



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Преодоление психологических барьеров во взаимодействии с
обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной
организации**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02. Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психология управления образовательной средой»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

75,45 % авторского текста

Работа Кондратьева к защите
рекомендована/не рекомендована

« 31 » 06 2021 г.

зав.кафедрой ТиПП

Кондратьева Ольга Александровна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-210/172-2-1
Бородулина Екатерина Васильевна

Научный руководитель:

к.псих.н., доцент,

Кондратьева Ольга Александровна

Челябинск

2021 год

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
1.1 Понятие «психологический барьер» в психолого-педагогической литературе	9
1.2 Особенности психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.....	16
1.3 Модель преодоления психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.....	22
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	30
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	38
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	

3.1	Программа преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.....	53
3.2	Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	62
3.3	Технологическая карта внедрения результатов исследования.....	71
	ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	80
	СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	87
	ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.....	101
	ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.....	118
	ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.....	125
	ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.....	149
	ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	158

ВВЕДЕНИЕ

Ежегодно в России увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья. По данным Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Минобрнауки на конец 2020 года в образовательных организациях РФ обучается свыше 1,5 миллионов детей с ОВЗ, среди которых 517 343 человек (6,8% от общего количества воспитанников) – в дошкольных образовательных учреждениях и 13 626 человек – в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.

Общество на современном этапе развития предъявляет высокие требования к уровню педагогического профессионализма, а потому и перед педагогами объективно поставлена задача быть готовыми к решению неординарных задач, принятию нестандартных решений, успех которых зависит не только от правильной оценки педагогической ситуации, выбора оптимальной стратегии действия, но и от умения противостоять трудностям, возникающим в педагогической деятельности [4, с. 12].

Современные педагоги в своей профессиональной деятельности очень часто попадают в сложные и напряженные ситуации, в которых им необходимо применять свои навыки самообладания и саморегуляции, и вместе с тем иметь большие психологические ресурсы. Современный педагог должен обладать высокой работоспособностью, быть терпеливым, сдержанным, собранным, эмоционально уравновешенным. Такому человеку необходимо научиться нестандартно мыслить и находить выход даже из затруднительных, кризисных ситуаций.

Но как показывает практика, в настоящее время проблема преодоления психологических барьеров педагогов во взаимодействии с детьми с ОВЗ остается актуальной в силу отсутствия системных научных исследований, направленных на изучение тех особенностей барьероустойчивости педагогов и специфики их развития, которые

формируются в профессиональной деятельности и в становлении личности самих педагогов [57, с. 49]. К сожалению, в настоящее время в области образования еще не разработаны коррекционно-развивающие программы, направленные на формирование различных способов регуляции барьероустойчивости педагогов [33, с. 252].

Исследование данной проблемы связано с необходимостью повышения уровня профессионализма учителей и педагогов, развития их личностных качеств и профессиональных навыков, необходимых для дальнейшей успешной деятельности.

Исходя из вышеизложенного, нами была определена тема выпускной квалификационной работы: «Преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации».

Принимая во внимание актуальность проблемы, определена цель исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Объект исследования: психологические барьеры педагогического персонала образовательной организации.

Предмет исследования: преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Гипотеза исследования: преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если разработать и реализовать программу.

Задачи:

1. Раскрыть понятие «психологический барьер» в психолого-педагогической литературе.

2. Выявить особенности психологических барьеров у педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.

3. Разработать модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

4. Обозначить этапы исследования, подобрать методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

7. Провести анализ эффективности программы.

8. Составить психолого-педагогические рекомендации по преодолению психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

9. Разработать технологическую карту внедрения программы в практику.

Теоретико-методологическую основу исследования составили работы по проблеме психологических барьеров Л. В. Антоновой, Э. Ф. Зеера, Н. В. Кузьминой, А. К. Марковой, Л. М. Митиной, В. А. Сластенина, Н. А. Подымова, Л. С. Подымовой, Т. С. Шевцовой. Фундаментальное исследование психологических барьеров осуществлено Н. А. Подымовым, которым разработана типология психологических барьеров в профессиональной деятельности педагогов.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

3. Математико-статистический: Т-критерий Вилкоксона.

Методики исследования:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);
- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина);
- методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Теоретическая значимость исследования заключается:

1) в определении особенностей психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ;

2) в теоретическом обосновании модели и программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Практическая значимость исследования заключается:

1) в разработке модели преодоления психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ;

2) в составлении и реализации программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Апробация результатов исследования:

- участие международной научно-практической конференции «Дистанционные образовательные технологии в современной школе: опыт, проблемы, перспективы развития», 16-17 декабря 2021 г.

- участие в ежегодной 57-ой научно-практической конференции по итогам научной и инновационной деятельности научно-педагогических работников и обучающихся ЮУрГГПУ, секция «Актуальные проблемы психологии формирования и развития личности», 11.02.2021 г.;

- участие в Ежегодной студенческой научно-практической конференции ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ», секция Актуальные проблемы внедрения результатов психолого-педагогических исследований в практику управления образовательной средой, 06.04.2021 г.;

- публикация статьи «Исследование психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации» в электронном научном журнале «Форум молодежной науки.

База исследования: МАОУ «СОШ №73 г. Челябинска», в эксперименте принимали участие учителя начальной школы и специалисты службы сопровождения (учителя-логопеды, учителя-дефектологи, педагоги-психологи) в количестве 24 человек.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложения. Список литературы включает в себя 92 источника.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

1.1 Понятие «психологический барьер» в психолого-педагогической литературе

На сегодняшний день существует разнообразие взглядов, связанных с тем, что из себя представляют психологические барьеры и как они формируются в разных сферах жизни человека.

Само понятие психологического барьера в психолого-педагогической литературе многозначно и многоаспектно.

Так, например, в словаре по профориентации и психологической поддержке дается следующее определение психологического барьера. Психологический барьер – это такое психическое состояние, которое выражается в чрезмерной пассивности человека и мешает ему выполнять те или иные действия. Данное состояние усиливает негативные переживания человека и выработанные им установки – тревогу, страх, неуверенность в себе, панику, нерешительность, чувство стыда и вины, которые человек подсознательно ассоциирует с поставленной задачей [72].

В то же время в словаре по возрастной педагогике психологический барьер рассматривается как один из мотивов, который стоит на пути к выполнению заданной цели (например, в коммуникации) и который заведомо воспринимается личностью как трудность и в различных ситуациях может по-разному влиять на самооценку человека [73].

В то же время психологическим барьером может являться:

– негативный прошлый опыт, мешающий правильному пониманию и объективной оценке ситуации и фактов о ней, выбору

наиболее рационального ее решения и способов стратегии дальнейших действий [44, с. 53];

– такое внутриличностное препятствие, как, например, страх совершить ошибку, неуверенность в собственных силах, нежелание бороться с трудностями, нерешительность, стеснительность, которые мешают человеку в повседневной жизни. Подобное состояние личность нередко испытывает в установлении межличностных взаимоотношений, которое в свою очередь значительно затрудняет заводить новые, доверительные отношения [47].

В то же время, в научном обществе психологический барьер – это теоретическое понятие. На уровне обобщения и абстракции, человек может иметь следующие барьеры: физиологические (усталость, напряжение), психологические (неразвитость навыков самообладания и саморегуляции) и социальные (недостаток нужной информации о проблеме, неопределенность наступления желаемого события или результата) [1, с. 90, 44].

Под барьером так же понимается психологический феномен – все те личностные переживания, ощущения, эмоции и чувства, которые могут помешать человеку проявить свою жизнедеятельность и удовлетворить свои первичные и вторичные потребности [52, с. 58].

В своих работах Р. Х. Шакуров представляет несколько иную, отличающуюся от большинства исследователей, трактовку понятия психологического барьера. По его мнению, «...барьер – это универсальный и постоянный атрибут жизни, ее обязательный и необходимый спутник. Барьеры присутствуют повсюду, где взаимодействуют какие-то силы, движения, независимо от их природы. Любая целостная система, которая состоит из частей, обязана своему существованию барьерам, затрудняющим ее распад. Барьеры обеспечивают накопление энергии и регулируют энергетические потоки, направляют, корректируют и упорядочивают различные движения ...» [85, с. 57].

Но не все авторы согласны с Р. Х Шакуровым. Например, согласно Е. А. Бирюковой, барьеры – «...это препятствия, по своему содержанию, являющиеся обобщенными понятиями, включающими помеху и трудность, задержку и затруднение, преграду и остановку, проблему и задачу, вопрос и сомнение, негативное состояние, ситуацию проблемности. Препятствие – то, что отдаляет личность от достижения желаемого результата» [10, с. 30].

Многие зарубежные исследователи развития личности так же обращались к проблеме сущности психологических барьеров. Так, например, Ж. Р. Гарданова считает, что большая часть трудов в данной сфере представлена в концепциях К. Г. Юнга, А. Адлера, З. Фрейда, Э. Берна и К. Роджерса. Каждый из представителей (когнитивной, гуманистической, психоаналитической и др.) школ по-своему понимал психологических барьер [16, с. 107].

Когнитивная психология утверждает, что человек в процессе своей жизнедеятельности нередко сталкивается с противоречащей информацией, не вписывающейся в ранее сформированную структуру знаний. При этом, человек либо отрицает данное новое знание и не принимает его, либо наоборот пересматривает уже полученные знания [30, с. 480]. Таким образом, внутренние психологические барьеры оказывают влияние на формирование когнитивных схем личности.

Что касается гуманистической психологии, то здесь авторы рассматривают психологический барьер по большей части с положительной стороны, предписывая ему развивающее значение. Представители данной школы считают, что, преодолевая внутренние препятствия, личность совершенствуется свой духовный потенциал, самореализуется и самоактуализируется. При этом так же повышается активность и энергия человека. Но в том случае, когда барьер оказывается слишком трудным для человека и непреодолимым, это становится опасным как частичным ослаблением, так и полной потерей инициативы, и снижением уровня притязаний человека.

Зигмунд Фрейд и его последователи связывают психологические барьеры с механизмами психологической защиты. Испытывая неприятные эмоции и состояния, проявляющиеся через инстинктивные влечения, личность бессознательно формирует внешние и внутренние барьеры с целью защититься от травмирующих ситуаций [82].

Отечественные психологи исследовали психологические барьеры через особенности качеств и черт личности, ее общения и деятельности.

Например, в работах Ю. В. Мельниченко, посвященной психологическим барьерам и демотиваторам реализации инновационного подхода в обучении в диаде «педагог-обучающийся», мы можем увидеть, что автор использует определение В. В. Столина: «...это особые черты личности, проявляющиеся лишь в определенных ситуациях при необходимости активных действий в них» [36, с. 54].

Каждый внутренний барьер создает внутриличностный конфликт, так как одни личностные особенности человека затрудняют удовлетворение потребностей, а другие, напротив, содействуют им. Все это ограничивает свободу действия человека, формирует у него негативный, конфликтный личностный смысл, способный образовать новый психологический барьер [36. с. 56].

Отечественные авторы так же исследовали влияние психологических барьеров на процесс общения. Так, Е. К. Николаева считает, что, вступая друг с другом в контакт, индивиды могут испытывать осознаваемые и неосознаваемые трудности межличностного общения. Степень и характер осознания таких препятствий зависят от особенностей личности, ее жизненного опыта, характера общения (ролевого, игрового, делового и т.д.), многофункциональности речи и внутренней многоструктурности [41, с. 14].

В рамках деятельностного подхода, обоснованного Л. С. Выготским, С. Л. Рубинштейном, А. Н. Леонтьевым, Б. Ф. Ломовым, Б. Д. Парыгиным, Р. Х. Шакуровым выполнено большое количество исследований, раскрывающих проблему психологических барьеров.

Теоретические основы понимания психологических барьеров заложены в работах С. Л. Рубинштейна, который, подчёркивая взаимосвязь деятельности и эмоций, отмечал: «...в ходе деятельности есть обычно критические точки, в которых определяется благоприятный для субъекта или неблагоприятный для него результат, оборот или исход его деятельности. Человек как сознательное существо более или менее адекватно предвидит приближение таких критических точек. При приближении к ним в чувстве человека – положительном или отрицательном – наступает разрядка» [62]. С точки зрения автора, психологические барьеры – это и есть те самые «критические точки».

Проанализировав различные подходы к определению понятия, мы пришли к выводу, что в нашем исследовании под психологическими барьерами понимаются специфические состояния личности, отражающие внутренние препятствия психологической природы, мешающие человеку выполнять определённые действия, в рамках нашего исследования под определёнными действиями мы понимаем взаимодействие с детьми с ОВЗ.

В своем исследовании О. А. Семиздралова и А. В. Щербаков рассматривают разные виды психологических барьеров: смысловые (Л. И. Божович, М. С. Неймарк), тактические, эмоциональные (Л. Б. Филонов), коммуникативные (В. А. Кан-Калик, Н. М. Обозов, Б. Д. Парыгин), педагогические (А. К. Маркова, Н. А. Подымов), инновационные (Х. М. Хон, А. И. Пригожин, Л. С. Подымова), мотивационные и операциональные, связанные с эмоциональной, когнитивной и поведенческой сферой (Л. А. Поварницына), барьеры отражения отношений (при неадекватном отношении к себе, коммуникатору или ситуации), барьеры обращения (взаимодействия) (В. Н. Мясищев). В зависимости от автора и его концепции, различаются и позиции в понимании природы, сущности и способов анализа психологических барьеров [89, с. 58].

На сегодняшний день политика Российской Федерации направлена на создание условий для включения людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в различные социальные институты. Создание благоприятных условий для интеграции людей с ОВЗ, их развития, функционирования в обществе, взаимодействия с другими людьми и окружающим миром, развития потенциала и активной жизненной позиции является важной и одновременно сложной задачей, которая стоит перед обществом.

В настоящее время одним из необходимых условий для успешной интеграции людей с ОВЗ является готовность общества к психологическому принятию людей с особенностями в развитии в качестве равноценных личностей, достойных равноправного уважения и общения. Способность общества поддерживать людей, имеющих особые потребности, относится к важным индикаторам цивилизованности [63, с. 95].

Несмотря на все вышесказанное, социальный, психологический и педагогический опыт, а также научные исследования доказывают, что сознание людей в современном мире все еще полно стереотипов и предрассудков, и отношение общества к людям с особенностями в развитии все еще остается негативным [80, 84].

Обращаясь к работам В. О. Безсонова, Д. А. Рылова, И. С. Богачек, рассмотрим наиболее часто встречающиеся у людей с ОВЗ установки.

В первую очередь, это дискриминация, которая затрагивает всех участников данной социальной группы только из-за одной принадлежности к ней, и выражается в негативном и неблагоприятном воздействии на ее членов [9, с 1014].

Во-вторых, это предубеждение общества, источник которого – негативное, а зачастую и враждебное отношение к людям с ОВЗ, не принимающее во внимание индивидуальные характеристики каждого человека с особенностями в развитии [2, с. 95].

В-третьих, это стереотип, который совместно с вышеуказанным предписывает всей социальной группе людей с ОВЗ одни и те же особенности [11, с. 139], что само по себе является иррациональным.

В связи со всем этим, лица с ОВЗ чаще, чем другие члены общества, вызывают негативные эмоции по отношению к себе. Наиболее распространенными дискриминирующими действиями, по мнению В. О. Безсонова, на данном этапе развития общества являются геноцид, делегитимизация, девальвация, отторжение и сегрегация [9, с. 1013]. Интересно то, что хуже всего воспринимают людей с умственной отсталостью и психическими расстройствами. По результатам исследования, представленные Е. И. Волгуцковой, можно увидеть, что дети с выраженными интеллектуальными особенностями испытывают значительные трудности в межличностных взаимоотношениях со сверстниками, да и само общество на данный момент неоднозначно относится к вопросам социально-педагогической интеграции и инклюзии детей с ОВЗ [15, с. 55].

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показал, что существует многообразие научных подходов в понимании феномена «психологического барьера». Проанализировав ряд авторских определений, мы приняли решение, что в нашем исследовании под психологическими барьерами мы понимаем специфические состояния личности, отражающие внутренние препятствия психологической природы, мешающие человеку выполнять определённые действия, в рамках нашего исследования под определёнными действиями мы понимаем взаимодействие с детьми с ОВЗ.

Для нашего исследования наиболее значимой проблемой является наличие психологических барьеров во взаимодействии с детьми с ОВЗ, которые мы подробно рассмотрим в следующем пункте.

1.2 Особенности психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ

Социализация личности в современном меняющемся мире связана с необходимостью преодоления всевозможных препятствий. Она требует от входящего в самостоятельную жизнь человека адекватной адаптации как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям влияния внешней среды.

В работе М. К. Кирилловой отмечается, что в качестве психологических барьеров профессиональной деятельности и профессионального развития исследователи обозначают следующие деформации: деформации в профессиональной сфере (Т. С. Шевцова, А. К. Маркова); педагогические затруднения (Н. В. Кузьмина [31]); коммуникативные барьеры педагогов, психологические ошибки, возникающие в процессе творчества (Н. Д. Никандров, А. А. Леонтьев); дидактические затруднения и их причины (Ю. К. Бабанский, Т. С. Полякова); внутриличностные конфликты педагогов и их эмоциональная неустойчивость (О. В. Кузьменкова, Л. М. Митина); кризисы развития профессиональной деятельности (Н. В. Антонова, Э. Ф. Зеер [23]); смысловые и эмоциональные барьеры педагогов (А. А. Баранов, Г. Ф. Заремба), функциональные психические состояния педагога (Г. А. Мкртычян, А. О. Прохоров); психологические барьеры педагогической и инновационной деятельности (Н. А. Подымов, Л. С. Подымова, В. А. Слостенин); конфликты в профессиональной сфере (В. И. Журавлев, М. М. Рыбакова) [26, с. 119].

Профессиональная деятельность педагогов в формате инклюзивного образования зачастую сопровождается повышенной тревожностью, страхами, фрустрацией, аффектами, эмоциональной неустойчивостью, пассивностью педагога во взаимодействиях с детьми с ОВЗ,

эмоциональным напряжением (эмоциональные барьеры). Так, например, у Н. А. Подымова эмоциональные барьеры – это переживания напряженных психических состояний, проявляющиеся под воздействием субъективных трудностей личности [50, с. 193].

Подобные проявления в свою очередь могут привести к образованию деструкций в профессиональной деятельности, к появлению психологических барьеров и преград. В свою очередь психологические барьеры влекут за собой различные конфликтные ситуации, которые вызывают у каждой из сторон конфликта повышенное эмоциональное напряжение и тревогу, неуверенность в собственных силах, неудовлетворенность собой и своим трудом, руководителями организации, в которой они работают, отношениями с коллегами. Все это приводит к тому, что у педагога формируются такие негативные качества личности, как равнодушие к своей деятельности, догматизм и консерватизм и т.д. [8, 24, 40].

В деятельности педагогов исследователи разработали классификацию психологических барьеров, отражающую особенности каждого из видов.

Так, например, в работе Н. М. Борозинец и М. В. Колокольниковой описаны личностные, коммуникативные и деятельностные психологические барьеры. Рассмотрим каждый из них более подробно:

1) личностные барьеры – это проблемы общения, возникающие вследствие различий в системах ценностей, эмоциональных и физических состояниях людей, их переживаниях, эмоциях на момент общения, коммуникативных навыках (умение и неумение слушать, эмпатия, грамотная и понятная речь, неконфликтность и др.) [12, с. 172];

2) коммуникативные барьеры формируются под воздействием затруднений в установлении контактов субъектами инклюзивного образования (в частности, между педагогами и детьми с особенностями развития) [22, с. 281];

3) деятельностные барьеры – трудности, связанные с проблемами организации учебного процесса в инклюзивном классе (недостаточность информации о результате деятельности) [12, с. 171].

В работе Н. М. Борозинец и М. В. Колокольниковой представлена классификация В. А. Кан-Калика, описывающая восемь наиболее типичных барьеров взаимодействия педагога и обучающихся. Для нас наиболее значимыми и важными являются некоторые из них: а) барьер отсутствия контакта (педагог отстранен от детей), б) барьер сужения функции общения (учитель общается с классом только по темам обучения), в) барьер боязни класса (характерен для начинающих педагогов, испытывающих боязнь общения с детьми), г) барьер отрицательной установки на класс (формируется заочно под влиянием чужого мнения до знакомства с детьми), д) барьер прошлого негативного опыта (ранее взаимоотношения с детьми не получилось и идет повторное неудачное взаимодействие) [12, с. 170].

Психологические барьеры находят свое отражение и в понятии психологической неготовности, которая реализуется через эмоциональный, мотивационно-ценностный, когнитивный, и деятельностный компонент. Проанализируем каждый из них подробнее:

– эмоциональный компонент включают в себя эмоциональное принятие и толерантность, чувство сопереживания;

– мотивационно-ценностный компонент – понимание и принятие целей и задач инклюзивного образования, готовность к педагогической деятельности, ответственность за нее и ее результаты, стремление к саморазвитию (личностному и профессиональному);

– когнитивный компонент представляет собой компетентность педагога (владение актуальными нормативными знаниями в области инклюзивного образования, этических основ педагогической деятельности, понимание возрастной и специальной психологии, в том числе и особенностей развития детей с ОВЗ, умение применять их на практике

(проектировать учебный процесс и включать детей с особенностями развития в учебную и внеурочную деятельность));

– деятельностный компонент подразумевает диалог со всеми участниками образовательных отношений на основе толерантности, безоценочности, социального партнерства [81, с. 59].

Несформированность отдельных компонентов может выступать в качестве барьеров в профессиональной деятельности, которые в процессе инклюзивного образования мешают педагогу качественно, системно и эффективно обучать как нормотипичных детей, так и детей с ОВЗ.

Факторами развития данных психологических барьеров являются неудовлетворенность педагога своим профессиональным и социальным статусом, возрастные изменения, социально-экономические условия, недостаточный уровень компетенций, несогласованность и конфликты с коллегами и руководством, личностные особенности, профессиональное выгорание [37, 38].

Похожие наблюдения есть и в работе А. К. Марковой, которая выделяет следующие причины возникновения психологических барьеров педагогов [35, с. 24]:

– неудовлетворенность (своим трудом, различие потребностей и возможностей, несоответствие успеваемости учеников и ожиданиями учителя);

– конфликты взаимопонимания (преобладание деструктивных форм разрешения конфликтов в субъект-субъектных отношениях: «педагог-администрация», «педагог-педагог», «педагог-родитель нормотипичного ребенка», «педагог-родитель ребенка с ОВЗ», «педагог-нормотипичный ребенок», «педагог-ребенок с ОВЗ», «нормотипичный ребенок-ребенок с ОВЗ», «родитель нормотипичного ребенка-родитель ребенка с ОВЗ»;

– изменение социального статуса, звания, должности педагога, вида актуальной деятельности (участие в конкурсах педагогического мастерства, программ, выступление на семинарах, форумах, педагогических

советах, родительских собраниях, аттестации и курсах повышения квалификации), что в свою очередь влияет на микроклимат в коллективе и классе педагога;

– кризис профессиональной деятельности (социально-экономическое положение в обществе, перемены в системе ценностей, неадекватная оценка педагогической деятельности со стороны социума) [35, с. 24].

Степень протекания психологического барьера зависит от напряженности переживания личностью данного состояния и ее сформировавшихся ранее способов преодоления кризисной ситуации. В научных исследованиях выделяются два способа стратегий разрешения психологических барьеров: конструктивный и деструктивный:

1) конструктивный способ выражается в проявлении человеком ответственности за решение проблемной ситуации;

2) деструктивный способ, напротив, отражает пассивное поведение человека, его попытки избежать решение проблемы или отложить ее на неопределенный срок, а в некоторых случаях и переложить ответственность и вину на других лиц (нередко и на обучающихся). Выбирая деструктивный способ, личность испытывает эмоциональное напряжение, повышенное возбуждение, тревогу, что еще больше мешает выбрать рациональный и оптимальный способ выхода из проблемной ситуации [5, с. 5; 20, с. 219].

Одним из факторов, способствующих человеку безболезненно преодолевать психологические барьеры, является барьероустойчивость. Под барьероустойчивостью понимается эмоциональная устойчивость личности, способность к конструктивному решению трудностей, гибкость поведения, выносливость, субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями, способность выдерживать состояния чрезмерного эмоционального возбуждения при выполнении задач повышенной сложности [3, с 21].

По мнению М. Lee, R. Pekrun, J. Taxer, P. Schutz, L. Vog, X. Xie, занимающихся изучением эмоциональной сферы педагогов, эмоционально устойчивый педагог в состоянии контролировать свое эмоциональное состояние и состояние обучающихся, рационально расходовать свои ресурсы в процессе всей профессиональной деятельности, вовремя замечать начало конфликтов и предотвращать их. Такие педагоги обладают гибкостью мышления, хорошей адаптацией к меняющимся условиям, низкой предрасположенностью к фрустрации и апатии, чаще других переживают положительные эмоции и транслируют их на окружающих [92].

По мнению В. И. Долговой и Г. Ю. Гольевой к показателям эмоциональной устойчивости педагога также можно отнести: адекватную самооценку; наличие волевых качеств, а именно, целеустремленность, организованность, настойчивость, решительность, терпимость; себя знание приемов регуляции, т.е. умение регулировать собственные эмоциональные реакции, отношение к собственным эмоциональным переживаниям; умение анализировать сложные эмоциональные состояния [19, с. 56].

Таким образом, мы видим, что на современном этапе внедрения инклюзии в сферу образования, возникает множество проблем. Одной из них является предвзятое, стереотипное отношение к детям с ОВЗ со стороны педагогов, администрации, родителей нормотипичных детей. Часть общества не готова менять свое мнение, а специалисты в сфере образования испытывают тревогу и страх и за результат процесса обучения как для нормотипичных детей, так и для детей с ОВЗ [28]. Педагоги сталкиваются с такими трудностями, как недостаточность профессиональных и специальных знаний об особенностях детей с ОВЗ, отсутствие поддержки со стороны администрации, личностной неготовностью к взаимодействию с детьми с различными вариантами отклонениями в развитии [24, с. 66].

