки, используя изображенные знаки. Последовательность выполнения рисунков фиксируется.

Выполнив задание, испытуемый должен ответить на вопросы, какой рисунок более удачный, какой наименее, что выражают рисунки.

На каждом рисунке есть исходный знак, которому придается большое значение, если этот знак проигнорирован, то, значит, у испытуемого есть симптом сосредоточенности на собственном «Я».

Внимание к исходному знаку показывает симптом изобретательности и выдумки.

Интерпретируя тест Вартегга надо учитывать смысловое содержание рисунка, особенности графики (нажим линий, их расположение, штриховка) порядок заполнения квадратов.

В каждом квадрате стимульный рисунок активизирует определенный аспект личности, т.е. для определенной части психики человека является бессознательным символом.

Для квадратов 1,2,7,8 характерны эмоциональные реакции, это мир чувств и в них обычно располагается живая природа.

С квадратами 3,4,5,6 связаны рациональные реакции, мир логики. В квадрате 1 располагается точка символизирующая начало, представление о себе и своем месте в мире.

В квадрате 2 показана волнистая линия, символизирующая зародыш, а всё пространство вокруг – это мир людей – это квадрат взаимоотношений с окружающими.

В квадрате 3 три восходящие линии являются символом роста и развития, они отражают мотивацию, амбициозность, планы на будущее.

Квадрат 4 символизирует трудности, поэтому данный квадрат черный.

В квадрате 5 две перпендикулярные линии являются символом преграды, стоящей на пути, означают сопротивление. Рисунок этого квадрата может показать, как человек справляется с возникшими трудностями, какую стратегию он предпочитает – достижение успеха или избегание неудач.

В квадрате 6, идущие в разных направлениях две линии говорят о противоположных началах, но, они требуют пересечения. Это отношения с

близкими людьми, что будет дорисовано – сближение или удаление зависит от испытуемого. Предположительно, испытуемый должен заключить эти линии в рамку, но, кто-то изберет другой вариант.

Квадрат 7, где расположены точки, отражает тактичность, ранимость, чувствительность или решительность. Точки являются символом интуиции, восприимчивости к внешним и внутренним раздражителям.

Квадрат 8 и дуга, в нем обозначенная, символизируют гармонию и защиту. Закрытые предметы в рисунке испытуемого покажут уход в себя в качестве защиты.

Для правильной интерпретации рисунков значение имеет и особенность графики. Для оценки нажима рисунок переворачивается и с его обратной стороны хорошо видны участки слабого и сильного нажима.

Слабый нажим в квадрате говорит о неуверенности и подавленности рисующего. Расположение рисунка в верхней части квадрата указывает на излишнюю самоуверенность, преувеличение своих возможностей, в нижней части – на неуверенность и преуменьшение способностей, сбоку – зависимость и поиск поддержки, в центре – адекватную самооценку и уверенность в себе.

Преобладающие линии: горизонтальные – слабость, вертикальные – решительность, штриховка – тревожность.

Размер рисунка: сверхбольшие – демонстративность, бурная эмоциональность, совсем маленькие – подавленность, скромность.