С другой стороны, педагоги, готовые к работе с детьми с ОВЗ, проявляют себя в способности успешно преодолевать возникающие психологические барьеры профессиональной деятельности [76, с. 164].

Такие специалисты обладают нравственными, социальными, личностными и профессиональными качествами, навыками и способностями, помогающими им добиваться высоких результатов в своей работе и качественно реализовывать инклюзивное образование.

1.3 Модель преодоления психологических барьеров педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ

Преодоление психологических барьеров педагогического персонала во взаимодействии с детьми с особенностями развития в образовательных учреждениях не представляется возможным без комплексного психолого-педагогического сопровождения, которое в свою очередь должно реализовываться в рамках определенной системы, модели [67, с. 206].

Существует большое количество толкований термина «модель», т.е. применение ее возможно во многих сферах жизни человека. Принято считать, что слово «модель» прочно вошло в нашу жизнь в XX веке. В широком значении оно понимается как некий образ объекта, который представляет для нас интерес или прообраз какого-либо объекта или системы объектов [43, с. 159].

В нашем исследовании под моделью мы понимаем идеальный объект экспериментального исследования для определенного случая, который необходимо описать.

В настоящее время в психологии используют метод моделирования, под которым понимается способ исследования психических состояний, свойств и процессов посредством построения их идеальных или реальных, в первую очередь математических моделей [17].

В психолого-педагогической науке метод моделирования направлен на:

- описание и анализ психических явлений на различных уровнях их структурной организации;

- прогнозирование развития психических явлений;
- идентификацию психических явлений [17].

Метод моделирования помогает подойти к исследованию более систематизировано. Во введении к квалификационной работе нами были сформулированы цель и задачи работы. Для того чтобы более реализовать системный подход к исследованию, было принято решение использовать метод «дерево целей», разработанный доктором психологических наук В. И. Долговой. Данный метод предполагает создание структуры пошагового процесса достижения генеральной цели. Метод «дерево целей» основывается

на теории графов и представляет собой «ветви дерева», которые отображают поставленные задачи, а узлы – результаты, которые достигаются в результате решения задач [18, с. 46]. Разработанное «дерево целей» в рамках данного исследования, представлено на рисунке 1.



Рисунок 1 – «Дерево целей» преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Генеральная цель исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

1. Изучить теоретически основы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

1.1 Раскрыть понятие «психологический барьер» в психолого-педагогической литературе.

1.2 Выявить особенности психологических барьеров у педагогического персонала образовательной организации во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.

1.3 Разработать модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

2. Организовать исследование преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

2.1 Описать этапы, методы и методики исследования.

2.2 Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

3.1 Разработать и реализовать программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

3.2 Провести анализ результатов формирующего эксперимента.

3.3 Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Для реализации системного подхода в исследовании мы разработали модель исследования преодоления психологических барьеров во

взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Второй этап моделирования в нашем исследовании предусматривает построение модели (см. рисунок 2). В разработанной модели исследования преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации четыре основных блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

Целью теоретического блока является анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, разработку «дерева целей» и модели исследования, а также планирование этапов, методов и методик исследования. Нами были применены такие методы исследования как анализ, синтез и обобщение, целеполагание и моделирование.

Диагностический блок направлен на проведение и анализ результатов констатирующего эксперимента. На данной стадии исследования происходило определение выборки для проведения развивающей работы. В нашем исследовании это реализовано с помощью следующих методик:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);
- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)
- методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Проведенные методики позволили выявить наличие психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Формирующий блок посвящен разработке и реализации программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

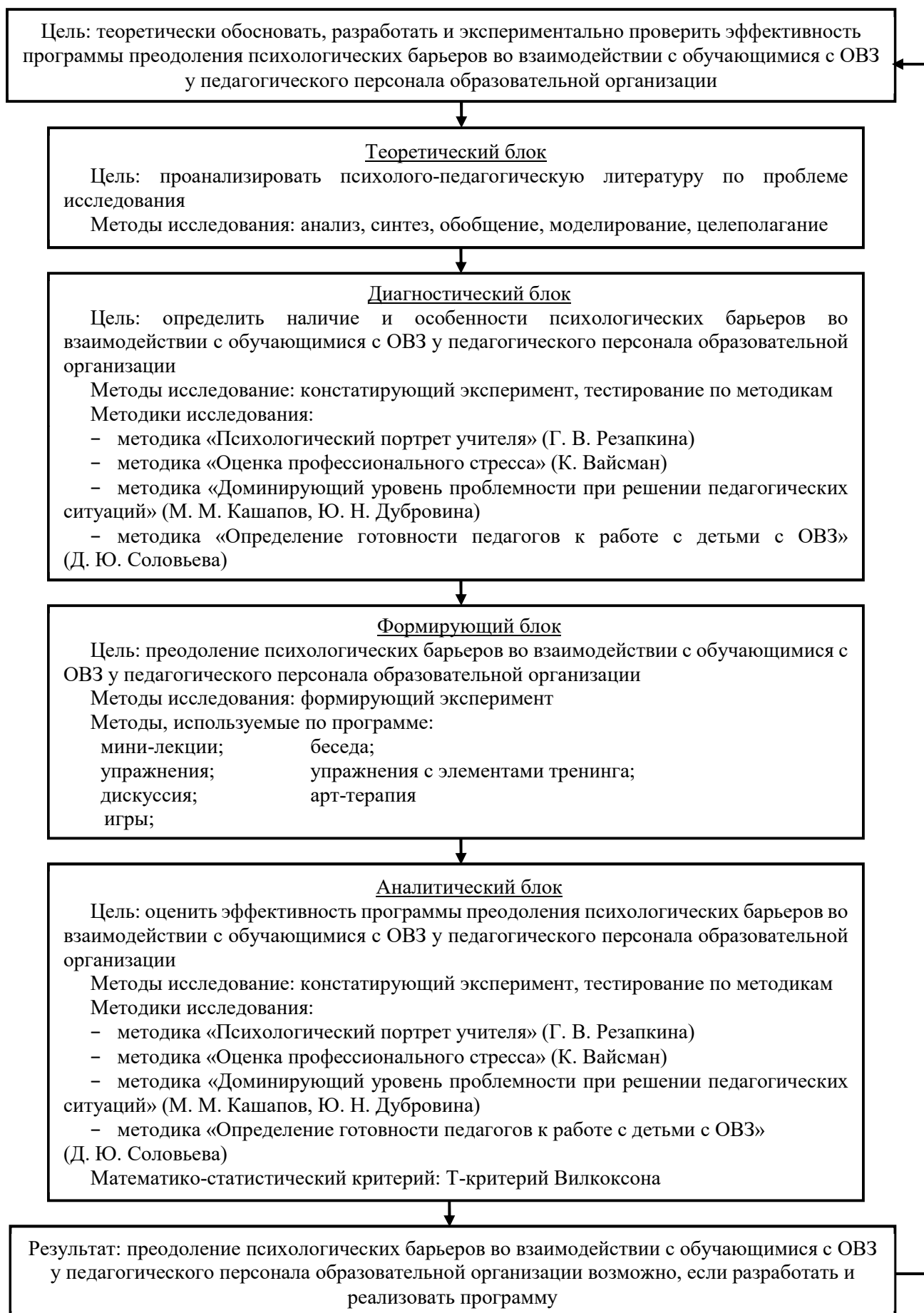


Рисунок 2 – Модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Цель программы: преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Задачи программы:

1. Повысить психолого-педагогическую компетентность педагогического персонала образовательной организации.
2. Сформировать представления о психологических особенностях детей с ограниченными возможностями здоровья.
3. Произвести обмен ранее полученным опытом по психолого-педагогическому сопровождению детей с ОВЗ.
4. Оказать психотерапевтическую помощь участникам программы.

В программе используются следующие методы:

- мини-лекции;
- упражнения;
- игры;
- дискуссия;
- беседа;
- упражнения с элементами тренинга;
- арт-терапия.

Аналитический блок подразумевает проведение повторного исследования преодоления психологических барьеров педагогических сотрудников во взаимодействии с детьми с ОВЗ в образовательной организации. Оно позволяет нам выявить была ли реализуемая программа преодоления психологических барьеров педагогических сотрудников образовательных организаций во взаимодействии с детьми с ОВЗ эффективной или нет. Для вторичной диагностики применяются те же методики, что и были на констатирующем этапе. После проведения исследования, чтобы подтвердить гипотезу исследования необходимо

провести математическую обработку результатов, с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Таким образом, нами была разработана модель исследования преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации. Мы разработали «дерево целей», которое помогло нам едино подойти к исследованию. В данной параграфе также составлена модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации, которая состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический.

Выводы по первой главе

В первой главе нашего исследования по теме «Преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации» мы провели теоретический анализ психолого-педагогической литературы по изучаемой проблеме. В результате проведенной работы были получены следующие выводы:

Психологические барьеры – специфические состояния личности, отражающие внутренние препятствия психологической природы, мешающие человеку выполнять определённые действия.

Психологические барьеры находят свое отражение и в понятии психологической неготовности, которая реализуется через эмоциональный, мотивационно-ценностный, когнитивный, и деятельностный компонент. Эмоциональный компонент включает в себя эмоциональное принятие и толерантность, чувство сопереживания. Мотивационно-ценностный компонент – понимание и принятие целей и задач инклюзивного образования, готовность к педагогической деятельности, ответственность за нее и ее результаты, стремление к саморазвитию (личностному и

профессиональному). Когнитивный компонент представляет собой компетентность педагога (владение актуальными нормативными знаниями в области инклюзивного образования, этических основ педагогической деятельности, понимание возрастной и специальной психологии, в том числе и особенностей развития детей с ОВЗ, умение применять их на практике (проектировать учебный процесс и включать детей с особенностями развития в учебную и внеурочную деятельность)). Деятельностный компонент подразумевает диалог со всеми участниками образовательных отношений на основе толерантности, безоценочности, социального партнерства.

Для реализации системного подхода в нашем исследовании мы построили «Дерево целей» и модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации, состоящую из четырех взаимосвязанных блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. Генеральной целью исследования является теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации. Для проверки гипотезы о том, что преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если разработать реализовать программу, будет использоваться математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Проведение исследования по теме «Преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации» подразумевает реализацию 3 этапов: поисково-аналитический, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

1. Поисково-аналитический этап (сентябрь – ноябрь 2020 г.). Данный этап реализуется через формулировку методологического аппарата исследования, а именно: выбор актуальной темы исследования, постановку целей и задач, формулировку гипотезы, определение методов и методик исследования. Этот этап также предполагает теоретическое изучение темы, а именно рассмотрение основных концепций психологических барьеров, их классификацию и возникновение в профессиональной деятельности педагогического персонала и т.д.

2. Опытно-экспериментальный этап (декабрь 2020 г. – март 2021 г.). Осуществление второго этапа исследования предполагает проведение экспериментальной работы, а именно реализация констатирующего эксперимента (с целью сбора информации о текущем состоянии психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации) и формирующего эксперимента (путем проведения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации).

3. Контрольно-обобщающий этап (март – май 2021 г.). Работа на этом этапе заключается в сравнении результатов исследования до и после реализации программы. Проверка гипотезы исследования. На основании полученных результатов подготовлены рекомендации по преодолению психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ педагогическому персоналу образовательной организации.

Для осуществления вышеуказанных этапов необходимы следующие методы исследования:

1. Теоретические (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование).

2. Эмпирические (констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование).

3. Математико-статистический (Т-критерий Вилкоксона).

Для диагностики психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации необходимо использовать следующие методики:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);
- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)
- методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Под методом научного исследования принято считать средства и приемы, с помощью которых исследователи получают достоверные данные, которые они используют для построения научных теорий и разработки практических рекомендаций. В свою очередь, понятие «метод» (от греч. «methodos» – путь) понимается как способ познания предмета науки [51].

Методы, используемые в психологическом исследовании, направлены как на фиксацию определенных фактов, так и на их объяснение и раскрытие

их сущности. Поскольку сложно полностью охарактеризовать данное психологическое явление каким-либо методом, обычно прибегают к использованию различных дополнительных методов.

Перейдем к характеристике используемых в нашей работе методов научного исследования:

Теоретическое изучение темы происходило с использованием следующих методов: анализ, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование. Обоснование их применения представлено ниже.

1. Анализ. Этот метод широко используется в научных исследованиях, поскольку представляет собой метод научного познания, благодаря которому происходит мысленное расчленение изучаемого объекта на составные элементы с целью изучения его структуры, индивидуальных особенностей, свойств, внутренних связей и отношений [43, с. 45]. Оказывается, анализ позволяет проникнуть в суть изучаемого явления и выделить главное и существенное.

2. Синтез. Метод теоретического исследования, неразрывно связанный с анализом, так как предполагает мысленную связь составляющих сторон, элементов, свойств, связей изучаемого объекта, расчлененного в результате анализа и исследования этого объекта в целом [83, с. 156]. Получается, что в результате синтеза возникает совершенного новое образование, свойство которого являются не только внешним сочетание этих компонентов, но и результатом их внутренней взаимосвязи и взаимозависимости.

3. Обобщение. Этот метод научного познания основан на выборе и фиксации неизменных и относительно устойчивых свойств объектов и их взаимосвязей. В результате обобщения выбираются наиболее типичные свойства или процессы, присущие все или многим объектам, несмотря на частные или случайные исключения [43, с 59].

4. Целеполагание – это метод научного исследования, целью которого является формулирование общей цели исследования, разработка

системы задач, которая позволит выстроить работу последовательно согласно запланированным этапам работы. Цель, по определению Н. П. Бусыгиной, представляет собой мысленную модель идеального желаемого конечного результата, на который преднамеренно направлен процесс [14, с 236].

5. Моделирование, по мнению И. Н. Носса, является методом научного познания мира и может быть определено как представление объекта моделью с целью получения информации об объекте путем проведения экспериментов с его моделью. Модель – это «образец чего-то» или «подобие объекта» [43, с 192].

Для эмпирической разработки темы использовались следующие методы исследования:

1. Эксперимент, как отмечает О. А. Артемьева, – это метод исследования, направленный на установление «...причинно-следственных связей между явлениями путем воздействия на независимую переменную, определения изменений зависимой переменной и управления побочными переменными» [7, с 44]. Это один из основных методов исследования в науке. Благодаря этому методу исследователь получает точные данные об исследуемой переменной. Основное преимущество метода в том, что можно создать условия, в которых исследуемый психологический феномен будет проявляться лучше всего. Проведение эксперимента требует строгого контроля за условиями его протекания. В эксперименте можно использовать большую выборку испытуемых, что, в свою очередь, позволит установить наиболее общие закономерности развития изучаемого психологического феномена. По степени вмешательства экспериментатора в ход эксперимента выделяют констатирующий (предполагает выявление некоторых психологических характеристик и уровня развития изучаемого явления) и формирующий (предполагает преднамеренное воздействие на испытуемого с целью формирования определенных качеств в нем) эксперимент [7, с 46].

2. Психологическое тестирование – это метод исследования, позволяющий определить уровень развития психических качеств человека, их соответствие определенным нормам путем выполнения испытуемым специальных заданий, которые называются тестами. По определению О. А. Артемьевой, тест является «...стандартизированным испытанием, позволяющим выявить выраженность изучаемых характеристик личности» [7, с 40]. Неоспоримым преимуществом использования этого метода является скорость его реализации, простота количественной обработки результатов, возможность диагностики относительно большой аудитории и возможность использования «до» и «после» экспериментального воздействия. Однако применение теста не позволяет учесть конкретный контекст социальной ситуации и выявить причины того или иного поведения группы.

Для изучения компонентов психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала используются методики диагностики (См. таблицу 1). Каждая методика позволяет изучить компонент по определенной шкале.

Таблица 1 – Методики диагностики, определяющие компоненты психологических барьеров

№	Компоненты	Методики диагностики
1.	Мотивационно-ценностный	«Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) (приоритетные ценности, самооценка, стиль преподавания, уровень субъективного контроля, удовлетворенность трудом)
2.	Эмоциональный	«Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) (высокий, средний, низкий уровни); «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) (психоэмоциональное состояние)
3.	Когнитивный	«Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева) (высокий, средний, низкий уровни)
4.	Деятельностный	«Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) (ситуативный и надситуативный уровни)

Для реализации опытно-экспериментального этапа нам необходимо применить следующие методики:

1. Методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) направлена на определение причин профессиональных затруднений прежде, чем они станут очевидны окружающим. Данная методика включает в себя 60 вопросов, на которые необходимо дать один из трех предоставленных ответов. Все вопросы построены таким образом, чтобы в конечном итоге отразить: 1) приоритетные ценности (значимость для педагога интересов и проблем учеников; значимость для педагога его отношений с коллегами; значимость для педагога своих переживания и проблем и заикленность на них); 2) психоэмоциональное состояние (неблагополучное, нестабильное, благополучное); 3) самооценку (заниженную, адекватную, завышенную); 4) стиль преподавания (демократический, «попустительский», авторитарный); 5) уровень субъективного контроля (высокий, недостаточный, сниженный); 6) удовлетворенность трудом (высокая, средняя, низкая) (полное описание методики представлено в Приложении 1).

2. «Оценка профессионального стресса» по методике К. Вайсмана, которая предназначена для выявления наличия и уровня профессионального стресса. Среди стрессов, возникающих в процессе профессиональной деятельности, можно выделить следующие типы: информационный стресс, эмоциональный стресс, коммуникативный стресс. Методика состоит из 15 вопросов, ответы которых ранжируются от 1 до 5, где 1 – никогда, 2 – редко, 3 – иногда, 4 – часто, 5 – практически всегда. Примерное время тестирования 5-10 минут (полное описание методики представлено в Приложении 1).

3. Методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) целью которой является выявление доминирующего уровня при решении педагогических проблемных ситуаций. Проблемность имеет определенные уровни: ситуативный и надситуативный. Опросник состоит из 26 вопросов-ситуаций, которые довольно часто встречаются в повседневной жизни

педагога в образовательных учреждениях. Примерное время тестирования 10-15 минут (полное описание методики представлено в Приложении 1).

В качестве математико-статистического метода исследования был выбран T-критерий Вилкоксона. Выбор этого критерия обусловлен тем, что он позволяет определить, помимо направленности изменений, их выраженность, таким образом, благодаря ему мы сможем определить «насколько сдвиг показателей в определенном направлении является более интенсивным, чем в другом» [51, с. 36].

Расчет критерия основан на принципе ранжирования абсолютных величин разницы между двумя рядами выборочных значений в первом и втором экспериментах, то есть «до» и «после» определенного воздействия. При ранжировании абсолютных величин мы не учитываем знак разности, однако позже, при нахождении общей суммы рангов, мы находим их сумму отдельно, как для положительных, так и для отрицательных сдвигов. Отсюда следует, что чем больше интенсивность сдвигов в одном направлении, тем больше и соответствующая сумма рангов. Это нужно нам для того, чтобы определить, какой сдвиг мы считаем типичным, а какой – нетипичным. При использовании этого критерия мы опираемся на сумму рангов нетипичных сдвигов, т.е. меньшего по сумме рангов.

Применение T-критерия Вилкоксона регулируется следующими правилами:

- критерий используется при численности выборки от 5 до 50 человек;
- при подсчете критерия не учитываются нулевые сдвиги и в результате выборка уменьшается на количество этих нулевых сдвигов;
- количество сравниваемых элементов выборки должно быть одинаковым.

Получается, что алгоритм вычисления T-критерия Вилкоксона следующий (по Е. В. Сидоренко):

1. Составить список испытуемых в произвольном порядке.

2. Вычислить разницу между индивидуальными значениями во втором и первом замерах («после» – «до»). Определяется «типичный» сдвиг и формулируются гипотезы.

3. Преобразовать разности в абсолютные величины (в отдельном столбце).

4. Проранжировать полученные абсолютные величины разностей.

5. Отметить сдвиги в «нетипичном» направлении.

6. Подсчитать сумму «нетипичных» рангов по формуле: $T = \sum R_r$, где R_r – ранговые значения «нетипичных сдвигов».

7. Определить критические значения T для данной выборки, используя таблицу критических значений, и если $T_{\text{эмп}} \leq T_{\text{кр}}$, то считается, что сдвиг в «типичном» направлении достоверно преобладает [68, с. 94].

Таким образом, в исследовательском процессе необходимо последовательно реализовать три этапа: поисково-аналитический, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

В работе используется комплекс методов и методик исследования:

1. Теоретические (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование).

2. Эмпирические (констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование).

3. Математико-статистический (Т-критерий Вилкоксона).

Для диагностики психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации необходимо использовать следующие методики:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);
- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)

– методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Выбранные нами методики соответствуют цели проводимого исследования и позволяют нам выполнить поставленные задачи. Все методики апробированы и стандартизированы.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ №73 г. Челябинска». В диагностике приняли участие 24 человека из педагогического персонала образовательной организации, взаимодействующие с обучающимися с ОВЗ (учителя начальных классов, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, педагоги-психологи). Трудовой стаж у 7 педагогов превышает 25 лет, 9 респондентов имеют от 10 до 25 лет стажа и 8 испытуемых обладают стажем менее 10 лет.

В МАОУ «СОШ № 73 г. Челябинска», с 1996 года реализуется «технология интегрированного обучения детей с особенностями развития в общеобразовательной школе» и где на 2020-2021 учебный год в интеграционном режиме обучается 165 учеников различных нозологических групп: с нарушениями речи, задержкой психического развития, умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения) и расстройством аутистического спектра.

Результаты по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале приоритетные ценности отражены на рисунке 3, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 2 Приложения 2.



Рисунок 3 – Результаты диагностики приоритетных ценностей педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

Полученные данные свидетельствуют о том, что среди выявляемых ценностей в методике приоритетной у большинства – 59% (14 человек) оказалась концентрация на своих собственных переживаниях или «самодостаточность». Во взаимоотношениях с учениками и коллегами превалирует отчужденность, сдержанность, что может быть вызвано как личностными особенностями, так и неблагоприятным психоэмоциональным состоянием. На втором месте – значимость отношений с коллегами, ориентации на их мнение у 33% (8 человек), здесь можно предположить, что учителей мало интересует внутренний мир ученика. Значимость интересов и проблем школьников оказалась самой невостребованной ценностью, лишь у 8% (2 человек) она стала приоритетной.

Результаты по второй шкале методики – психоэмоциональное состояние представлены на рисунке 4, таблица с результатами диагностики зафиксирована в таблице 2 Приложения 2.

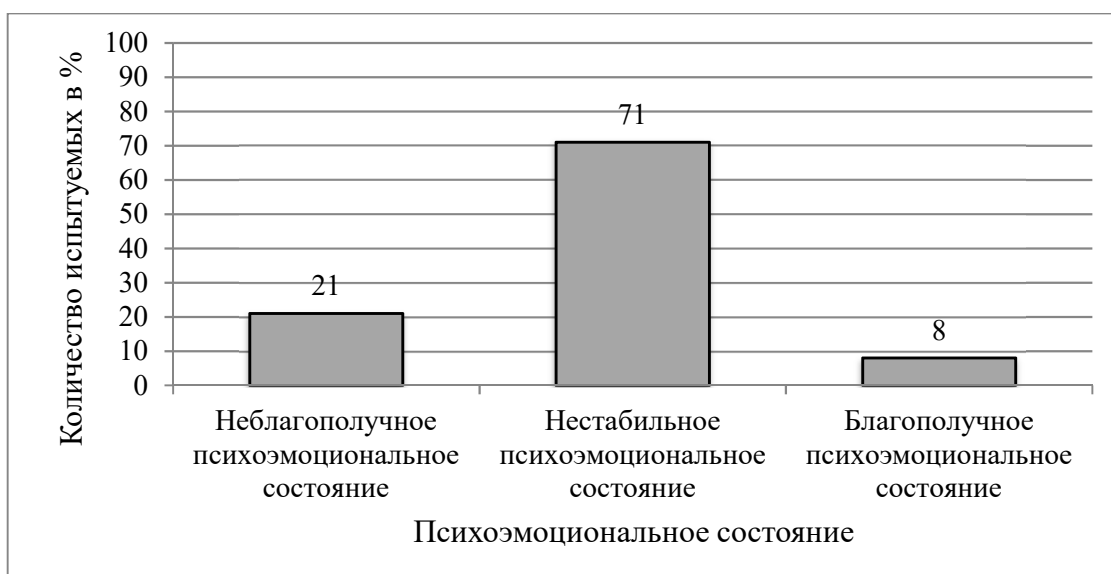


Рисунок 4 – Результаты диагностики психоэмоционального состояния педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

Анализ полученных результатов показывает, что у педагогического персонала образовательной организации преобладает нестабильное психоэмоциональное состояние, а именно у 71% (17 человек), которое, как правило, определяется тремя факторами в различных сочетаниях: неблагоприятным стечением обстоятельств и личностными особенностями, определяющими неадекватную реакцию на них врожденной, а также гиперчувствительностью нервной системы. Для 21% (5 человек) характерно неблагоприятное психоэмоциональное состояние. Для педагога в профессиональной деятельности не характерны хорошая волевая саморегуляция, аттракция, эмоциональный комфорт в сфере своей деятельности. И лишь у 8% (2 человека) психоэмоциональное состояние благополучное, определяющее эффективность работы. Такие люди способны сохранять спокойствие в экстремальных ситуациях, принимать правильные решения с большой ответственностью за их последствия.

Результаты по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале самооценка отражены на рисунке 5, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 2 Приложения 2.

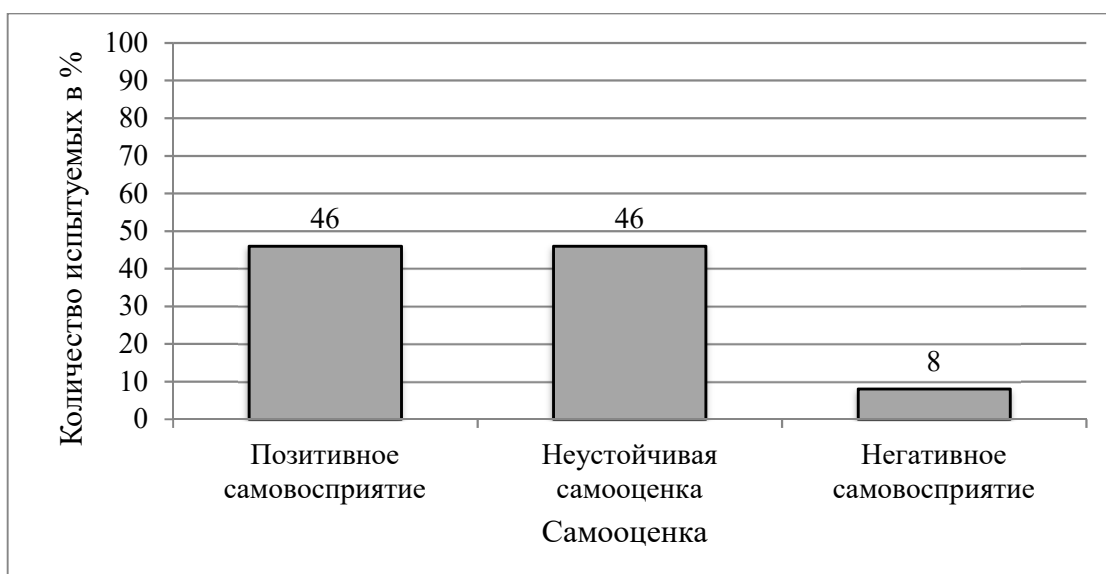


Рисунок 5 – Результаты диагностики самооценки педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

Анализ полученных результатов исследования показывает, что у 46% педагогического персонала (11 человек) преобладает как позитивное самовосприятие, так и неустойчивая самооценка. В первом случае это характеризуется тем, что педагоги умеют создавать доброжелательную атмосферу на своих уроках, способны оказывать обучающимся психологическую поддержку, свободно коммуницировать с ними. Ученик для таких педагогов – это личность, обладающая достоинством. Неустойчивая самооценка определяется изменчивостью в зависимости от обстоятельств, снижение самооценки негативно сказывается на эффективности взаимодействия с окружающими, затрудняя решение профессиональных и жизненных проблем. Негативное самовосприятие выявлено у 8% (2 человек). Такому педагогу сложно вступить в свободное общение с окружающими. Он склонен преуменьшать важность личности другого человека, поэтому стремится повысить свою самооценку за счет своих учеников.

Результаты по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале стиль преподавания представлены на рисунке 6,

таблица с результатами диагностики представлена в таблице 2 Приложения 2.



Рисунок 6 – Результаты диагностики стиля преподавания педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

По результатам диагностики, можно сделать выводы, что большинство педагогов – 71% (17 человек) имеют демократический стиль преподавания. Это говорит нам о том, что на своих занятиях педагог привлекает учеников к принятию решений, прислушивается к их мнению, учитывает не только успеваемость, но и личностные качества. Этот педагог ориентирован на создание условий для самореализации и проявления творческой инициативы детей. 25% (6 человек) педагогов придерживаются авторитарного стиля преподавания. Такой педагог единолично решает все вопросы, касающиеся жизнедеятельности, как класса, так и каждого ученика. Внешние показатели успешности деятельности авторитарных педагогов (успеваемость, дисциплина и т.д.) чаще всего позитивны, но социально-психологическая атмосфера в таких классах, как правило, неблагоприятная, и для самого педагога нередко характерна низкая удовлетворенность трудом. И только 4% (1 человек) имеют «попустительский», либеральный стиль преподавания. Педагог с таким

стилем стремится минимально включиться в деятельность, что объясняется снятием с себя ответственности за ее результаты.

Результаты по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале уровень субъективного контроля отражены на рисунке 7, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 2 Приложения 2.

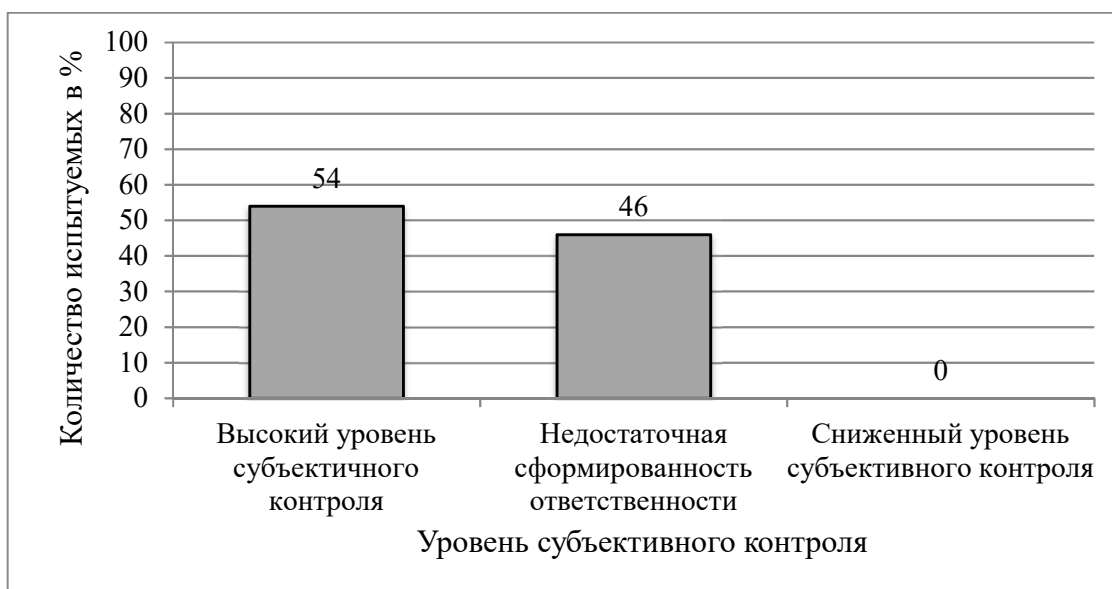


Рисунок 7 – Результаты диагностики уровня субъективного контроля педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

Согласно полученным данным высокий уровень субъективного контроля выявлен у большинства педагогов – 54% (13 человек.). Эти педагоги берут на себя ответственность за все, что происходит в их жизни, объясняя это своими действиями, а не внешними обстоятельствами. Такие люди не склонны подчиняться чужому давлению, остро реагируют на нарушение личной свободы, обладают высокой исследовательской активностью. Менее половины респондентов 46% (11 человек) демонстрируют недостаточную сформированность ответственности. Низкий уровень субъективного контроля у педагогического персонала образовательной организации не был выявлен.

Результаты по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале удовлетворенность трудом представлены на

рисунке 8, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 2 Приложения 2.

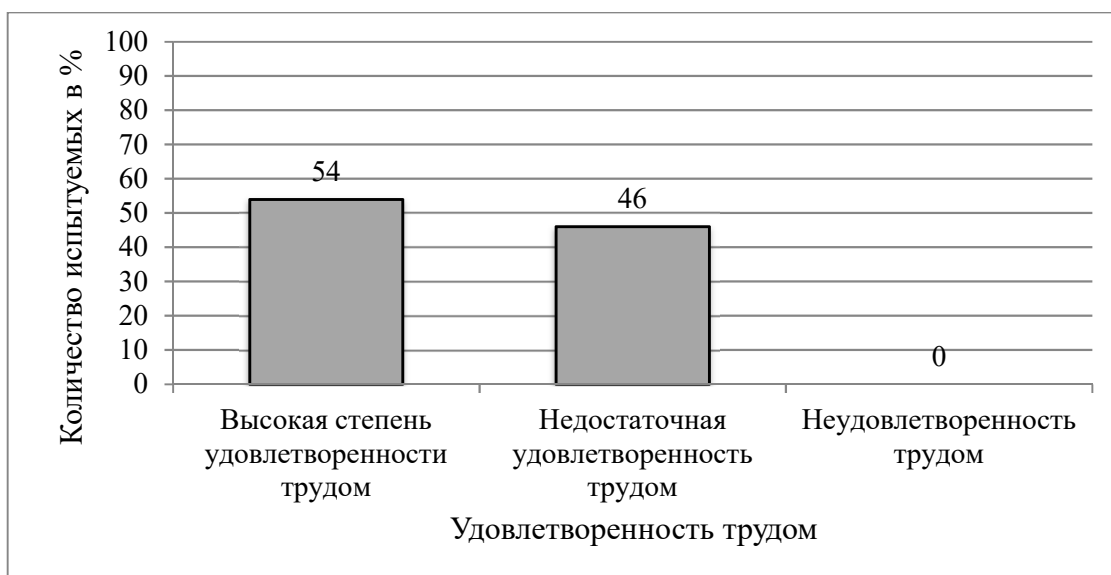


Рисунок 8 – Результаты диагностики удовлетворенности трудом педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

По результатам диагностики было выявлено, что больше половины опрошенных 54% (13 человек) удовлетворены своим трудом. Это выражается в заинтересованности процессом и результатом своей деятельности; конструктивных отношениях с коллегами и руководством на основе взаимного уважения. Уровень притязаний педагога, удовлетворенного своим делом, соответствует уровню его профессиональных достижений. Недостаточная степень удовлетворенности трудом была выявлена у 46% (13 человек), которая характеризуется низкой профессиональной мотивацией, возможно, слабым интересом к процессу и результатам своей деятельности. Низкий уровень удовлетворенности трудом, который проявляется в полном отсутствии интереса к своей работе, демотивации, неспособности профессионально развиваться не был выявлен у педагогического персонала образовательной организации.

Результаты по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) отражены на рисунке 9, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 3 Приложения 2.

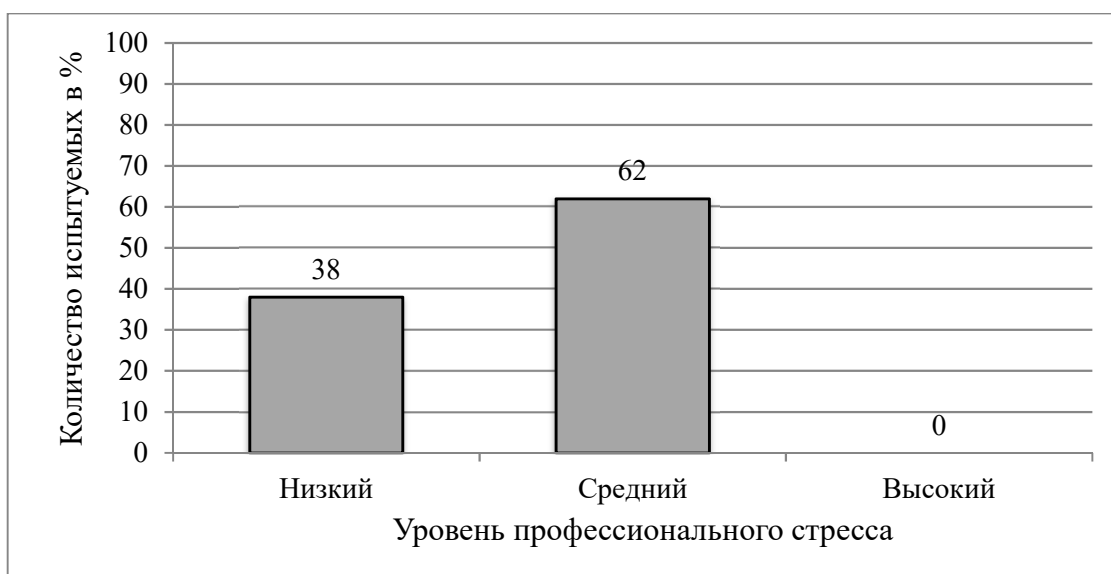


Рисунок 9 – Результаты диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман)

По графику мы видим, что педагогического персонала, который имеют высокий уровень профессионального стресса не выявлено. Средний уровень профессионального стресса преобладает у 62% (15 человек). У этой категории педагогов иногда возникают неприятные ощущения по поводу своих профессиональных обязанностей. Однако, чтобы предотвратить негативные психические и физические изменения, педагогам необходимо анализировать свои стрессовые ситуации и находить конструктивные пути выхода их них. Низкий уровень профессионального стресса наблюдается у 38% (9 человек). Эта категория педагогов полностью уверена в том, что их работа полностью соответствует требованиям руководителя. Они выполняют свою работу в соответствии с квалификационными требованиями, считают, что пользуются заслуженным уважением и авторитетом в трудовом коллективе.

Результаты по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) отражены на рисунке 10, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 4 Приложения 2.

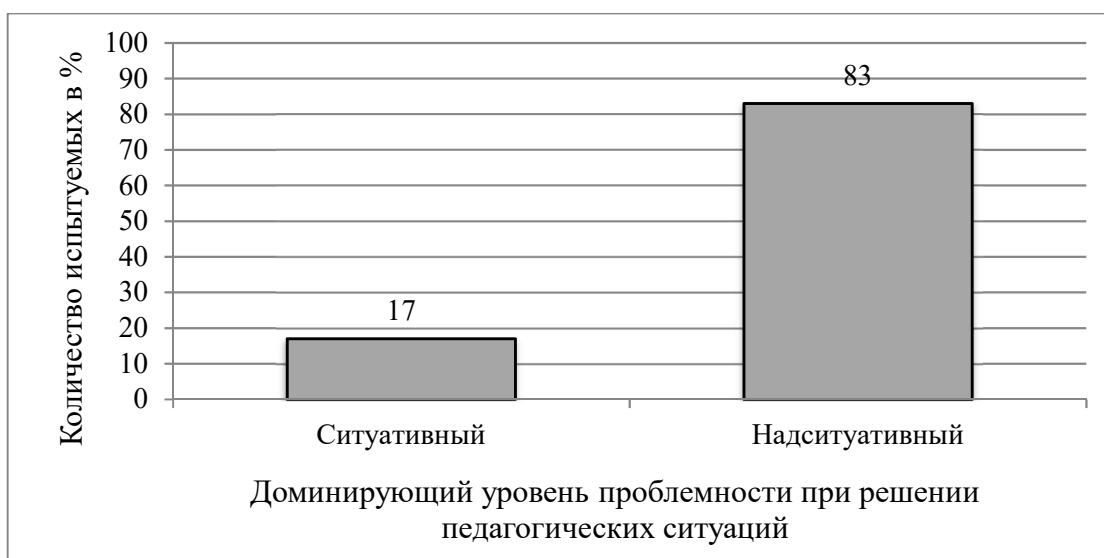


Рисунок 10 – Результаты диагностики по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)

Анализируя полученные в ходе диагностики данные, мы видим, что 17% (4 человека) имеют ситуативный уровень проблемности при решении педагогических ситуаций. Ситуационный уровень связан с выяснением педагогом причин возникновения противоречия и способов его устранения, преодоления. Ситуационный уровень проблемности характеризуется не только переживанием педагогом определенных эмоциональных состояний, но и особенностями их учета с целью успешного разрешения затруднения. Этот уровень проблемности связан с ситуационной мотивацией педагога, т.е. он сознательно и бессознательно учитывает свое отношение к ученику, предмету, к самому себе. А у большинства педагогов – 83% (20 человек) доминирует надситуативный уровень проблемности при решении педагогической ситуации. Надситуативный уровень напрямую связан со способностью педагога «выходить на рамки» конкретной ситуации со способностью мыслить оригинально, т.е. гибкостью мышления. Выход на этот уровень обычно сопровождается осознанием учителя необходимости совершенствования, поднимает его на уровень, с которого он может анализировать себя и свои действия, учитывать их возможные последствия для образовательного процесса, для самого себя и учеников. Выход на этот уровень, напрямую связан со способностью педагога к рефлексии,

способностью понимать и принимать мотивы, чувства и переживания ученика.

Результаты по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева) отражены на рисунке 11, таблица с результатами диагностики представлена в таблице 5 Приложения 2.

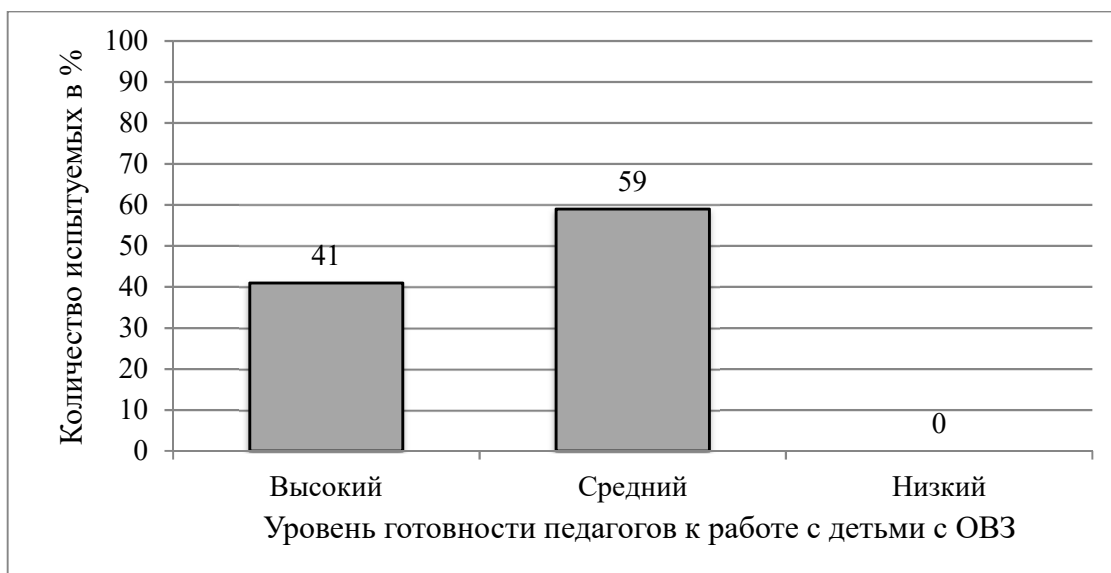


Рисунок 11 – Результаты диагностики по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева)

Анализ результатов респондентов по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева), показал следующие результаты. Высокий уровень готовности к работе с детьми с ОВЗ наблюдается у 41% (10 человек). Данные результаты говорят нам о том, что педагоги принимают ценности инклюзивного образования, имеют положительное отношение как к самим детям с ОВЗ, так и к необходимости организации инклюзивного образования. Педагоги умеют отбирать оптимальные способы организации инклюзивного образования, владеют педагогическими технологиями для обеспечения условий организации инклюзивного образования, готовы к сотрудничеству и взаимодействию со всеми участниками образовательных отношений. Средний уровень готовности был выявлен у 59% (14 человек). Данные результаты говорят нам о том, что педагоги не в полной мере осведомлены о формах и методах работы с детьми с ОВЗ. Педагоги могут быть психологически не готовы к

работе с такими детьми, не уверены в своих способностях и навыках в организации совместного образования детей возрастной нормы и детей с ОВЗ, хотя при этом готовы к освоению новых педагогических технологий для обеспечения условий организации инклюзивного образования. Низкий уровень готовности к работе с детьми с ОВЗ не отмечается.

Таким образом, на основании анализа результатов констатирующего эксперимента, было выявлено, что по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина), показатель по шкале приоритетные ценности указывает, что только у 8% (2 человек) педагогов значимость интересов и проблем школьников оказалась на первом месте. Выявлено, что у 71% (17 человек) преобладает нестабильное психоэмоциональное состояние, которое определяется врожденной гиперчувствительностью нервной системы; неблагоприятным течением обстоятельств и личностными особенностями, определяющими неадекватную реакцию на них. По шкале самооценки у 46% (11 человек) она оказалась неустойчивой. Снижение самооценки негативно сказывается на эффективности взаимодействия с окружающими, затрудняя решение профессиональных и жизненных проблем. Негативное самовосприятие выявлено у 8% (2 человека). Такому педагогу сложно вступить в свободное общение с окружающими. Он склонен преуменьшать важность личности другого человека, поэтому стремится повысить свою самооценку за счет своих учеников. У четверти респондентов 25% (6 человек) авторитарный стиль преподавания. Такой педагог единолично решает все вопросы, касающиеся жизнедеятельности, как класса, так и каждого ученика. Социально-психологическая атмосфера в таких классах, как правило, неблагоприятная, и для самого педагога нередко характерна низкая удовлетворенность трудом. И почти у половины опрошенных 46% (11 человек) была выявлена недостаточная удовлетворенность трудом, которая характеризуется низкой профессиональной мотивацией, возможно, слабым интересом к процессу и результатам своей деятельности.

Согласно данным по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) было выявлено, что средний уровень профессионального стресса преобладает у 62% (15 человек). У этой категории педагогов иногда возникают неприятные ощущения по поводу своих профессиональных обязанностей. Однако, чтобы предотвратить негативные психические и физические изменения, педагогам необходимо анализировать свои стрессовые ситуации и находить конструктивные пути выхода из них.

Результаты исследования по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) констатируют то, что 17% (4 человека) имеют ситуативный уровень проблемности при решении педагогических ситуаций. Ситуационный уровень связан с выяснением педагогом причин возникновения противоречия и способов его устранения, преодоления. Ситуационный уровень проблемности характеризуется не только переживанием педагогом определенных эмоциональных состояний, но и особенностями их учета с целью успешного разрешения затруднения. Этот уровень проблемности связан с ситуационной мотивацией педагога, т.е. он сознательно и бессознательно учитывает свое отношение к ученику, предмету, к самому себе.

Анализ результатов по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева), показал, что средний уровень готовности был выявлен у 59% (14 человек). Данные результаты говорят нам о том, что педагоги не в полной мере осведомлены о формах и методах работы с детьми с ОВЗ. Педагоги могут быть психологически не готовы к работе с такими детьми, не уверены в своих способностях и навыках в организации совместного образования детей возрастной нормы и детей с ОВЗ.

Исходя из выше изложенных данных, мы делаем вывод о том, что в педагогическом коллективе, необходимо реализовать программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с

обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации. Которая позволит: повысить самооценку и психологическую уверенность педагогов, научить приемам и техникам борьбы со стрессом, разобрать актуальные вопросы инклюзивного образования и повысить знания по специальной педагогике и психологии.

Выводы по второй главе

В процессе исследования необходимо последовательно реализовать три этапа: поисково-аналитический, опытно-экспериментальный и контрольно- обобщающий.

В работе применяется комплекс методов и методик исследования:

1. Теоретические (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование).
2. Эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, психологическое тестирование).
3. Математико-статистический (Т-критерий Вилкоксона).

С целью определения наличия и особенностей психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации необходимо применить следующие методики:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);
- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина);
- методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Подобранные нами методики соответствуют цели проводимого исследования и позволят выполнить поставленные задачи. Все методики апробированы и стандартизированы.

В результате анализа результатов констатирующего эксперимента было выявлено, что по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) у 71% (17 человек) преобладает нестабильное психоэмоциональное состояние, которое определяется врожденной гиперчувствительностью нервной системы; неблагоприятным стечением обстоятельств и личностными особенностями, определяющими неадекватную реакцию на них. По шкале самооценки у 46% (11 человек) она оказалась неустойчивой. Негативное самовосприятие выявлено у 8% (2 человека). Такой педагог склонен преуменьшать важность личности другого человека, поэтому стремится повысить свою самооценку за счет своих учеников. У четверти респондентов 25% (6 человек) авторитарный стиль преподавания. И почти у половины опрошенных 46% (11 человек) была выявлена недостаточная удовлетворенность трудом, которая характеризуется низкой профессиональной мотивацией, возможно, слабым интересом к процессу и результатам своей деятельности.

Согласно данным по методике по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) было выявлено, что средний уровень профессионального стресса преобладает у 62% (15 человек). У этой категории педагогов иногда возникают неприятные ощущения по поводу своих профессиональных обязанностей. Однако, чтобы предотвратить негативные психические и физические изменения, педагогам необходимо анализировать свои стрессовые ситуации и находить конструктивные пути выхода из них.

Результаты исследования по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) констатируют то, что 17% (4 человека) имеют ситуативный уровень проблемности при решении педагогических ситуаций, который связан с выяснением педагогом причин возникновения противоречия и способов его устранения, преодоления. Этот уровень характеризуется не только переживанием педагогом определенных

эмоциональных состояний, но и особенностями их учета с целью успешного разрешения затруднения. Этот уровень проблемности связан с ситуационной мотивацией педагога, т.е. он сознательно и бессознательно учитывает свое отношение к ученику, предмету, к самому себе.

Анализ результатов по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева), показал, что средний уровень готовности был выявлен у 59% (14 человек). Данные результаты говорят нам о том, что педагоги не в полной мере осведомлены о формах и методах работы с детьми с ОВЗ. Педагоги могут быть психологически не готовы к работе с такими детьми, не уверены в своих способностях и навыках в организации совместного образования детей возрастной нормы и детей с ОВЗ.

Исходя из выше изложенных данных, мы делаем вывод о том, что в педагогическом коллективе, необходимо реализовать программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации. Которая позволит: повысить самооценку и психологическую уверенность педагогов, научить приемам и техникам борьбы со стрессом, разобрать актуальные вопросы инклюзивного образования и повысить знания по специальной педагогике и психологии.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОВЗ У ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

3.1 Программа преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Актуальность программы заключается в том, что она направлена на преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации, которые проявляются в следующих компонентах: мотивационно-ценностный, эмоциональный, когнитивный и деятельностный. Приобретенные в процессе реализации программы умения будут способствовать тому, что педагоги, взаимодействующие с детьми с ОВЗ, приобретут дополнительные знания для преодоления психологических барьеров.

Одним из самых важных направлений развития современной образовательной деятельности является инклюзивное образование лиц с ограниченными возможностями здоровья. На то, насколько эффективной будет реализация инклюзии в образовательной сфере, зависит психологическая готовность педагогических сотрудников к взаимодействию с детьми с ОВЗ. Подобная готовность включает в себя возможность педагогом успешно преодолевать появляющиеся в процессе профессиональной деятельности психологические барьеры, что, в свою очередь, является частью целостной психологической и личностной готовности человека.

Исходя из этого возникла необходимость разработки программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с

обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Цель программы: преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации.

Задачи программы:

1. Повысить психолого-педагогическую компетентность педагогического персонала образовательной организации.
2. Сформировать представления о психологических особенностях детей с ограниченными возможностями здоровья.
3. Произвести обмен ранее полученным опытом по психолого-педагогическому сопровождению детей с ОВЗ.
4. Оказать психотерапевтическую помощь участникам программы.

Программа преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации разработана с учетом следующих принципов:

- принцип добровольного участия в работе;
- принцип «Я-высказываний»;
- принцип «не перебивать, когда говорит другой»
- принцип толерантности по отношению к другим участникам;
- принцип симпатии в участии – каждый член группы должен ощущать себя в полной безопасности;
- принцип конфиденциальности.

Форма реализации программы: групповая.

В программе используются следующие методы: мини-лекции, упражнения, игры, дискуссия, беседа, упражнения с элементами тренинга, арт-терапия.

Каждое занятие состоит из 3 частей:

1. Вводная часть, включающая постановку цели и разминочные упражнения.

2. Основную часть, которая занимает большую часть времени (включает в себя набор упражнений, который необходим для решения цели занятия).

3. Заключительная часть (включает в себя рефлексию занятия).

Материально-техническое оснащение:

- просторное помещение;
- столы и стулья из расчета на каждого участника группы;
- колонки, компьютер, проектор;
- бумага, цветные карандаши, фломастеры, шариковые ручки.

В результате реализации программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации должны развиваться мотивационно-ценностный, эмоциональный, когнитивный и деятельностный компоненты психологических барьеров.

Программа рассчитана на 10 занятий. Продолжительность одного занятия 1 час (общая продолжительность программы – 10 часов). Периодичность проведения занятий – 1 раз в неделю. Численность группы – 24 человека.

Ниже представлено краткое содержание занятий, полные конспекты занятий представлены в Приложении 3.

Занятие 1. «Нормативно-правовые основы реализации инклюзивного образования».

Цель: усвоить нормативно-правовые основы реализации инклюзивного и интегрированного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Теоретическая часть.

На слайде транслируется нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность педагога в условиях образовательной организации.

Подведение итогов.

В завершении психолог рассказывает притчу о Солнце и Ветре
Рефлексия. Обмен мнениями.

Занятие 2.

Цель: проанализировать состояние психологического здоровья присутствующих педагогов, используя полученную информацию на практике.

Материалы и оборудование: игрушечная корона, карточки с готовыми выражениями.

1. Упражнение «Поздороваемся».

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

2. Упражнение «Карусель».

Цель: формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в работу.

3. Упражнение «Корона».

Цель: дать возможность участникам почувствовать переживания, которые возникают во время общения, когда их заставляют действовать соответственно стереотипам.

Подведение итогов.

Рефлексия. Обмен мнениями.

Занятие 3.

Цель: сохранение психического здоровья и развитие эмоциональной устойчивости педагогов, обучение способам профилактики и преодоления эмоциональной напряженности.

Материалы и оборудование: листы ватмана, маркеры, мелки, карандаши; компьютер, колонки, плейлист с релаксационной музыки; карточки для упражнений «Портрет педагога», «Откровенно говоря...», «Калоши счастья», «Моя аффирмация»; рефлексивный кубик, бумага, ручки.

1. Упражнение «Поза Наполеона».

Цель: педагоги эмоционально раскрепощаются, настраиваются на предстоящую работу.

2. Упражнение «Портрет педагога».

Цель: активизация мыслительной деятельности, «включение» в проблему профессионального выгорания педагога.

3. Упражнение «Дерево моего «Я» (И. В. Орлова).

Цель: осознание себя в стрессовой ситуации, в системе профессионального и личностного общения.

4. Упражнение «Откровенно говоря».

Цель: вербализация и осознание педагогами проблемы эмоционального выгорания.

Подведение итогов занятия.

Занятие 4. Продолжение занятия 3.

Цель: профилактика эмоционального выгорания педагогов, сохранения психического здоровья и душевного благополучия.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, запись фонограммы «Вода», листы бумаги, фломастеры, цветные карандаши, магнитные доски, варианты ситуаций на подгруппу из 3-5 человек для упражнения «+5», ручки.

Эмоциональный настрой участников на предстоящую работу.

1. Упражнение «Поздраваемся».

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

2. Упражнение «Я – подарок для человечества».

Цель: поднятие самооценки, раскрытие своего внутреннего потенциала, овладение навыками самопрезентации.

3. Упражнение «+5».

Цель: формирование позитивного мышления.

4. Релаксационное упражнение «Источник».

Цель: снятие психического напряжения, мышечных зажимов, высвобождение внутренней энергии.

Рефлексия «Мне сегодня...».

Занятие 5. «Мир особого ребенка».

Цель: Развитие профессионально-личностной готовности педагога к работе с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья; психологическое просвещение педагогов в вопросах работы с детьми с ОВЗ, коррекция эмоционального отношения педагогов к детям.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист с расслабляющей музыкой, магнитная доска, макет солнца, лучи солнца (бумажные, бумага, карандаши и ручки, фломастеры, маркеры, заготовленная схематичная фигура мальчика, вырезанная из ватмана без улыбки (сделать отдельно улыбку и на двухсторонний скотч, проектор)

1. Упражнение «Передай импульс».

Цель: настраивание на работу, создание психологически непринужденной атмосферы.

2. Упражнение «Солнце способностей».

Цель: осознание собственных способностей.

3. Упражнение «Поводырь».

Цель: формирование доверия к окружающему миру.

4. Упражнение «Погладь себя по макушке».

Цель: эмоциональный подъем педагогов.

Заключение. Рефлексия.

Занятие 6. Психологический тренинг для педагогов «Формирование толерантного отношения педагогов к детям с ОВЗ».

Цель: помочь педагогам расширить представления о способах и правилах общения с детьми с ограниченными возможностями; снятие тревожных состояний при данных контактах; выработка внутренней позиции по отношению к воспитанникам и к профессиональной деятельности в целом.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, записи спокойной музыки.

1. Упражнение «Разные мы».

Цель: привести к мысли о том, что даже полноценные люди очень сильно друг от друга отличаются.

2. Упражнение «Слепой, Глухой, Немой»

Цель: погрузить совершенно здоровых людей в мир человека с ограниченными возможностями, развитие эмпатии.

3. Упражнение «Взаимодействие».

Цель: направлено на закрепление полученной информации.

4. Упражнения «Мой парк».

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Занятие 7. Тренинг «Способы саморегуляции».

Цель: познакомить участников тренинга с основными психологическими способами снятия нервно-психического напряжения, то есть способами саморегуляции организма.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист спокойной музыки, листы бумаги, цветные карандаши, ручки.

1. Упражнение «Здравствуйте, мое настроение цвета...».

Цель: настрой на работу, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Свеча».

Цель: расслабление, снятия повышенной тревожности.

3. Упражнение «Передышка».

Цель: снятие эмоционального напряжения, умение останавливать поток мыслей.

4. Упражнение «Релакс для тела».

Цель: снятие мышечного тонуса, который напрямую связан с различными формами отрицательного эмоционального возбуждения.

5. Упражнение «Самопрограммирование».

Цель: снятие эмоционального напряжения, умение останавливать поток мыслей.

Рефлексия «Мне сегодня...».

Занятие 8. Тренинг «Способы саморегуляции».

Цель: познакомить участников тренинга с основными психологическими способами снятия нервно-психического напряжения, то есть способами саморегуляции организма.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист спокойной музыки, листы бумаги, цветные карандаши, ручки.

1. Упражнение «Здравствуйте, мое настроение цвета...»

Цель: настрой на работу, снижение эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Солнышко».

Цель: вызвать доброжелательный настрой.

3. Упражнение «Почувствуй...».

Цель: активизировать собственные силы.

4. Упражнение «Концентрация на нейтральном предмете».

Цель: обучение способам поддержания рабочего самочувствия.

5. Упражнение «Образы».

Цель: релаксация, снятие напряжения.

Рефлексия «Мне сегодня...».

Занятие 9. «Профессиональное «выгорание» педагога и его профилактика».

Цель: сохранение психического здоровья педагогов в образовательной среде.

Материалы и оборудование: бумага А4 белая, ручки, цветные карандаши; интерактивная доска, проектор, компьютер.

1. Упражнение «Пустое место».

Цель: Снятие эмоционального напряжение, так как самое сложное в знакомом и незнакомом коллективе – свободно смотреть в глаза и прикасаться друг к другу.

2. Мини-лекция «Профессиональное выгорание».

3. Практическое упражнение «Осваиваем саморегуляцию».

Цель: расслабление, снятия повышенной тревожности.

4. Упражнение «Улыбка».

Цель: выработать умение удерживать губы в улыбке в течение нескольких секунд.

5. Упражнение «Телеграмма».

Цель: становление обратной связи, анализ опыта, полученного в группе.

Рефлексия «Мне сегодня...».

Занятие 10. Тренинг для педагогов, работающих с детьми ОВЗ «Я – профессионал».

Цель: профилактика негативных эмоциональных состояний у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, записи музыки разных стилей с четким ритмическим рисунком, звуки природы, Е. Доги «Симфонию любви»; бумага, карандаши и ручки, лист ватмана, на котором нарисована поляна, трава и солнце, цветная и белая бумага, фломастеры, маркеры, акварельные краски, ножницы, клей, цветные карандаши, ручки.

1. Упражнение «Давайте поздороваемся».

Цель: снятие мышечного напряжения, переключения внимания.

2. Арт-терапевтическое упражнение «Солнечная поляна».

Цель: снятие напряжения путем создания положительного эмоционального фона.

3. Упражнение «Я в лучах солнца».

Цель: самоопределение, рефлексия, применение приема самовнушения, развитие положительного отношения к себе.

Рефлексия занятия.

Таким образом, программа преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации состоит из 10 занятий и проводится 1 раз в неделю, продолжительность занятия составляет 1 час. Программа направлена на достижение следующих результатов: развить мотивационно-

ценностный, эмоциональный, когнитивный и деятельностный компоненты для преодоления психологических барьеров.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Реализовав программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала МАОУ «СОШ №73 г. Челябинска» была проведена повторная диагностика.

Сопоставление изучаемых показателей до и после реализации программы по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) по шкале приоритетные ценности отражено на рисунке 12, в таблице 6 Приложения 4.

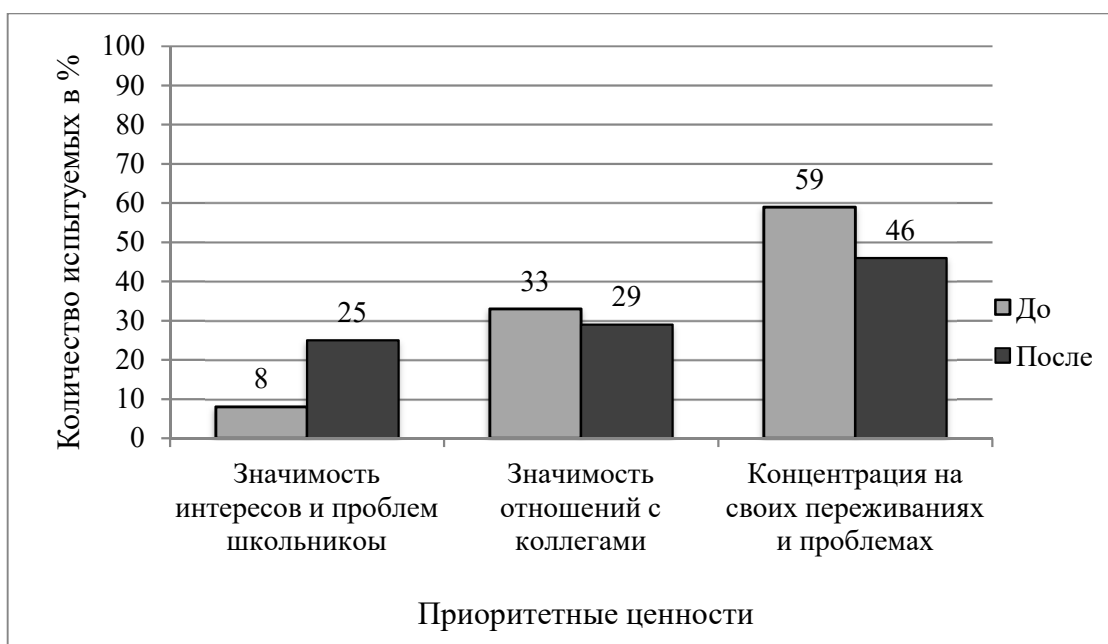


Рисунок 12 – Результаты диагностики приоритетных ценностей педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) до и после реализации программы

Согласно полученным данным, мы видим, что приоритетная ценность значимости интересов и проблем школьников увеличилась на 17% (4 человека), количество педагогов, у которых приоритетной ценностью является концентрация на своих переживаниях снизилось на 13% (3 человека), а значимость отношений с коллегами уменьшилась на 4% (1 человек). Полученные данные свидетельствуют о том, что

увеличилось количество положительных на утверждение «В воспитании важнее всего окружить ребенка теплотой и заботой». Педагоги, возможно, пересмотрели свои взгляды во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ и готовы больше понимать и помогать им в сложных ситуациях.

Результаты по шкале психоэмоциональное состояние представлены на рисунке 13, результаты диагностики отражены в таблице 6 Приложения 4.

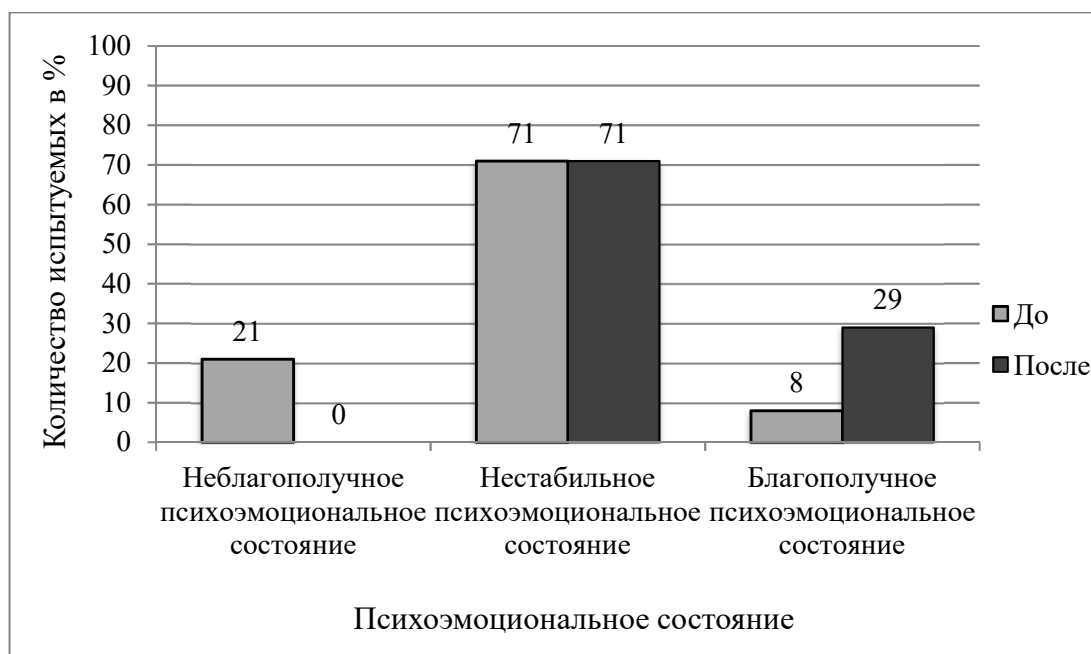


Рисунок 13 – Результаты диагностики психоэмоционального состояния педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) до и после реализации программы

Мы видим, что психоэмоциональное состояние педагогического персонала изменилась в положительной динамике, а именно на 21% (2 человека) увеличилось количество педагогов с благополучным психоэмоциональным состоянием и уменьшилось на 21% (9 человека) количество педагогов с неблагоприятным психоэмоциональным состоянием. По результатам анализа ответов педагогов было выявлено, что уменьшилось количество отрицательных ответов на утверждение «Я почти всегда иду на урок в приподнятом настроении».

Результаты по шкале самооценка педагогического персонала образовательной организации представлена на рисунке 14, результаты диагностики отражены в таблице 6 Приложения 4.

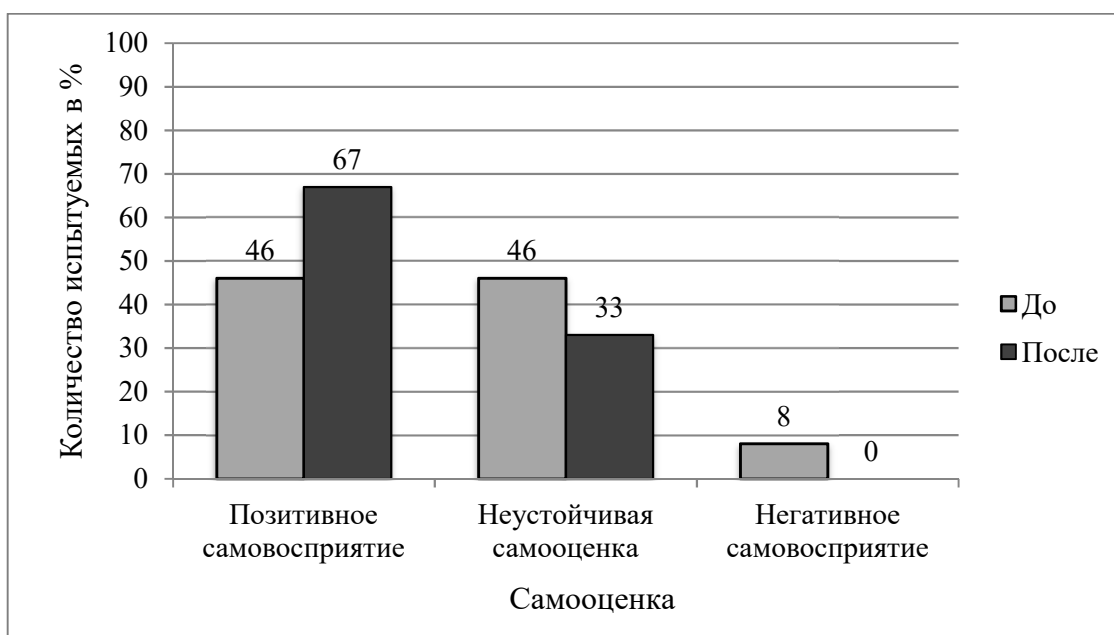


Рисунок 14 – Результаты диагностики самооценки педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) до и после реализации программы

Анализ полученных результатов исследования показывает, что произошло изменение в самооценке педагогического персонала. В первую очередь, это выражается в том, что на 21% (5 человек) увеличилось позитивное самовосприятие, в свою очередь, на 8% (2 человека) снизилось негативное самовосприятие.

Сопоставление полученных результатов по шкале уровень субъективного контроля отражено на рисунке 15, результаты диагностики отражены в таблице 6 Приложения 4.

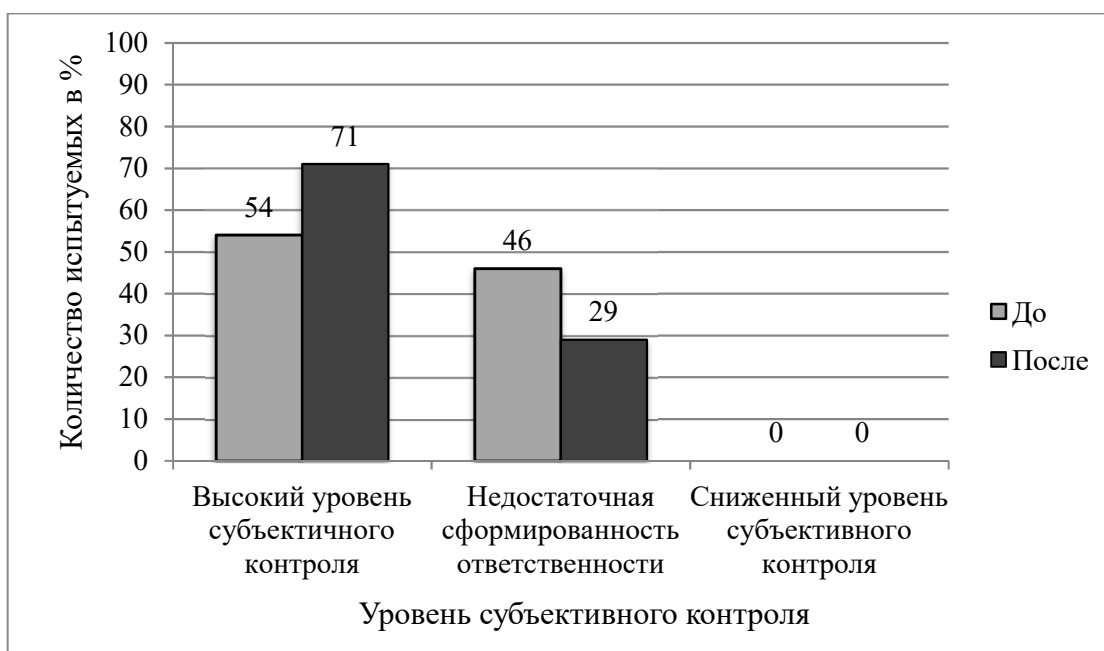


Рисунок 15 – Результаты диагностики уровня субъективного контроля педагогического персонала по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) до и после реализации программы

Мы видим, что уровень субъективного контроля педагогического персонала образовательной организации изменился в положительной динамике, а именно на 17% (4 человека) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем субъективного контроля, соответственно средний уровень субъективного контроля у педагогического персонала уменьшился также на 17% (4 человека).

Таким образом, анализ результатов по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) показал, что после реализации программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации произошли качественные и количественные изменения. В частности значительные изменения произошли в показателях шкал приоритетных ценностей, психоэмоционального состояния, самооценки педагогов.

Результаты по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) до и после реализации программы преодоления

психологических барьеров представлены на рисунке 16, результаты диагностики отражены в таблице 7 Приложения 4.

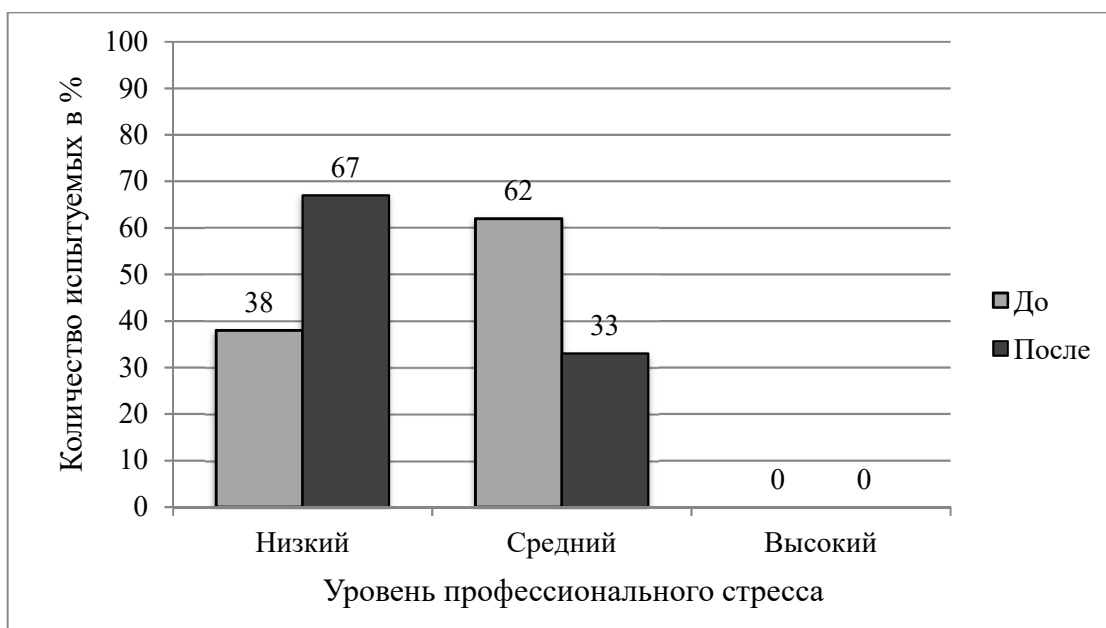


Рисунок 16 – Результаты диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) до и после реализации программы

После реализации программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации по методике «Оценка профессионального стресса» Вайсмана увеличилось количество педагогического персонала с низким уровнем профессионального стресса на 29% (7 человек), в свою очередь, на 29 % (7 человек) снизилось количество педагогов со средним уровнем профессионального стресса

Опираясь на результаты этой методики, можно говорить о том, что после реализации программы по преодолению психологических барьеров педагогического персонала во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ увеличилось количество педагогов с низким уровнем профессионального стресса. Можно предположить, что такие педагоги научились предотвращать негативные психические и физические изменения, проанализировали свои стрессовые ситуации и начали находить конструктивные пути выхода из них.

При повторной диагностике по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» М. М. Кашапова, Ю. Н. Дубровиной были получены следующие результаты, представленные на рисунке 17, результаты диагностики отражены в таблице 8 Приложения 4.

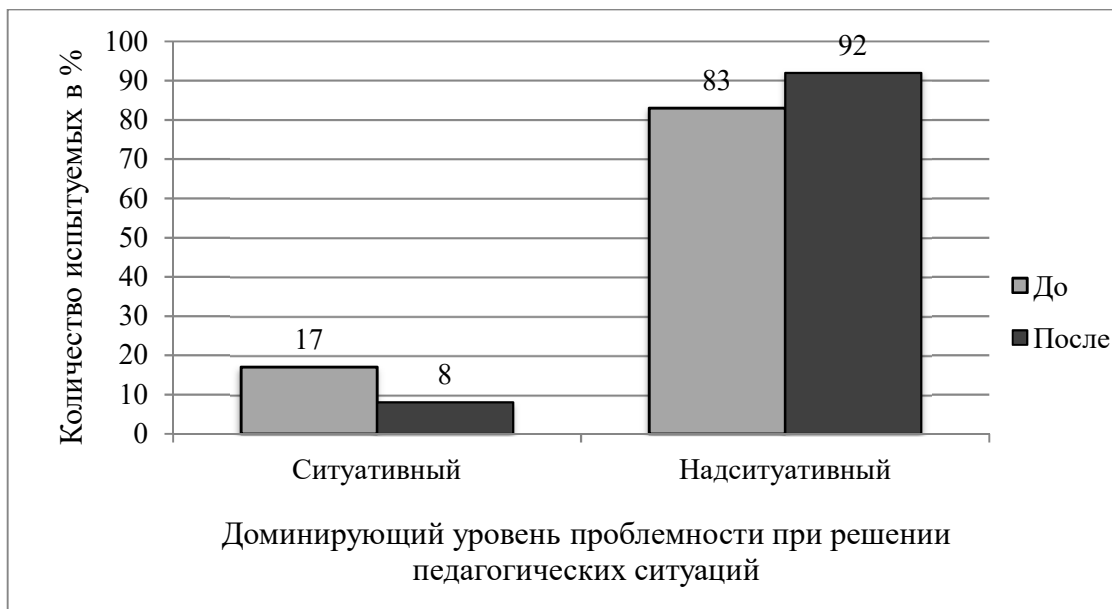


Рисунок 17 – Результаты диагностики по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) до и после реализации программы

Исходя из результатов повторной диагностики, мы видим, что количественные значения результатов перешли из ситуативного уровня в надситуативный, следовательно, разница между показателями отличается на 9% (2 человека) в том и другом случае. Выход на надситуативный уровень, напрямую связан со способностью педагога к рефлексии, способностью понимать и принимать мотивы, чувства и переживания ученика.

Результаты по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой до и после реализации программы представлены на рисунке 18, результаты диагностики отражены в таблице 9 Приложения 4.

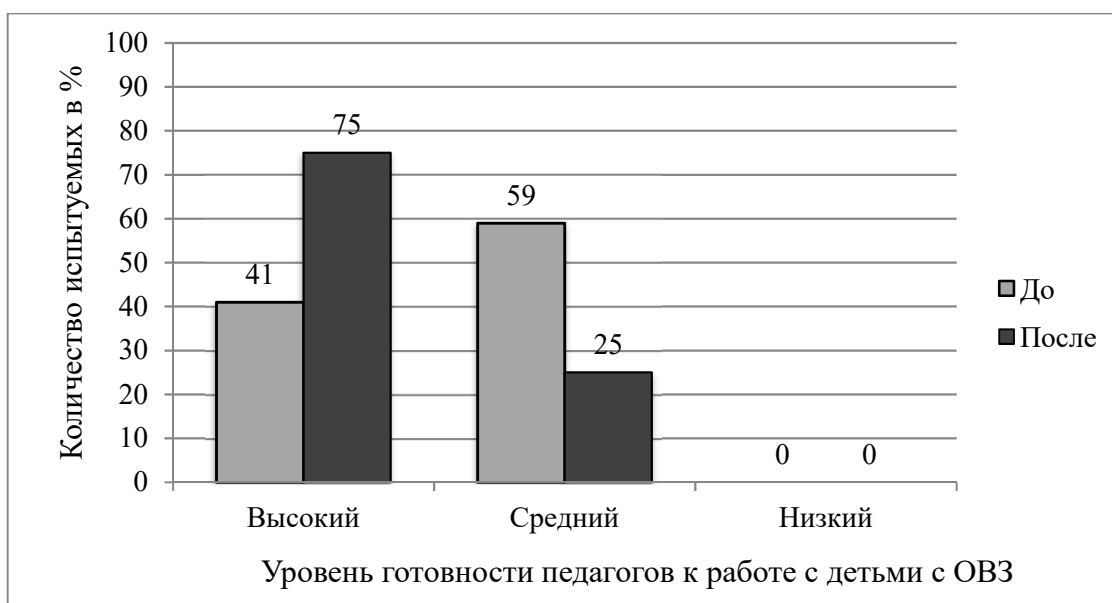


Рисунок 18 – Результаты диагностики по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева) до и после реализации программы

После реализации программы преодоления у педагогического персонала на 34% (8 человек) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем готовности к работе с детьми с ОВЗ. Данные изменения у педагогического персонала проявляются в том, что они принимают ценности инклюзивного образования, имеют положительное отношение как к самим детям с ОВЗ, так и к необходимости организации инклюзивного образования. Педагоги умеют отбирать оптимальные способы организации инклюзивного образования, владеют педагогическими технологиями для обеспечения условий организации инклюзивного образования, готовы к сотрудничеству и взаимодействию со всеми участниками образовательных отношений.

Таким образом, по результатам методики «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой можно предположить, что проведение занятий по преодолению психологических барьеров у педагогического персонала способствовало формированию готовности к работе с детьми с ОВЗ.

С целью проверки гипотезы исследования проведем математико-статистическую обработку полученных результатов, используя Т-критерий

Вилкоксона. Расчет проведем по результатам методик «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) и «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Определим, существуют ли статистически значимые сдвиги показателей шкалы профессионального стресса до и после проведения программы.

Сформулируем гипотезы:

H_0 : интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня профессионального стресса не превосходит интенсивность сдвигов в направлении его повышения.

H_1 : интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня профессионального стресса превосходит интенсивность сдвигов в направлении его повышения.

Расчеты по критерию представлены в Приложении 4 в таблице 10. На рисунке 19 отражена «Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка профессионального стресса» К. Вайсмана».

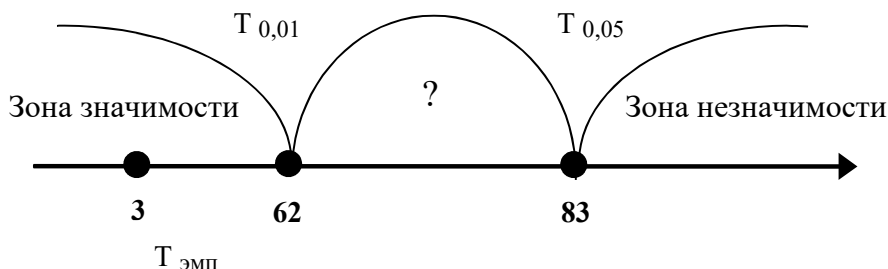


Рисунок 19 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка профессионального стресса» К. Вайсмана

Полученное значение $T_{эмп} = 3$ и находится в зоне значимых значений, а это значит, что изменения, которые произошли являются статистически значимыми, следовательно, принимается гипотеза H_1 : интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня профессионального стресса превосходит интенсивность сдвигов в направлении его повышения.

Определим, существуют ли статистически значимые сдвиги показателей шкалы готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ до и после проведения программы.

Сформулируем гипотезы:

H_0 : интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ не превышает интенсивность сдвигов в направлении ее снижения.

H_1 : интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ превышает интенсивность сдвигов в направлении ее снижения.

Расчеты по критерию представлены в Приложении 4 в таблице 11. На рисунке 20 отражена «Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой».

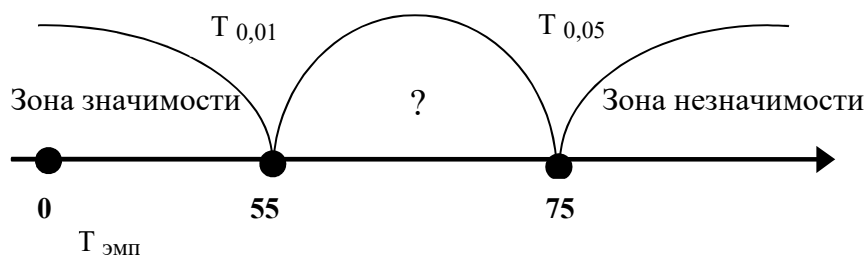


Рисунок 20 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой

Полученное значение $T_{эмп} = 0$ и находится в зоне значимых значений, а это значит, что изменения, которые произошли являются статистически значимыми, следовательно, принимается гипотеза H_1 : интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ превышает интенсивность сдвигов в направлении ее снижения.

Таким образом, проанализировав результаты опытно-экспериментального исследования, мы выявили, что в результате реализации программы преодоления психологических барьеров во

взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации произошли изменения в сторону улучшения показателей. Расчет, проведенный при помощи Т-критерия Вилкоксона, подтвердил гипотезу исследования о том, что преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если разработать и реализовать программу.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

В психолого-педагогической литературе под понятием «технологическая карта» понимается методический материал, который используется для обеспечения эффективного и качественного получения ожидаемых результатов [13, с. 2]. При ее разработке полностью расписываются процессы, операции, а также все составляющие деятельности. Кроме того, в технологической карте могут быть четко расписаны все взаимодействия участников образовательного процесса, планирование их деятельности для каждого этапа.

Для администрации образовательной организации с целью внедрения результатов научного исследования в практику составлена технологическая карта, включающая в себя 7 этапов (см. Приложение 5), педагогам предложены психолого-педагогические рекомендации.

Этап I. «Целеполагание внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации» Этап ориентирован на постановку цели и задач, а также определение этапов внедрения.

Этап II. «Формирование положительной установки на внедрение программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной

организации». Реализация данного этапа происходит параллельно с этапом I, включающая в себя работу с администрацией образовательной организации с целью создания положительного образа на предмет внедрения.

Этап III. «изучение предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации». Этап реализуется за счет сбора информации о предмете внедрения, изучаются его особенности.

Этап IV. «Опережающее освоение предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации». Этап предполагает создание инициативной группы для опережающего внедрения программы.

Этап V. «Фронтально освоение предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации». Реализация этапа предполагает мобилизацию педагогического состава образовательной организации на внедрение программы.

Этап VI. «Совершенствование работы над предметом внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации». Этап предполагает совершенствование реализованных методик внедрения, а также выявления и устранения выявленных в процессе внедрения сложностей.

Этап VII. «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»

Анализ результатов исследования после проведения формирующего эксперимента способствовало тому, что были составлены психолого-педагогические рекомендации педагогам по преодолению психологических барьеров и повышению готовности во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ и повышению готовности.

В настоящее время в современной школе практикуется инклюзивное образование, которое ставит перед образовательной организацией новые задачи. Одной из таких задач является подготовка педагогических кадров к работе с детьми с ОВЗ (разработка коррекционно-развивающих программ, курсов повышения квалификации, научно-методической базы для специалистов, методов и форм сопровождения субъектов инклюзивного образования) [27, с. 24].

Одним из важнейших условий для успешной коррекции и компенсации недостатков в развитии детей с ОВЗ, правильно организованные условия, методы обучения, которые соответствуют индивидуальным особенностям ребенка [29, с. 238]. Рассмотрим некоторые из них подробнее:

- четкое обозначение каждого этапа урока (проверка выполнения домашнего задания, объяснение и закрепление нового материала и т.д.);
- новый материал должен быть четким и ясным, разделенным на части для его лучшего усвоения;
- при возникновении ошибок важно не только исправлять их, но и объяснять ребенку, как не допустить их в дальнейшем;
- предлагаемый материал должен быть дозированным с постепенным усложнением и увеличением количества заданий;
- на каждом уроке или коррекционно-развивающем занятии следует предлагать детям упражнения для закрепления и повторения ранее изученных тем [49];
- в целях облегчения восприятия новой информации использовать наглядные материалы, алгоритмы решения задач, списки

наводящих вопросов (особенно для заданий с повышенной сложностью) [91].

За последние годы внедрения инклюзивного образования в практику педагогической деятельности мы видим острую проблему неподготовленности педагогических кадров к изменяющимся условиям процесса обучения и воспитания детей. Сюда можно отнести и отсутствие профессиональных компетенций педагогов, стереотипное мышление немалой части педагогических сотрудников, негативные установки и предубеждения, наличие у них личностных и профессиональных психологических барьеров [32; 48; 53].

Наиболее встречающимся психологическим барьером оказался страх перед неопределенностью, беспокойство за результаты в усвоении образовательной программы нормотипичными детьми, собственная профессиональная неуверенность, нежелание меняться и адаптироваться к новым условиям. На сегодняшний день педагогам, в первую очередь, необходимо изменить свое мышление, приобрести новые профессиональные навыки и знания, более подробно изучить особенности детей с ОВЗ, выработать новые стратегии поведения в критических ситуациях инклюзии, заручиться поддержкой со стороны администрации и родителей. При учете всего вышеназванного, педагоги смогут успешно работать не только с нормотипичными детьми, но и с детьми с ОВЗ в одном классе, применяя индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывая его особенности и возможности [55, с. 661].

Большое количество научных исследований доказывают нам, что в настоящий момент педагоги очень часто оказываются в ситуациях повышенного напряжения, тревоги и страха, что мешает им выполнять свою профессиональную деятельность. В то же время мы знаем, что существуют определенные постулаты, помогающие учителям в образовательном процессе [51]. К ним относятся:

- педагог должен держать свое слово, быть ответственным и отвечать за свои поступки;
- видеть в ученике не только ребенка, но и равноправного члена общества;
- воспитывать в себе толерантность, эмпатию, сдержанность, тактичность, уважительность, доброжелательность по отношению ко всем ученикам, вне зависимости от их особенностей;
- быть эмоционально уравновешенным при детях, неконфликтным, придерживаться стратегии сотрудничества и демократического стиля поведения [51].

Тесное сотрудничество всех педагогических сотрудников (как массовой школы, так и коррекционной) – это залог успеха инклюзивного образования, один из способов удовлетворения всех потребностей участников образовательных отношений. Успешное сотрудничество педагогов массовых школ и педагогов коррекционного образования поможет преобразовать преграды и непринимаемые обществом особенности детей в их возможности и успехи в будущем [54].

Ведущим направлением педагогов, включенных в инклюзивный процесс, должно быть качественное сопровождение всех субъектов образования, анализ своей профессиональной деятельности, ее коррекция, поиск новых решений проблемных ситуаций, разработка методической базы и своевременная оценка динамики обучения и воспитания.

Педагоги, имеющие опыт работы в сфере инклюзии, разработали следующие способы включения детей с ОВЗ в педагогический процесс:

- 1) принимать всех учеников одинаково, не акцентируя внимания на особенностях развития;
- 2) включать детей с ОВЗ в те же активности, что и всех остальных, при этом ставя доступные задачи;
- 3) вовлекать учеников не только в учебный процесс, но и во внеурочную деятельность, используя групповые формы работы;

4) внедрять в свою деятельность как можно чаще активные формы работы – манипуляции, игры, проекты, лаборатории, полевые исследования и т.д. [57].

Подводя итог, можно отметить, что современный педагог должен быть тактичным, доброжелательным, позитивно настроенным, сдержанным, терпеливым, эмпатичным, сочетать в себе требовательность и справедливость, воспитывать самообладание и уважительное отношение ко всем ученикам, уметь вовремя отмечать у себя изменения эмоционального состояния и корректировать его, развивать в процессе педагогической деятельности те умения и навыки, профессиональные качества, необходимые для успешной работы.

Инклюзивное образовательное сообщество во многом изменяет роль учителя. Учителя способствуют активизации потенциала учащихся, сотрудничая с другими преподавателями в междисциплинарной среде без искусственного разграничения между педагогами массовой школы и узкими специалистами коррекционной. Учителя вовлекаются в разнообразные виды общения с учениками, так что узнают каждого индивидуально. Кроме того, педагоги участвуют в широких социальных контактах вне школы, в том числе с социальными ресурсами поддержки и родителями. Такая профессиональная позиция учителя позволяет ему преодолеть свои опасения и тревоги, выйти на совершенно новый уровень профессионального мастерства, понимания своих учеников и своего призвания.

Выводы по третьей главе

Для преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации была разработана и реализована программа психолого-педагогического развития. Программа рассчитана на 10 занятий и проводится 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 1 час (общая

продолжительность программы – 10 часов). Программа направлена на достижение следующих результатов: повысить психолого-педагогическую компетентность педагогического персонала образовательной организации, сформировать представления о психологических особенностях детей с ограниченными возможностями здоровья, обменяться имеющимся опытом по психолого-педагогическому сопровождению детей с ОВЗ, оказать психотерапевтическую помощь участникам программы.

Проанализировав результаты опытно-экспериментального исследования, выявлено, что в результате реализации программы произошли изменения в сторону улучшения показателей.

По методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) мы выявили, что преобладающим показателем по школе приоритетные ценности значимость интересов и проблем школьников увеличилась на 17% (4 человека). Полученные данные свидетельствуют о том, что педагоги, возможно, пересмотрели свои взгляды во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ и готовы больше понимать и помогать им в сложных ситуациях. После реализации программы психоэмоциональное состояние педагогического персонала изменилось в положительной динамике, а именно на 21% (9 человек) увеличилось количество педагогов с благополучным психоэмоциональным состоянием. Также уровень субъективного контроля педагогического персонала образовательной организации изменился в положительной динамике, а именно на 17% (4 человека) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем субъективного контроля, соответственно средний уровень субъективного контроля у педагогического персонала уменьшился также на 17% (4 человека).

Согласно результатам повторной диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) мы выявили, что увеличилось количество педагогического персонала с низким уровнем профессионального стресса на 29% (7 человек). После реализации

программы по преодолению психологических барьеров педагогического персонала во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ педагоги научились предотвращать негативные психические и физические изменения, проанализировали свои стрессовые ситуации и начали находить конструктивные пути выхода из них.

Исходя из результатов повторной диагностики, по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» М. М. Кашапова, Ю. Н. Дубровиной, мы видим, что количественные значения результатов перешли из ситуативного уровня в надситуативный, следовательно, разница между показателями отличается на 9% (2 человека) в том и другом случае. Выход на надситуативный уровень, напрямую связан со способностью педагога к рефлексии, способностью понимать и принимать мотивы, чувства и переживания ученика.

Согласно результатам повторной диагностики по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой у педагогического персонала на 34% (8 человек) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем готовности к работе с детьми с ОВЗ. Данные изменения у педагогического персонала проявляются в том, что они принимают ценности инклюзивного образования, имеют положительное отношение как к самим детям с ОВЗ, так и к необходимости организации инклюзивного образования. Педагоги умеют отбирать оптимальные способы организации инклюзивного образования, владеют педагогическими технологиями для обеспечения условий организации инклюзивного образования, готовы к сотрудничеству и взаимодействию со всеми участниками образовательных отношений.

Расчет, проведенный при помощи Т-критерий Вилкоксона, подтвердил гипотезу исследования о том, что преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если

разработать и реализовать программу, т.к. эмпирические значения находятся в зоне значимых значений.

Для того, чтобы сохранить тенденцию к положительным изменениям после реализации программы нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, состоящая из 7 этапов. Каждый из обозначенных этапов имеет свою цель и задачи, методы и формы организации, срок реализации, а также ответственных за выполнение этапа. Также были составлены психолого-педагогические рекомендации педагогам по преодолению психологических барьеров и повышению готовности во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В первой главе нашего исследования по теме «Преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации» мы провели теоретический анализ психолого-педагогической литературы по изучаемой проблематике. В результате проведенной работы были получены следующие выводы:

Психологические барьеры – специфические состояния личности, отражающие внутренние препятствия психологической природы, мешающие человеку выполнять определённые действия.

Психологические барьеры находят свое отражение и в понятии психологической неготовности, которая реализуется через эмоциональный, мотивационно-ценностный, когнитивный, и деятельностный компонент. Эмоциональный компонент включает в себя эмоциональное принятие и толерантность, чувство сопереживания. Мотивационно-ценностный компонент – понимание и принятие целей и задач инклюзивного образования, готовность к педагогической деятельности, ответственность за нее и ее результаты, стремление к саморазвитию (личностному и профессиональному). Когнитивный компонент представляет собой компетентность педагога (владение актуальными нормативными знаниями в области инклюзивного образования, этических основ педагогической деятельности, понимание возрастной и специальной психологии, в том числе и особенностей развития детей с ОВЗ, умение применять их на практике (проектировать учебный процесс и включать детей с особенностями развития в учебную и внеурочную деятельность)). Деятельностный компонент подразумевает диалог со всеми участниками образовательных отношений на основе толерантности, безоценочности, социального партнерства.

Для реализации системного подхода в нашем исследовании мы построили «Дерево целей» и модель преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации, состоящую из четырех взаимосвязанных блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. Генеральной целью исследования является теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить программу преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации. Для проверки гипотезы о том, что преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если разработать реализовать программу, будет использоваться математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

В процессе исследования необходимо последовательно реализовать три этапа: поисково-аналитический, опытно-экспериментальный и контрольно- обобщающий.

В работе применяется комплекс методов и методик исследования:

1. Теоретические (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование).
2. Эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, психологическое тестирование).
3. Математико-статистический (Т-критерий Вилкоксона).

С целью определения наличия и особенностей психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации необходимо применить следующие методики:

- методика «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина);

- методика «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман);
- методика «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)
- методика «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева).

Подобранные нами методики соответствуют цели проводимого исследования и позволят выполнить поставленные задачи. Все методики апробированы и стандартизированы.

В результате анализа результатов констатирующего эксперимента было выявлено, что по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) у 71% (17 человек) преобладает нестабильное психоэмоциональное состояние, которое определяется врожденной гиперчувствительностью нервной системы; неблагоприятным стечением обстоятельств и личностными особенностями, определяющими неадекватную реакцию на них. По шкале самооценки у 46% (11 человек) она оказалась неустойчивой. Негативное самовосприятие выявлено у 8% (2 человека). Такой педагог склонен преуменьшать важность личности другого человека, поэтому стремится повысить свою самооценку за счет своих учеников. У четверти респондентов 25% (6 человек) авторитарный стиль преподавания. И почти у половины опрошенных 46% (11 человек) была выявлена недостаточная удовлетворенность трудом, которая характеризуется низкой профессиональной мотивацией, возможно, слабым интересом к процессу и результатам своей деятельности.

Согласно данным по методике по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) было выявлено, что средний уровень профессионального стресса преобладает у 62% (15 человек). У этой категории педагогов иногда возникают неприятные ощущения по поводу своих профессиональных обязанностей. Однако, чтобы предотвратить негативные психические и физические изменения, педагогам необходимо

анализировать свои стрессовые ситуации и находить конструктивные пути выхода из них.

Результаты исследования по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина) констатируют то, что 17% (4 человека) имеют ситуативный уровень проблемности при решении педагогических ситуаций, который связан с выяснением педагогом причин возникновения противоречия и способов его устранения, преодоления. Этот уровень характеризуется не только переживанием педагогом определенных эмоциональных состояний, но и особенностями их учета с целью успешного разрешения затруднения. Этот уровень проблемности связан с ситуационной мотивацией педагога, т.е. он сознательно и бессознательно учитывает свое отношение к ученику, предмету, к самому себе.

Анализ результатов по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева), показал, что средний уровень готовности был выявлен у 59% (14 человек). Данные результаты говорят нам о том, что педагоги не в полной мере осведомлены о формах и методах работы с детьми с ОВЗ. Педагоги могут быть психологически не готовы к работе с такими детьми, не уверены в своих способностях и навыках в организации совместного образования детей возрастной нормы и детей с ОВЗ.

Для преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации была разработана и реализована программа психолого-педагогического развития. Программа рассчитана на 10 занятий и проводится 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 1 час (общая продолжительность программы – 10 часов). Программа направлена на достижение следующих результатов: повысить психолого-педагогическую компетентность педагогического персонала образовательной организации, сформировать представления о психологических особенностях детей с

ограниченными возможностями здоровья, обменяться имеющимся опытом по психолого-педагогическому сопровождению детей с ОВЗ, оказать психотерапевтическую помощь участникам программы.

Проанализировав результаты опытно-экспериментального исследования, выявлено, что в результате реализации программы произошли изменения в сторону улучшения показателей.

По методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина) мы выявили, что преобладающим показателем по школе приоритетные ценности значимость интересов и проблем школьников увеличилась на 17% (4 человека). Полученные данные свидетельствуют о том, что педагоги, возможно, пересмотрели свои взгляды во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ и готовы больше понимать и помогать им в сложных ситуациях. После реализации программы психоэмоциональное состояние педагогического персонала изменилось в положительной динамике, а именно на 21% (9 человек) увеличилось количество педагогов с благополучным психоэмоциональным состоянием. Также уровень субъективного контроля педагогического персонала образовательной организации изменился в положительной динамике, а именно на 17% (4 человека) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем субъективного контроля, соответственно средний уровень субъективного контроля у педагогического персонала уменьшился также на 17% (4 человека).

Согласно результатам повторной диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман) мы выявили, что увеличилось количество педагогического персонала с низким уровнем профессионального стресса на 29% (7 человек). После реализации программы по преодолению психологических барьеров педагогического персонала во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ педагоги научились предотвращать негативные психические и физические изменения,

проанализировали свои стрессовые ситуации и начали находить конструктивные пути выхода из них.

Исходя из результатов повторной диагностики, по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» М. М. Кашапова, Ю. Н. Дубровиной, мы видим, что количественные значения результатов перешли из ситуативного уровня в надситуативный, следовательно, разница между показателями отличается на 9% (2 человека) в том и другом случае. Выход на надситуативный уровень, напрямую связан со способностью педагога к рефлексии, способностью понимать и принимать мотивы, чувства и переживания ученика.

Согласно результатам повторной диагностики по методике «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» Д. Ю. Соловьевой у педагогического персонала на 34% (8 человек) увеличилось количество педагогов с высоким уровнем готовности к работе с детьми с ОВЗ. Данные изменения у педагогического персонала проявляются в том, что они принимают ценности инклюзивного образования, имеют положительное отношение как к самим детям с ОВЗ, так и к необходимости организации инклюзивного образования. Педагоги умеют отбирать оптимальные способы организации инклюзивного образования, владеют педагогическими технологиями для обеспечения условий организации инклюзивного образования, готовы к сотрудничеству и взаимодействию со всеми участниками образовательных отношений.

Расчет, проведенный при помощи Т-критерий Вилкоксона, подтвердил гипотезу исследования о том, что преодоление психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации возможно, если разработать и реализовать программу, т.к. эмпирические значения находятся в зоне значимых значений.

Для того, чтобы сохранить тенденцию к положительным изменениям после реализации программы нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, состоящая из 7 этапов. Каждый из обозначенных этапов имеет свою цель и задачи, методы и формы организации, срок реализации, а также ответственных за выполнение этапа. Также были составлены психолого-педагогические рекомендации педагогам по преодолению психологических барьеров и повышению готовности во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ.

Таким образом, все задачи исследования решены, гипотеза доказана, следовательно, цель исследования достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адеева, Т. Н. Психологические барьеры и трудности в деятельности педагога-дефектолога [Текст] / Т. Н. Адеева, И. В. Тихонова // Развитие Российской дефектологической науки и практики в современном образовательном пространстве. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский Дом МИРАКЛЬ», 2018. – С. 90-93.
2. Ажинова, А. Э. Инклюзивное образование: барьеры внедрения и психолого-педагогические условия успешной реализации [Текст] / Аревик Ажинова // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Сер. Филология, педагогика, психология. – 2019. – № 2. – С. 93-101.
3. Амирханова, З. Г. Психологическая готовность педагогов к реализации инклюзивного образования [Текст] / З. Г. Амирханова, Л. С. Самсоненко // Интеграция психолого-педагогических наук и актуальных образовательных практик : сборник трудов Международной студенческой научно-практической очной конференции. – Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2020. – С. 17-21.
4. Андриенко, Е. В. Проблемы педагогического профессионализма в контексте национальной стратегии учительского роста [Текст] / Елена Андриенко // Педагогический профессионализм в образовании : сборник научных трудов XIII Международной научно-практической конференции. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2018. – С. 9-17.
5. Антонова, Л. В. Об эмоциональной устойчивости учителя [Текст] / Лариса Антонова // Проблемы учебного процесса в инновационных школах. – Иркутск: Иркутский государственный университет, 2019. – С. 5-7.

6. Антонова, Н. В. Особенности профессионального развития в современном мире [Текст] / Наталья Антонова // Личностно-профессиональное и карьерное развитие: актуальные исследования и форсайт-проекты : сборник статей XIV Международной научно-практической конференции. – Москва: Издательство «Перо», 2018. – С. 281-284.
7. Артемьева, О. А. Качественные и количественные методы исследования в психологии [Текст] : учебное пособие для вузов / Ольга Артемьева. – Москва: Издательство «Юрайт», 2020. – 152 с.
8. Афанасьева, И. А. Психологические барьеры педагога на пути к инновациям [Текст] / Ирина Афанасьева // Научно-методические проблемы инновационного педагогического образования : сборник научных трудов. – Саратов: Саратовская региональная общественная организация «Центр Просвещение», 2018. – С. 11-15.
9. Безсонов, В. О. Защита от дискриминации лиц с ограниченными возможностями [Текст] / Владислав Безсонов // Научное обеспечение агропромышленного комплекса : сборник статей по материалам 75-й научно-практической конференции студентов по итогам НИР за 2019 год. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина, 2020. – С. 1013-1016.
10. Бирюкова, Е. А. Преодоление психологических барьеров профессиональной деятельности педагога в условиях реализации ФГОС ООО [Текст] / Е. А. Бирюкова, М. А. Кобзева // Интеграция науки и практики в современных условиях : материалы X Международной научно-практической конференции. – Невинномысск: Издательство «Перо», 2017. – С. 30-33.
11. Богачек, И. С. Исследование стереотипов о людях с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / И. С. Богачек, А. А. Куланова, М. А. Гритчина // Специальное и инклюзивное образование:

методология, теория, практика : сборник научно-методических трудов с международным участием. – Санкт-Петербург: РГПУ, 2016. – С. 139-140.

12. Борозинец, Н. М. Восприятие педагогами психологических барьеров в инклюзивном образовательном процессе [Текст] / Н. М. Борозинец, М. В. Колокольникова // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. – 2016. – № 6(57). – С. 169-174.

13. Буркина, Н. В. Рекомендации по составлению технологической карты [Текст] / Наталья Буркина // Мастер-класс. – 2016. – № 3. – С. 2-6.

14. Бусыгина, Н. П. Качественные и количественные методы исследований в психологии [Текст] : учебник для вузов / Наталья Бусыгина. – Москва: Издательство «Юрайт», 2020. – 423 с.

15. Волгуцкова, Е. И. Формирование толерантного отношения у школьников с интеллектуальной недостаточностью во внеурочной деятельности [Текст] / Екатерина Волгуцкова // Наука и практика в XXI веке : межвузовский сборник научных статей с международным участием. – Астрахань: Издательский дом «Астраханский университет», 2019. – С. 52-57.

16. Гарданова, Ж. Р. Сравнительный анализ понятий «препятствие» и «барьер» в психологической науке [Текст] / Ж. Р. Гарданова, В. А. Манина // Вестник науки и образования. – 2017. – Т. 2. – № 12(36). – С. 106-109.

17. Долгова, В. И. Исследование готовности выпускников вуза к внедрению инновационных технологий [Текст] / Валентина Долгова // Письма в Эмиссия. Оффлайн. – 2014. – № 3. – С. 2176.

18. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе [Текст] : монография / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, Е. Г. Капитанец. – Москва: Перо, 2015. – 200 с.

19. Долгова, В. И. Эмоциональная устойчивость личности [Текст] : монография / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева – Москва: Перо, 2014. – 173 с.

20. Домырева, Е. А. Психологические барьеры в деятельности педагога при реализации ФГОС [Текст] / Елена Домырева // Развитие профессиональных компетенций учителя: основные проблемы и ценности : сборник научных трудов V международного форума по педагогическому образованию. – Казань: Отечество, 2019. – С. 216-221.

21. Екжанова, Е. А. Межведомственное взаимодействие в системе совершенствования помощи детям с ограниченными возможностями здоровья на муниципальном уровне [Текст] / Елена Екжанова // Образование лиц с особыми образовательными потребностями: методология, теория, практика : сборник научных статей Международной научно-практической конференции. – Минск: Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», 2020. – С. 123-128.

22. Ерохин, В. В. Коммуникативные барьеры как проблемное поле в современной инклюзивной практике [Текст] / В. В. Ерохин, В. Л. Крайник // Ценностные ориентации молодежи в условиях модернизации современного общества : сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Горно-Алтайск: Горно-Алтайский государственный университет, 2019. – С. 279-283.

23. Зеер, Э. Ф. Психолого-педагогическая платформа формирования транспрофессионализма педагога профессионального образования [Текст] / Эвальд Зеер // Профессиональное образование. Столица. – 2018. – № 10. – С. 2-6.

24. Казачкова, А. П. Барьеры педагогического общения [Текст] / А. П. Казачкова, Л. А. Яковлева, О. М. Дорошенко // Психология и педагогика служебной деятельности, 2019. – № 2. – С. 66-68.

25. Камышева, О. В. Профессиональный имидж современного учителя [Текст] / Оксана Камышева // Актуальные проблемы современного общего и профессионального образования : сборник статей по материалам

II Всероссийской заочной научно-практической конференции. – Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2016. – С. 27-31.

26. Кириллова, М. К. Психологические барьеры осуществления педагогами образовательной деятельности по адаптированным основным общеобразовательным программам: помощь в их преодолении [Текст] / Марина Кириллова // Альманах Казанского федерального университета : Материалы XI Международной научно-образовательной конференции. – Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет, 2017. – С. 117-121.

27. Коваль, С. А. К вопросу об особенностях реализации инклюзивного образования в России [Текст] / С. А. Коваль, К. Ю. Малюченко, О. Ю. Нетесова // Молодежь и наука XXI века. Современное начальное образование: проблемы и перспективы развития : Материалы научно-практической конференции студентов, аспирантов и школьников. – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2017. – С. 24-26.

28. Козловская, О. В. Социокультурные обоснования феномена инклюзии [Текст] / Оксана Козловская // Право и глобальный социум. – 2019. – № 1. – С. 70-83.

29. Коморникова, О. М. Проблемы интеграции в образовательную среду и трудоустройства людей с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Ольга Коморникова // Образование: молодежь, конкурентоспособность : сборник докладов Международной научно-практической конференции, приуроченной к 80-летнему юбилею академика Российской академии образования. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2018. – С. 237-240.

30. Коршунова, О. В. Сравнительный анализ дидактических затруднений российских и зарубежных педагогов [Текст] / О. В. Коршунова,

О. Г. Селиванова // Перспективы науки и образования. – 2020. – № 4(46). – С. 468-486.

31. Кузьмина, Н. В. Акмеология – основы профессионализма преподавателя в XXI веке [Текст] : учебное пособие в трех частях / Н. В. Кузьмина, Л. Е. Паутова, Е. Н. Жаринова. – Санкт-Петербург: НУ «Центр стратегических исследований», 2018. – 200 с.

32. Кутепова, Е. Н. Аксиологические аспекты профессиональной готовности педагогов к инклюзивному образованию [Текст] / Е. Н. Кутепова, А. С. Сунцова // Образование лиц с особенностями психофизического развития: традиции и инновации : материалы Международной научно-практической конференции. – Минск: Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», 2018. – С. 165-168.

33. Лукьянова, М. В. Эмоциональный интеллект как фактор психологической устойчивости личности [Текст] / М. В. Лукьянова, В. С. Стебловская // Психологическое здоровье личности: теория и практика : сборник научных трудов по материалам III Всероссийской научно-практической конференции. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. – С. 252-254.

34. Маралов, В. Г. Проблема барьеров саморазвития личности в Отечественной психологии [Текст] / Владимир Маралов // Альманах современной науки и образования. – 2015. – № 1(91). – С. 72-76.

35. Маркова, А. К. Психологические особенности индивидуального стиля деятельности учителя [Текст] / А. К. Маркова, А. Я. Никонова // Вопросы психологии, 2014. – № 5. – С. 23-26.

36. Мельниченко, Ю. В. Психологические барьеры и демотиваторы реализации инновационного подхода в обучении в диаде «педагог-обучающийся» [Текст] / Юлия Мельниченко // Актуальные вопросы развития профессионализма педагогов в современных условиях : материалы

Международной электронной научно-практической конференции. – Донецк: «Истоки», 2017. – С. 54-56.

37. Менщикова, И. А. Социально-перцептивные аспекты профессиональных барьеров педагогов, работающих с учащимися с расстройствами аутистического спектра [Текст] / И. А. Менщикова, Д. Н. Погорелов // Вестник Академии энциклопедических наук. – 2017. – № 3(28). – С. 49-56.

38. Миронов, А. В. Барьеры в организации обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, воспринимаемые родителями [Текст] / А. В. Миронов, Е. С. Шелест, О. В. Булатова // Science for Education Today. – 2020. – Т. 10. – № 5. – С. 50-66.

39. Митина, Л. М. Личностно-профессиональное развитие учителя : стратегии, ресурсы, риски [Текст] / Лариса Митина // Санкт-Петербург: Общество с ограниченной ответственностью «Нестор-История». – 2018. – 456 с.

40. Мкртычян, Г. А. Сопротивления преподавателей изменениям: анализ причин и факторов [Текст] / Г. А. Мкртычян, О. В. Петрова // Университетское управление: практика и анализ. – 2019. – Т. 23. – № 4. – С. 142-150.

41. Николаева, Е. К. Барьеры педагогического общения [Текст] / Елизавета Николаева // Наука и образование в XXI веке : материалы II Международной научно-практической конференции. – Томск: Издательский центр «Quantum», 2019. – С. 12-16.

42. Новохатская, Е. А. К вопросу об управлении формированием эмоциональной устойчивости в становлении личности будущих педагогов [Текст] / Екатерина Новохатская // Традиции и новации в профессиональной подготовке и деятельности педагога : сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции. – Тверь: Тверской государственный университет, 2017. – С. 58-60.

43. Носс, И. Н. Качественные и количественные методы исследований в психологии [Текст] : учебник для бакалавров и магистратуры / Игорь Носс. – Москва: Издательство «Юрайт», 2019. – 362 с.
44. Осипова, А. А. Концепт «психолого-познавательный барьер» в научно-психологическом дискурсе [Текст] / А. А. Осипова, В. М. Голубова, А. Е. Москаленко, А. А. Зеленов // Российский психологический журнал, 2016. – Т. 13. – № 1. – С. 51-60.
45. Педагогическая психология [Текст] : учебник для бакалавров / под ред. В. А. Гуружапова. – Москва: Издательство Юрайт, 2014. – 493 с.
46. Перевозкин, С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога [Текст] : учебное пособие / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. – Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017. – 162 с.
47. Петров, Д. А. Психологические барьеры учителя современной школы [Текст] / Дмитрий Петров // Новая наука: От идеи к результату, 2016. – № 1-2. – С. 87-90.
48. Печерская, С. А. Методологические ориентиры развития успешной личности [Текст] / Светлана Печерская // Личность как субъект управленческой деятельности. – Пятигорск: Пятигорский государственный лингвистический университет, 2019. – С. 202-207.
49. Подольская, О. А. Теория и практика инклюзивного образования [Текст] : учебное пособие / О. А. Подольская, И. В. Яковлева. – Москва: ООО «Директмедиа Паблицинг», 2018. – 202 с.
50. Подымов, Н. А. Особенности возникновения психологических барьеров в профессиональной деятельности педагога [Текст] / Николай Подымов // Ученые записки. – 2017. – № 4(44). – С. 191-196.
51. Подымов, Н. А. Психологические барьеры в профессиональной деятельности учителя [Текст] : дисс. докт. психол. наук / Николай Подымов. – Москва, 1999. – 390 с.

52. Подымов, Н. А. Характеристика психологических затруднений в профессиональной деятельности учителя [Текст] / Николай Подымов // Педагогическое образование: вызовы XXI века : Материалы VIII Международной научно-практической конференции. – Рязань: Изд-во Концепция, 2017. – С. 56-63.

53. Подымова, Л. С. Готовность педагогов к обеспечению безопасности личности в инновационной образовательной среде [Текст] / Л. С. Подымова, Н. А. Подымов, Е. А. Алисов // Интеграция образования. – 2018. – Т. 22. – № 4(93). – С. 663-680.

54. Подымова, Л. С. Проблемы сопровождения инновационного процесса в образовании [Текст] / Людмила Подымова // Профессионализм педагога: сущность, содержание, перспективы развития : материалы Международной научно-практической конференции. – Москва: Некоммерческое партнерство «Международная академия наук педагогического образования», 2019. – С. 31-36.

55. Подымова, Л. С. Самоопределение педагогов в ситуации неопределенности [Текст] / Людмила Подымова // Современные векторы развития образования: актуальные проблемы и перспективные решения : сборник научных трудов XI Международной научно-практической конференции. – Москва: Московский педагогический государственный университет, 2019. – С. 661-663.

56. Подымова, Л. С. Самоутверждение педагогов в инновационной деятельности [Текст] : монография / Л. С. Подымова, Л. А. Долинская. – Москва: Прометей, 2016. – 208 с.

57. Пономарева, Е. Ю. Психологические барьеры профессионального становления и развития педагога [Текст] / Елена Пономарева // Педагогический вестник. – 2019. – № 9. – С. 48-50.

58. Прилепко, Ю. В. Психологические барьеры в инклюзивном образовании [Текст] / Ю. В. Прилепко, М. В. Колокольникова, К. М. Проскурня // Психологическое здоровье личности: теория и практика :

сборник научных трудов по материалам V Всероссийской научно-практической конференции. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. – С. 160-163.

59. Прохоров, А. О. Риски социализации и психологической безопасности образовательной среды школы [Текст] / А. О. Прохоров, П. Н. Афанасьев // Филология и культура. – 2017. – № 4(50). – С. 236-243.

60. Психология общения [Текст] : учебное пособие / сост. Г.Н. Панфилова. – Брянск: Мичуринский филиал ФГБОУ ВО «Брянский государственный аграрный университет», 2015. – 48 с.

61. Резниченко, М. А. Эмоциональная устойчивость личности учителя с разными характеристиками профессионального самосознания [Текст] / М. А. Резниченко, Н. В. Леонова // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – № 12-8. – С. 101-103.

62. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] : учебное пособие / Сергей Рубинштейн. – Санкт-Петербург: Питер, 2015. – 705 с.

63. Рылов, Д. А. Отношение в современном российском обществе к людям с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Дмитрий Рылов // Alma mater. – 2020. – № 8. – С. 94-99.

64. Савченков, А. В. Экстремальная педагогика как фактор формирования эмоциональной устойчивости педагога [Текст] / Алексей Савченков // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2018. – Т. 8. – № 5. – С. 22-40.

65. Сафонова, Т. В. Исследование ориентации на личностную модель взаимодействия с детьми как структурного компонента готовности педагогов к инклюзивному образованию [Текст] / Т. В. Сафонова, А. С. Сунцова, Р. Г. Аслаева // Интеграция образования. – 2019. – Т. 23. – № 1(94). – С. 50-65.

66. Свенцицкий, А. Л. Социальная психология [Текст] : учебник для бакалавров / Анатолий Свенцицкий. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2016 – 408 с.

67. Серафимович, И. В. Социально-психологическое сопровождение педагогов при реализации инклюзивного подхода в дополнительном образовании [Текст] / И. В. Серафимович, Н. В. Румянцева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2020. – Т. 9. – № 4(33). – С. 205-209.
68. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] : учебно-методическое пособие / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург: ООО «Речь», 2003. – 350 с.
69. Симонова, Е. Г. Психологические характеристики педагогов с разным уровнем выраженности барьеров профессионального развития [Текст] / Евгения Симонова // Новое в психолого-педагогических исследованиях. – 2016. – № 3(43). – С. 116-123.
70. Ситник, А. П. Молодой учитель нуждается в помощи [Текст] / Анастасия Ситник // Народное образование. – 2015. – № 9. – С. 41-47.
71. Сластенин, В. А. Профессионально-педагогическая подготовка современного учителя [Текст] / В. А. Сластенин, А. И. Мищенко // Педагогика. – 2015. – №10. – С. 79-81.
72. Словарь по профориентации и психологической поддержке [Электронный ресурс] – Электрон. дан. – Москва: ФГБОУ ВПО «МГТУ им. Н. Э. Баумана». – Режим доступа: <http://technomag.edu.ru/doc/42344.html>. – Загл. с экрана.
73. Словарь практического психолога [Электронный ресурс] / сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1998. – Режим доступа: <https://986.slovaronline.com>. – Загл. с экрана.
74. Суннатова, Р. И. Личностные и коммуникативные качества педагогов, предопределяющие субъект-субъектное взаимодействие с обучающимися [Текст] / Рано Суннатова // Известия Саратовского университета. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2020. – Т. 9. – № 3(35). – С. 215-224.

75. Сунцова, А. С. Личностно-профессиональные характеристики педагога инклюзивного образования с позиции компетентностного подхода [Текст] / А. С. Сунцова, А. А. Баранов // Вестник Удмуртского университета. Сер. Философия. Психология. Педагогика. – 2020. – Т. 30. – № 3. – С. 298-306.
76. Талдыкина, Е. М. Психологические барьеры при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Елена Талдыкина // Проблемы социально-гуманитарного образования на современном этапе модернизации российской школы : материалы седьмой международной научно-практической конференции. – Барнаул: Алтайский государственный педагогический университет, 2019. – С. 164-166.
77. Тарабакина, Л. В. Факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания у молодых работников [Текст] / Л. В. Тарабакина, Е. В. Звонова, В. А. Тарасова // Вестник университета. – 2020. – № 9. – С. 177-184.
78. Трундукова, А. Е. Психологические барьеры в деятельности педагога [Текст] / Александра Трундукова // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации : материалы VI Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2017. – С. 105-106.
79. Ульянова, А. А. Понятие психологического барьера и его виды [Текст] / Анастасия Ульянова // Academy. – 2018. – № 1(28). – С. 92-95.
80. Усова, Л. В. Отношение современного общества к людям с ограниченными возможностями [Текст] / Л. В. Усова, А. В. Анпилова // Научный журнал Дискурс. – 2019. – № 5(31). – С. 105-114.
81. Фоминых, Е. С. Психологические барьеры участников образовательных отношений в инклюзивном пространстве [Текст] / Екатерина Фоминых // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2017. – № S23. – С. 57-61.

82. Фрейд, З. Введение в психоанализ [Текст] : лекции / Зигмунд Фрейд ; пер. с нем. Г. В. Барышниковой. – Москва: Эсмо, 2017. – 416 с.
83. Циулина, М. В. Методология психолого-педагогических исследований [Текст] : учебное пособие / Марина Циулина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2015. – 239 с.
84. Чугунова, Ж. А. Стереотипы восприятия: учитель глазами детей [Текст] / Ж. А. Чугунова, И. В. Михалец // Студенческий. – 2019. – № 11-1(55). – С. 71-73.
85. Шакуров, Р. Х. Причины конфликтов в педагогических коллективах и пути их преодоления [Текст] / Р. Х. Шакуров, Б. С. Алишев // Вопросы психологии. – 2016. - №6. – С. 55-59.
86. Шаповал, И. А. Психологическое здоровье учителя: проблемы, ресурсы, риски [Текст] / И. А. Шаповал, О. В. Кузьменкова. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «ФЛИНТА», 2017. – 324 с.
87. Шевцова, Т. С. Синдром эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Т. С. Шевцова, Н. Н. Коровушкина // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59-4. – С. 477-482.
88. Шишониная, Н. В. Инновационная деятельность будущего педагога: условия преодоления социально-психологических барьеров [Текст] / Натали Шишониная // Актуальные проблемы психологии и педагогики в современном образовании: материалы международной заочной научно-практической конференции. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского, 2017. – С. 65-67.
89. Щербаков, А. В. Психологические барьеры профессионального становления педагога [Текст] / А. В. Щербаков, О. А. Семиздралова // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – 2016. – № 2(27). – С. 57-67.

90. Щербакова, Д. А. Барьеры на пути развития инклюзивного образования в России и возможности их преодоления [Текст] / Дарья Щербакова // XII Фестиваль науки в Москве : сборник научных статей студентов, аспирантов и молодых ученых факультета гуманитарных и социальных наук. – Москва: Российский университет дружбы народов (РУДН), 2017. – С. 288-295.

91. Яковлева, И. М. Современные тенденции подготовки педагогов к инклюзивному обучению детей с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Ирина Яковлева // Региональное образование: современные тенденции. – 2019. – № 3(39). – С. 126-130.

92. Lee M [Text] Teachers emotions and emotion management: integrating emotion regulation theory with emotional labor research / M. Lee, R. Pekrun, J. Taxer, P. Schutz, I. Vog, X. Xie // Social psychology of education. – 2016. – Vol. 19. – Issue 4. – P. 843-863.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Методика «Психологический портрет учителя» (Г.В. Резапкина)

Инструкция. Уважаемые коллеги! Этот тест поможет вам уточнить свой стиль преподавания и узнать некоторые личностные особенности. Из трех вариантов ответа выберите тот, который точнее всего отражает ваши мысли, чувства, реакции и отметьте в соответствующей клетке крестиком или другим значком.

Образец бланка																							
ПЦ				ПЭС				СО				СП				УСК				УТ			
№	1)	2)	3)	№	1)	2)	3)	№	1)	2)	3)	№	1)	2)	3)	№	1)	2)	3)	№	1)	2)	3)
1				2				3				4				5				6			
7				8				9				10				11				12			
13				14				15				16				17				18			
19				20				21				22				23				24			
25				26				27				28				29				30			
31				32				33				34				35				36			
37				38				39				40				41				42			
43				44				45				46				47				48			
49				50				51				52				53				54			
55				56				57				58				59				60			

- 1. В воспитании важнее всего**
 1) окружить ребенка теплотой и заботой;
 2) уважительное отношение к старшим;
 3) выработать у него определенные взгляды и умения.
- 2. Если кто-то в классе отвлекается, я не могу вести урок**
 1) да;
 2) нет;
 3) в зависимости от настроения.
- 3. Когда ученик на уроке излагает факты, которые мне неизвестны, я испытываю**
 1) интерес;
 2) смущение;
 3) раздражение.
- 4. Если класс не приведен в порядок,**
 1) моя реакция зависит от ситуации;
 2) я не обращаю на это внимания;

- 3) я не могу начать урок.
- 5. В конфликтах с другими людьми я чувствую вину за собой**
 1) часто;
 2) в зависимости от ситуации;
 3) редко.
- 6. Меня считают успешным профессионалом**
 1) да;
 2) затрудняюсь ответить;
 3) нет.
- 7. Для меня важнее**
 1) отношения с учениками;
 2) с коллегами;
 3) отношения с самим собой.
- 8. Меня утомляет интенсивное общение с людьми**
 1) да;
 2) иногда;
 3) нет.
- 9. Присутствие на уроке посторонних**

- 1) воодушевляет меня;
- 2) никак не отражается на моей работе;
- 3) выбивает меня из колеи.

10. Я делаю замечание ребенку, нарушающему порядок в общественном месте

- 1) зависимости от ситуации;
- 2) нет;
- 3) обычно.

11. Мои школьные отметки зависели от моих усилий, а не от настроения учителей

- 1) да;
- 2) не всегда;
- 3) нет.

12. У меня сложились хорошие отношения с коллегами

- 1) да;
- 2) не со всеми;
- 3) нет.

13. Во время перемены я предпочитаю общаться

- 1) с учениками;
- 2) с коллегами;
- 3) лучше побыть в одиночестве.

14. Я почти всегда иду на урок в приподнятом настроении

- 1) нет;
- 2) не всегда;
- 3) да.

15. У меня есть такие качества, по которым я превосхожу других

- 1) да;
- 2) нет;
- 3) не уверен.

16. Я предпочитаю работать под руководством человека, который

- 1) поддерживает мою инициативу;
- 2) не проявляет интереса к моей работе;
- 3) четко регламентирует мою работу.

17. Когда я строю планы, я не сомневаюсь в успехе задуманного

- 1) обычно;
- 2) иногда;
- 3) сомневаюсь.

18. Дома я рассказываю о своей работе

- 1) часто;
- 2) иногда;
- 3) нет.

19. Случайные встречи с учениками за пределами школы

- 1) доставляют мне удовольствие;

- 2) вызывают у меня чувство неловкости;
- 3) не вызывают у меня особых эмоций.

20. Бывает, что без видимых причин я чувствую себя счастливой (-ым) или несчастной (-ым)

- 1) часто;
- 2) редко;
- 3) никогда.

21. Замечания со стороны коллег и администрации

- 1) меня мало волнуют;
- 2) иногда задевают меня;
- 3) травмируют меня.

22. Во время урока я придерживаюсь намеченного плана

- 1) в зависимости от ситуации;
- 2) предпочитаю импровизацию;
- 3) всегда.

23. Для меня очень важно признание моих успехов другими людьми

- 1) нет;
- 2) затрудняюсь с ответом;
- 3) да.

24. Я занимаюсь делом, которое соответствует моим способностям

- 1) да;
- 2) затрудняюсь с ответом;
- 3) нет.

25. Суждение, что каждого ученика нужно принимать таким, каков он есть

- 1) принимаю;
- 2) не принимаю;
- 3) принимаю частично.

26. Мне не хватает теплоты и поддержки со стороны близких

- 1) да;
- 2) иногда;
- 3) хватает.

27. Мысль о предстоящей встрече с учениками или коллегами

- 1) доставляет мне удовольствие;
- 2) особых эмоций не вызывает;
- 3) меня тяготит.

28. Когда я вижу, что ученик ведет себя вызывающе по отношению ко мне

- 1) предпочитаю выяснить отношения;
- 2) игнорирую этот факт;
- 3) я плачу ему той же монетой.

29. От того, как воспитывают детей в семье, зависит

- 1) почти все;
- 2) кое-что;

- 3) ничего не зависит.
- 30. Я испытываю удовольствие, когда думаю о своей работе**
- 1) обычно;
 - 2) иногда;
 - 3) никогда.
- 31. В работе для меня важнее всего**
- 1) привязанность учеников;
 - 2) признание коллег;
 - 3) душевный комфорт.
- 32. Успех урока зависит от моего физического и душевного состояния**
- 1) часто;
 - 2) иногда;
 - 3) не зависит.
- 33. В дружелюбном отношении со стороны коллег я не сомневаюсь**
- 1) да;
 - 2) затрудняюсь ответить;
 - 3) нет.
- 34. Если ученик высказывает точку зрения, которую я не могу принять**
- 1) пытаюсь понять его точку зрения;
 - 2) перевожу разговор на другую тему;
 - 3) я стараюсь поправить его, объяснить ему его ошибку.
- 35. Если я захочу, я смогу расположить к себе любого**
- 1) да;
 - 2) в зависимости от ситуации;
 - 3) вряд ли.
- 36. Меня устраивает организация труда в нашем коллективе**
- 1) да;
 - 2) не совсем;
 - 3) нет.
- 37. Если при мне незаслуженно наказывают ученика**
- 1) я тут же заступлюсь за него;
 - 2) один на один сделаю замечание коллеге;
 - 3) сочту некорректным вмешиваться.
- 38. Работа дается мне ценой большого напряжения**
- 1) да;
 - 2) иногда;
 - 3) нет.
- 39. У меня нет сомнений в своем профессионализме**
- 1) да, сомнений нет;
 - 2) затрудняюсь ответить;
 - 3) есть сомнения.
- 40. По-моему, в школьном коллективе важнее всего**
- 1) возможность работать творчески;
 - 2) отсутствие конфликтов;
 - 3) трудовая дисциплина.
- 41. На детей влияет так много факторов, что усилия родителей сводятся на "нет".**
- 1) нет;
 - 2) не знаю;
 - 3) да.
- 42. Хорошая зарплата для меня - не главный мотив труда**
- 1) да;
 - 2) затрудняюсь ответить;
 - 3) нет, главный.
- 43. Высказывание "Я ничему не могу научить этого ученика, потому что он меня не любит"**
- 1) принимаю полностью;
 - 2) не принимаю;
 - 3) заставляет задуматься.
- 44. Мысли о работе мешают мне уснуть**
- 1) часто;
 - 2) редко;
 - 3) никогда не мешают.
- 45. На собраниях и педсоветах я**
- 1) часто выступаю по волнующим меня вопросам;
 - 2) иногда выступаю по волнующим меня вопросам;
 - 3) предпочитаю слушать других.
- 46. Я считаю, что учитель может повысить голос на ученика**
- 1) нет;
 - 2) затрудняюсь ответить;
 - 3) да.
- 47. Люди, не сумевшие реализовать свои возможности, сами виноваты в этом**
- 1) да;
 - 2) в некоторых случаях;
 - 3) нет.
- 48. Ситуации, когда мне не удается выполнить всю возложенную на меня работу, бывают**
- 1) крайне редко;
 - 2) время от времени;
 - 3) часто.
- 49. Во время каникул я испытываю потребность в общении с учениками**
- 1) да;
 - 2) нет;
 - 3) иногда.
- 50. Я нахожу в себе достаточно сил, чтобы справиться с трудностями**
- 1) редко;
 - 2) обычно;

3) всегда.
51. Мне приходилось выполнять приказы людей не вполне компетентных

- 1) да;
- 2) не помню;
- 3) нет.

52. Непредвиденные ситуации на уроках

- 1) можно эффективно использовать;
- 2) лучше игнорировать;
- 3) только мешают учебному

процессу.

53. Большинство неудач в моей жизни происходило по моей собственной вине

- 1) да;
- 2) не всегда;
- 3) нет.

54. Я получаю удовольствие от работы

- 1) да;
- 2) временами;
- 3) нет.

55. В конфликте между учителем и учеником я в душе встаю на сторону

- 1) ученика;
- 2) учителя;
- 3) сохраняю нейтралитет.

56. В начале или конце учебного года у меня проблемы со здоровьем

- 1) как правило;
- 2) не обязательно;
- 3) проблем со здоровьем нет.

57. Мои ученики относятся ко мне с симпатией

- 1) да;
- 2) не все;
- 3) не знаю.

58. Требования начальства не вызывают у меня протеста, даже если я считаю их необоснованными

- 1) вызывают;
- 2) не знаю;
- 3) не вызывают.

59. Успех зависит от способностей и трудолюбия, а не от удачного стечения обстоятельств

- 1) да;
- 2) затрудняюсь ответить;
- 3) нет.

60. Руководство обычно принимает и поддерживает мои идеи

- 1) да;
- 2) иногда;
- 3) нет.

Обработка результатов:

Преобладание одного из трех вариантов ответа (более пяти выборов) в каждой из шести шкал дает основание отнести поведение учителя, его чувства и реакции к определенной группе, обобщенные характеристики которой представлены в «Комментариях и интерпретации». Чем больше балл, тем выше степень соотношения с интерпретацией. Если в двух столбцах из трех набрано одинаковое количество баллов (например, по четыре или по пять), значит, поведение сочетает признаки двух групп. Это может свидетельствовать о том, что поведенческие установки учителя окончательно не сформированы, он только ищет свой неповторимый профессиональный почерк. Другая возможная причина – разнообразие поведенческих стереотипов. В любом случае работа с методикой поможет оценить наличную модель профессионального поведения и выбрать оптимальную.

Комментариях и интерпретации

1. Приоритетные ценности

Профессионально важные качества учителя – любовь к детям, стремление понять и помочь. Если общение с детьми не является приоритетной ценностью учителя, ему не стоит рассчитывать на любовь и доверие детей, даже если он прекрасно знает свой предмет и методику преподавания.

1.1. Преобладание первого варианта говорит об особой значимости для учителя интересов и проблем школьников. В основе отношений лежит безусловное принятие учеников, которые безошибочно чувствуют человека, готового отстаивать их интересы, и платят ему доверием и любовью. На уроках такого учителя ученики чувствуют себя в безопасности и комфорте. Благоприятная эмоциональная обстановка дает возможность плодотворной работы и сохраняет психическое здоровье как учителя, так и учеников.

1.2. Преобладание второго варианта говорит об особой значимости для учителя его отношений с коллегами, об ориентации на их мнение, что может свидетельствовать о групповой зависимости, которая нередко объясняется низкой самооценкой. Учителя мало интересует внутренний мир ученика. В отношениях с таким учителем ученики ведут себя настороженно,

напряженно, не видят в нем союзника. Отношения в лучшем случае не носят личностной окраски или пронизаны чувством недоверия и отчуждения.

1.3. Преобладание третьего варианта говорит о "самодостаточности" учителя, концентрации на своих переживаниях и проблемах. В отношениях с коллегами и учениками преобладает сдержанность, отчужденность, которая может быть вызвана как личностными особенностями, так и неблагоприятным психоэмоциональным состоянием (избегание контактов, вызванное усталостью и нервным истощением). Возможно, круг интересов учителя не исчерпывается школьными проблемами, есть и другие возможности самореализации. Нередко в этом случае человек ищет опору в себе и вне школы.

2. Психоэмоциональное состояние

Особенности поведения и восприятия учителя во многом обусловлены состоянием его нервной системы. При информационных и эмоциональных перегрузках, характерных для работы в школе, возможны нарушения двигательного и речевого поведения учителя, проблемы со здоровьем.

2.1. Преобладание первого варианта говорит о неблагоприятном психоэмоциональном состоянии учителя. Его главные признаки: острая реакция на раздражающие факторы; низкая эмоциональная устойчивость; склонность к тревоге; трудности социальной адаптации; наличие психосоматической симптоматики; сниженные результаты при исследовании интеллекта. В отдельных случаях преобладание первого варианта может быть вызвано стремлением преувеличить свои проблемы.

2.2. Преобладание второго варианта или присутствие в равной степени всех трех вариантов ответов позволяет предположить нестабильность психоэмоционального состояния учителя, которое, как правило, определяется тремя факторами в их различных сочетаниях: врожденная повышенная чувствительность нервной системы; неблагоприятное стечение обстоятельств; личностные особенности, определяющие неадекватную реакцию на них.

2.3. Преобладание третьего варианта говорит о благополучном психоэмоциональном состоянии, которое определяет эффективность работы учителя, дает возможность не терять самообладания в экстремальных ситуациях и принимать верные решения. Эмоциональная стабильность, предсказуемость и работоспособность учителя благотворно влияют на психологический климат в школе, если только человек не стремится преуменьшить свои проблемы.

3. Самооценка

Самооценка, или самовосприятие – это оценка человеком самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Представления учителя о принципах преподавания, вся его "личная педагогическая философия" во многом определяются его самооценкой.

3.1. Предпочтение первого варианта говорит о позитивном самовосприятии, свойственном человеку, в полной мере реализующему свои возможности. Учителям, обладающим позитивным самовосприятием, легко создавать на уроке атмосферу живого общения, вступая с учащимися в тесные контакты и оказывая им психологическую поддержку. Они доверяют людям и ждут от них дружелюбия, а не враждебности; ученика воспринимают как личность, заслуживающую уважения. Благодаря таким учителям возможно личностное развитие школьников.

3.2. Преобладание второго варианта, а также наличие в равной степени всех трех вариантов ответов говорит о неустойчивой самооценке, которая может меняться в зависимости от ситуации. При удачном стечении обстоятельств человек с неустойчивой самооценкой испытывает эмоциональный и творческий подъем. В эти моменты учитель преображается: он раскован, уверен в себе, у него все получается. Снижение самооценки в "полосе неудач" негативно влияет на эффективность взаимодействия с окружающими, затрудняя решение профессиональных и жизненных проблем.

3.3. Преобладание третьего варианта свидетельствует о негативном самовосприятии. Такому человеку трудно вступать в свободное общение с другими. Ему свойственно принижать значение личности другого человека точно так же, как и своей, поэтому он стремится повысить свою самооценку, нередко за счет учеников. Переход на неформальный стиль преподавания, требующий от него большого интеллектуального, эмоционального и нравственного напряжения, обнажает уязвимые места, создает угрозу внутренней согласованности учителя.

4. Стиль преподавания

На формирование стиля оказывает влияние целый ряд факторов: личностные особенности, жизненные установки, опыт. Стиль преподавания может способствовать эффективности работы учителя или осложнять выполнение учителем своих профессиональных обязанностей.

4.1. Преобладание первого варианта ответов говорит о демократическом стиле учителя. Учитель привлекает учеников к принятию решений, прислушивается к их мнению, поощряет самостоятельность суждений, учитывает не только успеваемость, но и личностные качества учеников. Основные методы воздействия: побуждение, совет, просьба. Удовлетворенность своей профессией, гибкость, высокая степень принятия себя и других, открытость и естественность в общении, доброжелательный настрой, способствующий эффективности обучения.

4.2. Преобладание второго варианта ответа указывает на черты либерального, или "попустительского" стиля. Такой учитель уходит от принятия решений, передавая инициативу ученикам, коллегам, родителям. Организацию и контроль работы учащихся ведет без системы, проявляет нерешительность, испытывает чувство зависимости от учащихся. Для такого учителя характерна низкая самооценка, чувство тревоги и неуверенности в себе, низкий жизненный тонус, неудовлетворенность своей работой.

4.3. Преобладание третьего варианта говорит об авторитарных тенденциях. Учитель использует свои права, не считаясь с мнением детей и требованием ситуации. Главные методы воздействия - приказ, поучение. Для такого учителя характерна низкая удовлетворенность профессией, хотя он может иметь репутацию "сильного педагога". Но на его уроках дети чувствуют себя неуютно, теряют активность и самостоятельность, их самооценка падает. Возможны конфликтные ситуации. Авторитарный стиль в чистом виде представляет собой стрессовую воспитательную стратегию.

5. Уровень субъективного контроля

Уровень субъективного контроля показывает, какую меру ответственности за наши отношения с людьми и факты нашей жизни мы готовы взять на себя. Профессия учителя требует готовности отвечать за другого человека, иногда ценой своего душевного комфорта и личного времени.

5.1. Преобладание первого варианта говорит о высоком уровне субъективного контроля. Люди с высоким уровнем субъективного контроля принимают на себя ответственность за все, что происходит в их жизни, объясняя это своим характером и поступками, а не внешними обстоятельствами (помощь или препятствия со стороны людей и обстоятельств). Такие люди не склонны подчиняться давлению других, остро реагируют на посягательства на личную свободу, обладают высокой поисковой активностью и уверенностью в себе.

5.2. Наличие в равной степени всех трех вариантов или преобладание второго говорит о недостаточной сформированности ответственности за сложившиеся отношения и обстоятельства своей жизни.

5.3. Преобладание третьего варианта говорит о сниженном уровне субъективного контроля. Люди с низким уровнем субъективного контроля склонны приписывать ответственность за события своей жизни, как счастливые, так и несчастные, другим людям, случаю, судьбе. Есть прямая зависимость между уровнем субъективного контроля учителя и степенью его удовлетворенности своей профессиональной деятельностью. Учителя, имеющие низкий уровень субъективного контроля, более других подвержены феномену "сгорания".

6. Удовлетворенность трудом

Удовлетворенность трудом – общее понятие, отражающее степень душевного благополучия профессионала. Удовлетворенность трудом зависит от интереса к своей работе, личностных качеств человека, психологического климата в коллективе, условий работы, профессиональной успешности.

6.1. Преобладание первого варианта говорит о высокой степени удовлетворенности своим трудом, проявляющейся в интересе к процессу и результатам своей деятельности; конструктивных взаимоотношениях с коллегами и руководством, основанных на взаимоуважении. Уровень притязаний человека, удовлетворенного своим трудом, соответствует уровню его профессиональных достижений.

6.2. Наличие в равной степени всех трех вариантов или преобладание второго говорит о недостаточной удовлетворенности человека своим трудом, низкой профессиональной мотивации, слабом интересе к процессу и результатам своей профессиональной деятельности, трудностях трудовой адаптации.

6.3. Преобладание третьего варианта говорит о неудовлетворенности человека своим трудом, проявляющейся в отсутствии интереса к своей работе, демотивации, невозможности полноценной профессиональной самореализации на данном рабочем месте, проблемах трудовой адаптации. Конечно, каждый человек неповторим, и поведение его невозможно до конца "просчитать" с помощью самых хитроумных тестов. Такая цель и не ставилась. Задача данной методики – дать учителю "информацию к размышлению" – информацию не всегда приятную, порой не соответствующую собственным представлениям о себе и потому вызывающую раздражение. Человеку, способному быть объективным и критичным не только к своим ученикам, но и к себе самому, она поможет осознать свои сильные и слабые стороны и полностью реализовать свой творческий потенциал.

Методика «Оценка профессионального стресса» (опросник К. Вайсмана)

Методика предназначена для диагностики профессионального стресса.

Производственный, или профессиональный, стресс представляет собой многомерный феномен, выражающийся в физиологических и психологических реакциях на сложную рабочую ситуацию.

Среди возникающих в ходе трудовой деятельности стрессов можно выделить следующие их виды, имеющие психологическую природу: информационный стресс, эмоциональный стресс, коммуникативный стресс.

Опросник состоит из 15 вопросов.

Инструкция: Напротив каждого вопроса выберите цифру, которая наилучшим образом отражает ваш ответ.

	Вопросы	никогда	редко	иногда	часто	практически всегда
1.	Как часто вам кажется, что вам не хватает полномочий, чтобы справляться со своими обязанностями?	1	2	3	4	5
2.	Как часто у вас возникает неприятное чувство по поводу своих служебных обязанностей?	1	2	3	4	5
3.	Как часто бывает, что вы не знаете о возможностях своего продвижения по работе?	1	2	3	4	5
4.	Как часто вы чувствуете, что слишком перегружены и не можете справиться с работой за рабочий день?	1	2	3	4	5
5.	Как часто вам кажется, что вы не сможете удовлетворить противоречивые требования разных людей из вашего окружения?	1	2	3	4	5
6.	Как часто вам кажется, что вам не хватает квалификации для выполнения своей работы?	1	2	3	4	5
7.	Как часто вы не знаете, что думает о вас ваш начальник и как он оценивает вашу работу?	1	2	3	4	5
8.	Как часто вы находитесь в ситуации, когда не можете получить нужную информацию для работы?	1	2	3	4	5

	Вопросы	никогда	редко	иногда	часто	практически всегда
9.	Как часто вы беспокоитесь о решениях, которые влияют на жизнь других знакомых вам людей?	1	2	3	4	5
10.	Как часто вы чувствуете, что не нравитесь своим коллегам по работе или вас не принимают в коллективе?	1	2	3	4	5
11.	Как часто вы не можете повлиять на решения и действия начальника, направленные на вас?	1	2	3	4	5
12.	Как часто вы не знаете, чего ожидают от вас ваши коллеги?	1	2	3	4	5
13.	Как часто вам кажется, что количество работы, которую вам необходимо сделать, повлияет на качество ее выполнения?	1	2	3	4	5
14.	Как часто вам кажется, что вам приходится делать нечто противоречащее вашим суждениям?	1	2	3	4	5
15.	Как часто вам кажется, что работа негативно отражается на вашей семейной жизни?	1	2	3	4	5

Обработка методики и интерпретация результатов.

Чтобы определить свой итоговый показатель по шкале профессионального стресса, сложите полученные результаты. Чем выше полученный балл, тем выше уровень стресса.

15-35 – низкий уровень

36-54 – средний уровень

55-75 – высокий уровень

Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических проблемных ситуаций (М. М. Кашапов, Ю.Н. Дубровина).

Методика предназначена для экспериментального исследования доминирующего уровня проблемности при решении педагогических проблемных ситуаций.

Проблемность при решении педагогических проблемных ситуаций – психологический фактор, обеспечивающий порождение познавательной мотивации учителя в процессе разрешения педагогической ситуации. Чем более острую проблемность приобретает педагогическая ситуация, тем более активизирует она мыслительную деятельность учителя. Проблемность как субъективная реальность имеет определенные уровни существования: ситуативный и надситуативный.

Инструкция. Предлагаемый вам опросник состоит из 26 утверждений. Прочитайте каждое утверждение и, если вы с ним согласны, поставьте «+», если нет – «—». Проведение опросника по методике не требует соблюдения каких-либо особых условий.

Вопросы:

1. Обычно сталкиваясь с проблемной ситуацией, вы ищете решение, основываясь на своем прошлом опыте.
2. Обычно вы не думаете, как решение данной проблемной ситуации отразится на последующем поведении учащихся.
3. В своей работе вы обычно стараетесь отделить первостепенные проблемы от второстепенных.
4. Сталкиваясь с проблемной ситуацией, вы ждете, что все разрешится само собой.
5. Сталкиваясь с проблемной ситуацией, вы не используете решение из прошлого опыта, а относитесь к ситуации как к новой,
6. Обычно вы пытаетесь учесть влияние данной проблемной ситуации на учебно-воспитательный процесс в целом.
7. В работе вы обычно не делите проблемы на главные и второстепенные.
8. Сталкиваясь с проблемной ситуацией, вы способны управлять ей.
9. Вы относитесь к повышению квалификации как к пути развития своей личности.
10. Принимая педагогическое решение, вы обычно учитываете личностные особенности учащихся.
11. Вы решаете конкретную проблему без учета ее влияния на учебно- воспитательный процесс в целом.
12. Думая о причинах проблемной ситуации, вы обычно анализируете и свое собственное поведение.
13. Вы относитесь к повышению квалификации как к средству решения практических задач.
14. В своей работе вы обычно используете индивидуальный подход.
15. Решая проблемную ситуацию, вы не считаете нужным анализировать свое собственное поведение.
16. Сталкиваясь с проблемной ситуацией и осознавая, что привычные способы решения не адекватны, вы ищете новый способ ее решения.
17. Обычно вы полностью отдаете себя своей работе в ущерб личностному росту.
18. Вы обычно положительно относитесь к нововведениям в работе.
19. С опытом обычно складывается определенный набор способов решения проблемных ситуаций, которые можно использовать в случаях затруднения.
20. Обычно профессия оказывает влияние на личность человека.
21. Вы придерживаетесь обычно испытанных способов в работе и не доверяете нововведениям.
22. Обычно у вас не возникает трудностей при постановке целей и планировании своей деятельности.
23. Если на занятии ребенок разговаривает, отвлекая других, вы сразу восстанавливаете дисциплину.
24. Обычно вы испытываете затруднение при постановке целей и планировании своей работы.

25. Если ребенок отвлекает других во время урока, вы обычно выделяете причину его беспокойства.

26. При решении проблемных ситуаций вы учитываете связь между своими поступками и их последствиями.

Обработка полученных данных

Порядок обработки полученных данных: для обработки полученных данных используется ключ. Он позволяет определить, какие утверждения относятся к той или иной шкале. За каждый положительный ответ испытуемому дается 1 балл (ключ в табл.).

Таблица

Шкалы	Ситуативный уровень	Надситуативный уровень
Номер утверждения	1, 2, 4, 7, 11, 13, 15, 17, 19, 20, 21, 23, 24	3, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 16, 18, 22, 25, 26

Ситуативный уровень проблемности характеризуется не только переживанием учителем определенных эмоциональных состояний, но и особенностями учета их в целях успешного разрешения затруднения.

Данный уровень связан с ситуационной мотивацией учителя, т.е. осознанно или неосознанно учитель учитывает свое отношение к учащемуся, к предмету, к самому себе.

Этот уровень обнаружения проблемности обусловлен влиянием конкретных педагогических условий. На данном уровне большое значение придается установкам, целям, мотивам, основным представлениям педагога. В результате реализации этого уровня обнаружения проблемности педагогом принимаются решения, ориентированные на сиюминутную тактику и выгоду, а не на смысл педагогической деятельности, ее цель и общественное предназначение. Действия учителя по разрешению педагогической проблемной ситуации ориентированы на ближнюю перспективу. В этом случае зачастую нет учета влияния данной конкретной ситуации на учебно-воспитательный процесс в целом. Такой педагог не способен к преодолению стереотипов в своей деятельности.

Надситуативный уровень проблемности напрямую связан со способностью учителя «выйти за пределы» конкретной ситуации, с умением оригинально мыслить, т.е. видеть объект с качественно новой точки зрения, способностью к переносу, гибкостью мышления и т.д. Выход на надситуативный уровень проблемности обычно сопровождается осознанием учителем необходимости самосовершенствования, поднимает его на уровень, с которого он может анализировать себя и свои действия, учитывать их возможные последствия для учебного процесса, учеников и для самого себя.

Надситуативный уровень проблемности возникает в результате осмысления реальной педагогической ситуации и во многом зависит от эмоционального настроения учителя. На данном уровне происходит эффективное преодоление негативных эмоций, связанных с защитными реакциями личности педагога.

Выход на данный уровень напрямую связан со способностью учителя к рефлексии, т.е. с расширением личностной зоны учителя, способностью понять и принять мотивы, чувства и переживания ученика, с рефлексированием, с готовностью изменить свои установки, отношения, тактику своего поведения. На данном уровне учитель преодолевает негативные эмоции и воспринимает проблемную ситуацию как творческую задачу, стремится выявить скрытые мотивы поступка ученика. Выход за пределы простого восприятия ситуации, за пределы привычных видов деятельности связан со значительной активизацией творческого потенциала личности педагога.

**Анкета «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ»
(Д. Ю. Соловьева)**

Инструкция: прочитайте высказывания и отметьте один вариант ответа.

1. В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья – это:

а) дети, имеющие значительные ограничения жизнедеятельности вследствие заболевания или травм, приводящих к социальной дезадаптации, нарушению способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, контролю над своим поведением, обучению, общению;

б) физические лица, имеющие недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, препятствующие получению образования без создания специальных условий

в) физические лица, имеющие недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий

г) физические лица, нуждающиеся в создании специальных образовательных условий при освоении образовательной программы.

2. Образование обучающихся с ОВЗ:

а) должно быть организовано совместно с другими обучающимися или в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность, в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии;

б) может быть организовано как в отдельных классах, группах, так и в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность;

в) может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность;

г) должно быть организовано в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам.

3. Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ОВЗ понимается:

а) использование специальных образовательных программ, методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов;

б) использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь;

в) проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий;

г) обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность;

д) все вышеперечисленное.

4. В соответствии с СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 10.07.2015 № 26, учебные занятия для обучающихся с ОВЗ организуются:

а) в первой смене, по 5-дневной учебной неделе и не превышают 40 минут, за исключением первого класса;

б) в первой смене, по 6-дневной учебной неделе и не превышают 40 минут, за исключением первого класса;

в) в две смены, по 6-дневной учебной неделе и не превышают 45 минут, за исключением первого класса.

5. Максимальное количество учащихся с ОВЗ в одном классе (группе) определяется:

- а) образовательной организацией самостоятельно;
- б) в соответствии с рекомендациями СанПиН;
- в) в соответствии с имеющимися кадровыми и материально-техническими условиями

ОО.

6. Инклюзивное образование – это:

- а) обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- б) обучение детей с ОВЗ в общеобразовательных организациях;
- в) обучение ребенка с особыми образовательными потребностями в специальной школе;
- г) обучение детей с ОВЗ по адаптированным образовательным программам.

7. Оцените уровень своих знаний и представлений об инклюзивном образовании:

- а) хорошо понимаю и объясняю особенности инклюзивного образования;
- б) имею ограниченные представления об инклюзивном образовании;
- в) не имею представлений и не понимаю сути такого образования.

8. Оцените уровень своих знаний об индивидуальных особенностях детей с ОВЗ:

- а) знаю об особенностях физического и психического развития детей с ОВЗ;
- б) имею ограниченные представления об особенностях физического и психического развития детей с ОВЗ;
- в) фактически не имею представлений об особенностях физического и психического развития детей с ОВЗ.

9. Оцените уровень своих специальных знаний, необходимых для организации работы с детьми с ОВЗ:

- а) специальные знания отсутствуют;
- б) имеются минимальные специальные знания;
- в) специальные знания достаточны для осуществления работы с детьми с ОВЗ.

10. Как вы считаете, необходимо ли вам повышение квалификации в области коррекционной педагогики и коррекционной психологии для работы с детьми с ОВЗ?

- а) нет необходимости повышать квалификацию;
- б) хотелось бы повысить квалификацию по некоторым вопросам коррекционной педагогики и коррекционной психологии;
- в) считаю необходимым получить дополнительное образование по коррекционной педагогике и коррекционной психологии.

11. Как вы относитесь к детям с ОВЗ:

- а) считаю, что детям с ОВЗ лучше обучаться в условиях специального образования (коррекционные школы);
- б) считаю, что детей с ОВЗ надо обучать в общеобразовательной школе со всеми детьми при условии адекватной организации для них специальных образовательных условий;
- в) считаю, что детей с ОВЗ надо обучать в специализированных классах общеобразовательных школ.

12. Что вы думаете об инклюзивном образовании?

- а) положительно отношусь к идее инклюзивного образования;
- б) хотелось бы принять позицию инклюзивного образования, но обнаруживаю неуверенность в правильности этого обучения;
- в) отрицательно отношусь к идее инклюзивного образования.

13. Как вы относитесь к комплектованию классов (групп) детей с различными особенностями состояния здоровья и психического развития?

- а) считаю, что классы (группы) детей следует комплектовать с учетом их состояния здоровья и психического развития;

- б) не исключая возможности совместного обучения здоровых детей и детей с ОВЗ, но придерживаясь идеи комплектования классов (групп) с учетом состояния здоровья;
- в) считаю возможным совместное пребывание детей с различным состоянием здоровья и психическим развитием.
14. Вам предложили работать в классе (группе), где дети с ОВЗ будут обучаться вместе со сверстниками, вы
- а) согласитесь;
- б) согласитесь на условиях достаточной профессиональной переподготовки;
- в) постараетесь аргументировать свой отказ, но если директор будет настаивать, согласитесь на условиях достаточной доплаты;
- г) категорически откажетесь.
15. Насколько у вас сформирована психологическая готовность к работе с детьми с ОВЗ?
- а) готовность полностью сформирована;
- б) постепенно формируется, но не в полной мере;
- в) такая готовность не сформирована.
16. Вам предложили взять класс (группу), где дети с ОВЗ будут обучаться вместе со сверстниками, вы согласитесь так как:
- а) вы понимаете, что дети с ОВЗ нуждаются в вашей помощи и сделаете все возможное для их успешного обучения;
- б) по объективным причинам не можете оспаривать решение директора;
- в) это приоритетное направление в образовании, это престижно, предоставляет возможность профессионального роста;
- г) работа в таких классах (группах) оплачивается выше.
17. Как вы считаете, влияет ли присутствие детей с ОВЗ на одноклассников без ограничений возможностей здоровья в условиях инклюзивного образования:
- а) нет никакого влияния присутствия детей с ОВЗ на одноклассников без ограничений возможностей здоровья в условиях инклюзивного образования;
- б) возможно положительное влияние детей с ОВЗ на одноклассников без ограничений возможностей здоровья в плане развития эмпатии, толерантности и пр.
- в) возможно негативное влияние детей с ОВЗ на одноклассников без ограничений возможностей здоровья в плане развития у здоровых детей нетерпимости, антипатии и неприятия детей с ОВЗ.
18. Оцените свое желание работать по программам для детей с ОВЗ
- а) занимаюсь и совершенствуюсь в освоении программ по работе с детьми с ОВЗ;
- б) иногда интересуюсь программами по работе с детьми с ОВЗ;
- в) не интересуюсь программами по работе с детьми с ОВЗ.
19. Беседы, которые проводит педагог с учениками в инклюзивном классе (группе) должны:
- а) обращать внимание учащихся на то, что у какого-то ребенка есть проблемы, и его надо опекать и жалеть;
- б) быть организованы так, чтобы у каждого ребенка были выделены сильные стороны, в т. ч. и у ребенка с ОВЗ;
- в) обращать внимание на то, что все дети разные, и формировать уважительное отношение друг к другу.
20. Мне кажется, что главным препятствием для включения детей с ОВЗ в инклюзивное образование является:
- а) страх и брезгливость педагогов;
- б) опасение педагогов, что ученики без ограничений возможностей здоровья будут ущемлены в правах, и им будет уделяться меньше времени на усвоение программы;
- в) опасение педагогов, что дети с ОВЗ не усвоят то, что могли бы усвоить в условиях специального учреждения.

21. Сформирована ли у вас профессиональная установка на готовность работать с любым ребенком, вне зависимости от его реальных возможностей, особенностей поведения, состояния физического и психического здоровья?

- а) такая установка не сформирована;
- б) постепенно формируется, но не в полной мере;
- в) установка полностью сформирована.

22. Оцените свою готовность к работе с детьми с ОВЗ в условиях инклюзивного образования:

- а) владею методами и приемами работы с детьми с ОВЗ, и знаю пути их интеграции в коллектив здоровых детей;
- б) имею ограниченные навыки работы с детьми с ОВЗ, и испытываю трудности в их интеграции в коллектив здоровых детей;
- в) не имею навыков работы и не знаю, каким образом помочь детям с ОВЗ в интеграции их в коллектив школьников без ограничений возможностей здоровья.

23. Оцените ваш уровень владения программами по работе с детьми с ОВЗ:

- а) владею программами по работе с детьми с ОВЗ;
- б) владею лишь некоторыми приемами и программами по работе с детьми с ОВЗ;
- в) не владею программами по работе с детьми с ОВЗ.

24. Готовы ли вы принять участие в разработке образовательных программ для обучения детей с ОВЗ?

- а) да;
- б) нет;
- в) затрудняюсь ответить.

25. Имеете ли вы опыт использования инновационных технологий в работе с детьми с ОВЗ:

- а) широко использую инновационные игровые, здоровьесберегающие технологии;
- б) иногда использую инновационные технологии, больше работаю по старинке;
- в) не считаю возможным использование инновационных технологий.

26. Оцените свою готовность к взаимодействию со специалистами социально-психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ:

- а) выражаю полную готовность к взаимодействию;
- б) считаю возможным частичное взаимодействие с данными специалистами;
- в) нет необходимости в таком взаимодействии.

27. Если бы у вас в классе (группе) был ребенок с ОВЗ, то вы:

- а) справились, у вас не будет с ним проблем;
- б) попросили бы перевести его в другой класс (группу), потому что у вас нет опыта для работы с ребенком с ОВЗ;
- в) обратились бы за помощью к специалистам, коллегам, имеющим опыт работы с ребенком с ОВЗ.

28. С какими детьми с ОВЗ вы готовы работать в вашем классе (группе)?

- а) готов работать с любыми детьми;
- б) все зависит от особенностей ребенка;
- в) не готов к работе с детьми с ОВЗ.

29. Как вы думаете, что нужно будет изменить в вашей работе, если в классе (группе) появятся дети с ОВЗ?

- а) использовать особые дидактические материалы, а также специальное оборудование;
- б) применять специальные технологии и методы обучения;
- в) ничего менять не стал бы.

30. Считаете ли вы себя психологически и профессионально готовыми к работе с детьми с ОВЗ?

а) да, моей профессиональной подготовки и психологических способностей достаточно для перехода к инклюзивному образованию;

б) обладаю определенным уровнем профессиональных навыков, однако не готов психологически;

в) готов психологически, но не обладаю достаточными профессиональными навыками;

г) нет, не готов к работе с детьми с ОВЗ ни психологически, ни профессионально.

Обработка и интерпретация результатов.

Подсчитайте количество баллов по таблице.

1	а – 0 б – 0 в – 2 г – 0	6	а – 2 б – 0 в – 0 г – 0	11	а – 0 б – 2 в – 1	16	а – 2 б – 0 в – 1 г – 0	21	а – 0 б – 1 в – 2	26	а – 2 б – 1 в – 0
2	а – 0 б – 0 в – 2 г – 0	7	а – 2 б – 1 в – 0	12	а – 2 б – 1 в – 0	17	а – 1 б – 2 в – 0	22	а – 2 б – 1 в – 0	27	а – 2 б – 0 в – 1
3	а – 0 б – 0 в – 0 г – 0 д – 2	8	а – 2 б – 1 в – 0	13	а – 0 б – 1 в – 2	18	а – 2 б – 1 в – 0	23	а – 2 б – 1 в – 0	28	а – 2 б – 1 в – 0
4	а – 2 б – 0 в – 0	9	а – 0 б – 1 в – 2	14	а – 2 б – 1 в – 0 г – 0	19	а – 0 б – 1 в – 2	24	а – 2 б – 0 в – 1	29	а – 1 б – 2 в – 0
5	а – 0 б – 2 в – 0	10	а – 2 б – 1 в – 0	15	а – 2 б – 1 в – 0	20	а – 0 б – 1 в – 2	25	а – 2 б – 1 в – 0	30	а – 2 б – 1 в – 1 г – 0

Обработка результатов: сопоставьте полученное количество баллов с критериями оценки:

- 51 – 60 баллов – высокий уровень;
- 50 – 30 баллов – средний уровень;
- 29 – 0 баллов – низкий уровень.

Интерпретация результатов:

Ответы на высказывания с 1-го по 10-й характеризуют уровень информационной готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ. Ответы на высказывания с 11-го по 20-й характеризуют уровень психологической (личностной) готовности. Ответы на высказывания с 21-го по 30-й характеризуют уровень профессиональной (деятельностной) готовности.

Высокий уровень готовности – у педагога имеются необходимые знания для организации инклюзивного образования, а также знания об индивидуальных особенностях и образовательных потребностях детей с ОВЗ. Педагог принимает ценности инклюзивного образования, имеет положительное отношение как с самим детям с ОВЗ, так и к необходимости организации инклюзивного образования. Педагог умеет отбирать оптимальные способы организации инклюзивного образования, владеет педагогическими технологиями для обеспечения условий организации инклюзивного образования. Педагог готов к сотрудничеству и взаимодействию со всеми участниками образовательных отношений.

Средний уровень готовности – у педагога имеются ограниченные знания в области инклюзивного образования, недостаточно знаний о формах и методах работы с детьми с

нарушениями в развитии. Педагог психологически может быть не готов к работе с детьми с ОВЗ. Недостаточно уверен в своих умениях и навыках по организации совместного образования детей возрастной нормы и детей с ОВЗ, хотя готов к освоению новых педагогических технологий для обеспечения условий организации инклюзивного образования.

Низкий уровень готовности – педагог не готов к работе с учащимися с ОВЗ ни психологически, ни профессионально. У педагога наблюдается сопротивление при реализации инклюзивного образования. Он не разделяет ценностей инклюзивного образования. Не готов обеспечить необходимые условия для организации обучения детей с ОВЗ. У него нет желания осваивать новые формы и методы работы, проявлять гибкость, использовать в учебном процессе индивидуальный и дифференцированный подходы, участвовать в создании специальных условий образования для обучающихся с ОВЗ.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Таблица 2 – Результаты диагностики приоритетных ценностей, психоэмоционального состояния, самооценки, стиля преподавания, уровня субъективного контроля, удовлетворенности трудом по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
1.	ЮЮН	4 – значимость отношений с коллегами	8 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	7 – высокий уровень субъективного контроля	8 – высокая степень удовлетворенности трудом
2.	ИНВ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние	4 – неустойчивая самооценка	5 – демократический стиль	4 – недостаточная сформированность ответственности	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
3.	ДЛА	6 – значимость отношений с коллегами	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – негативное самовосприятие	5 – авторитарный стиль	4 – недостаточная сформированность ответственности	6 – недостаточная удовлетворенность трудом
4.	ГЮВ	4 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – благополучное психоэмоц-е состояние	5 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – недостаточная сформированность ответственности	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
5.	КНВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	4 – демократический стиль	5 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
6.	ССП	5 – значимость интересов и проблем школьников	5 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние	5 – негативное самовосприятие	9 – демократический стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом

Продолжение Таблицы 2

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
7.	ВИИ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	4 – неустойчивая самооценка	4 – демократический стиль	6 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
8.	ТАВ	6 – значимость отношений с коллегами	8 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – неустойчивая самооценка	6 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	9 – недостаточная удовлетворенность трудом
9.	КЕЛ	5 – значимость отношений с коллегами	5 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние	5 – неустойчивая самооценка	6 – авторитарный стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	7 – недостаточная удовлетворенность трудом
10.	КМЕ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	6 – «попустительский» стиль	5 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
11.	БОО	5 – значимость отношений с коллегами	8 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	5 – авторитарный стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
12.	ВВВ	7 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние	5 – неустойчивая самооценка	5 – авторитарный стиль	6 – недостаточная сформированность ответственности	7 – недостаточная удовлетворенность трудом
13.	ЯАВ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	6 – авторитарный стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
14.	ЧАЮ	5 – значимость интересов и проблем школьников	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – недостаточная удовлетворенность трудом

Продолжение Таблицы 2

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
15.	МВВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	8 – демократический стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
16.	МНВ	5 – значимость отношений с коллегами	8 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	9 – демократический стиль	8 – недостаточная сформированность ответственности	7 – недостаточная удовлетворенность трудом
17.	ХЮМ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – недостаточная сформированность ответственности	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
18.	ГЕР	5 – значимость отношений с коллегами	5 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние	5 – неустойчивая самооценка	6 – авторитарный стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	7 – недостаточная удовлетворенности трудом
19.	КНВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	7 – высокий уровень субъективного контроля	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
20.	КУВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	7 – позитивное самовосприятие	6 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
21.	ГТМ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	8 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
22.	БАВ	5 – значимость отношений с коллегами	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	8 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – недостаточная удовлетворенности трудом

Продолжение Таблицы 2

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
23.	ПИШ	7 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	5 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	8 – высокая степень удовлетворенности трудом
24.	БЕС	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	5 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – высокая степень удовлетворенности трудом
Итого:		– 2 (8%) – значимость интересов и проблем школьников – 8 (33%) – значимость отношений с коллегами – 14 (59%) – концентрация на своих переживаниях и проблемах	– 5 (21%) – неблагоприятное психоэмоц-е состояние – 17 (71%) – нестабильность психоэмоц-го состояния – 2 (8%) – благоприятное психоэмоц-е состояние	– 11 (46%) – позитивное самовосприятие – 11 (46%) – неустойчивая самооценка – 2 (8%) – негативное самовосприятие	– 17 (71%) – демократический стиль – 1 (4%) – «попустительский тип» – 6 (25%) – авторитарный стиль	– 13 (54%) – высокий уровень субъективного контроля – 11 (46%) – недостаточная сформированность ответственности – 0 – сниженный уровень субъективного контроля	– 13 (54%) – высокая степень удовлетворенности трудом – 11 (46%) – недостаточная удовлетворенность трудом – 0 – неудовлетворенность трудом

Таблица 3 – Результаты диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман)

№ п/п	Код	Балл	Уровень профессионального стресса
1.	ЮЮН	35	низкий
2.	ИНВ	40	средний
3.	ДЛА	42	средний
4.	ГЮВ	30	низкий
5.	КНВ	25	низкий
6.	ССП	37	средний
7.	ВИИ	39	средний
8.	ТАВ	40	средний
9.	КЕЛ	30	низкий
10.	КМЕ	45	средний
11.	БОО	40	средний
12.	ВВВ	46	средний
13.	ЯАВ	46	средний
14.	ЧАЮ	46	средний
15.	МВВ	39	средний
16.	МНВ	38	средний
17.	ХЮМ	38	средний
18.	ГЕР	40	средний
19.	КНВ	34	низкий
20.	КУВ	38	средний
21.	ГТМ	31	низкий
22.	БАВ	35	низкий
23.	ПИШ	25	низкий
24.	БЕС	33	низкий
Итого:			-9 (38%) – низкий -15 (62%) – средний -0 – высокий

Таблица 4 – Результаты диагностики по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)

№ п/п	Код	Балл (ситуативный уровень)	Балл (надситуативный уровень)	Доминирующий уровень
1.	ЮЮН	6	11	надситуативный
2.	ИНВ	6	11	надситуативный
3.	ДЛА	8	6	ситуативный
4.	ГЮВ	6	12	надситуативный
5.	КНВ	6	12	надситуативный
6.	ССП	7	10	надситуативный
7.	ВИИ	6	12	надситуативный
8.	ТАВ	7	6	ситуативный
9.	КЕЛ	7	6	ситуативный
10.	КМЕ	7	8	надситуативный
11.	БОО	6	8	надситуативный
12.	ВВВ	6	8	надситуативный
13.	ЯАВ	5	9	надситуативный
14.	ЧАЮ	6	11	надситуативный
15.	МВВ	4	12	надситуативный
16.	МНВ	8	11	надситуативный
17.	ХЮМ	5	10	надситуативный
18.	ГЕР	7	6	ситуативный
19.	КНВ	5	11	надситуативный
20.	КУВ	5	12	надситуативный
21.	ГТМ	5	12	надситуативный
22.	БАВ	5	12	надситуативный
23.	ПИШ	7	10	надситуативный
24.	БЕС	5	13	надситуативный
			Итого:	- 4 (17%) – ситуативный - 20 (83%) – надситуативный

Таблица 5 – Результаты диагностики по анкете «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева)

№ п/п	Код	Балл	Уровень готовности
1.	ЮЮН	57	высокий
2.	ИНВ	50	средний
3.	ДЛА	42	средний
4.	ГЮВ	46	средний
5.	КНВ	50	средний
6.	ССП	54	высокий
7.	ВИИ	41	средний
8.	ТАВ	45	средний
9.	КЕЛ	44	средний
10.	КМЕ	45	средний
11.	БОО	42	средний
12.	ВВВ	46	средний
13.	ЯАВ	52	высокий
14.	ЧАЮ	46	средний
15.	МВВ	52	высокий
16.	МНВ	48	средний
17.	ХЮМ	50	средний
18.	ГЕР	45	средний
19.	КНА	55	высокий
20.	КУВ	51	высокий
21.	ГТМ	52	высокий
22.	БАВ	52	высокий
23.	ПИШ	54	высокий
24.	БЕС	55	высокий
Итого:			- 10 (41%)– высокий - 14 (59%)– средний - 0 – низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Занятие 1. «Нормативно-правовые основы реализации инклюзивного образования».

Цель: усвоить нормативно-правовые основы реализации инклюзивного и интегрированного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Здравствуйтесь, уважаемые коллеги.

Практика инклюзивного образования прочно вошла в нашу жизнь. Все больше детей с разными проблемами в развитии приходят в наши учреждения.

Перед нами уже не стоит вопрос «кто с ними должен работать», перед нами стоит вопрос «как это делать». Эффективность всего образовательного процесса во многом определяется готовностью педагога к взаимодействию как с ребенком с особенностями развития, так и с его семьей. Вместе с тем, готовность педагогов к социализации, обучению и развитию «особых» детей часто оказывается за рамками компетентности.

Давайте вместе с вами вспомним нормативные документы, которыми мы должны руководствоваться в нашей работе.

(Педагогам демонстрируется презентация, где представлена основная нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность педагога в условиях образовательной организации.)

Инклюзивное образование в Российской Федерации регулируется Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», федеральным законом «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», а также Конвенцией о правах ребенка и Протоколом 1 Европейской конвенции о защите прав человека и основных свобод. В 2008 году Россия подписала Конвенцию ООН «О правах инвалидов». В Российской Федерации действует Федеральная целевая программа «Доступная среда».

Необходимость инклюзивного образования возникла с принятием Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, когда в образовательной организации могут обучаться «различные» дети с разными возможностями психического и/или физического здоровья. В главе 1, ст. 1, п. 27 сказано: «Инклюзивное образование - обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей», следовательно, образовательные организации обязаны обеспечить все необходимые условия для осуществления инклюзивного образования в современном обществе. Рассмотрим некоторые статьи Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», касающиеся обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Введены новые понятия:

- статья 2 п. 16 Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

- статья 2 п. 23 Индивидуальный учебный план – учебный план, обеспечивающий освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

- статья 2 п. 27 Инклюзивное образование – обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.

- статья 2 п. 28 Адаптированная образовательная программа – образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с

учетом особенностей их психофизиологического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

- статья 2 п. 29 Качество образования – комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется образовательная деятельность, в том числе степень достижения планируемых результатов образовательной программы. Основные права обучающихся.

- статья 34 п. 1.3. Обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами. Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.

- статья 42 п.1. Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь оказывается детям, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации в центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, создаваемых органами государственной власти субъектов Российской Федерации, а также психологами, педагогами-психологами организаций, осуществляющих образовательную деятельность, в которых такие дети обучаются.

- статья 42 п.2. Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь включает в себя: психолого-педагогическое консультирование обучающихся, их родителей (законных представителей) и педагогических работников; 2) коррекционно-развивающие и компенсирующие занятия с обучающимися, логопедическую помощь обучающимся 3) Комплекс реабилитационных и других медицинских мероприятий 4) Помощь обучающимся в профориентации, получении профессии и социальной адаптации.

- статья 48 п. 1.6. Учитывать особенности психофизического развития обучающихся и состояние их здоровья, соблюдать специальные условия, необходимые для получения образования лицами с ограниченными возможностями здоровья, взаимодействовать при необходимости с медицинскими организациями. Промежуточная аттестация обучающихся

- статья 79 п.1. Содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

- статья 79 п.2. Общее образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам. В таких организациях создаются специальные условия для получения образования указанными обучающимися.

- статья 79 п.3. Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья в настоящем Федеральном законе понимаются условия обучения, воспитания и развития таких обучающихся, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

- статья 79 п.4. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

- статья 79 п.6. Особенности организации образовательной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, совместно с федеральным органом

исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере социальной защиты населения.

- статья 79 п. 11. При получении образования обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Указанная мера социальной поддержки является расходным обязательством субъекта Российской Федерации в отношении таких обучающихся, за исключением обучающихся за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета. Для инвалидов, обучающихся за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, обеспечение этих мер социальной поддержки является расходным обязательством Российской Федерации.

- статья 79 п.12. Государство в лице уполномоченных им органов государственной власти Российской Федерации и органов государственной власти субъектов Российской Федерации обеспечивает подготовку педагогических работников, владеющих специальными педагогическими подходами и методами обучения и воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, и содействует привлечению таких работников в организации, осуществляющие образовательную деятельность.

Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего и основного общего образования указывают, что при организации образовательной деятельности необходимо учитывать особенности развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья через создание индивидуального учебного плана обучения. Национальная стратегия действия в интересах детей на 2012-2017 годы (утв. Указом Президента РФ от 1 июня 2012 г. №761) предусматривает законодательное закрепление обеспечения равного доступа детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья к качественному образованию всех уровней, гарантированной реализации их права на инклюзивное образование по месту жительства, а также соблюдения права родителей на выбор образовательного учреждения.

Далее необходимо указать на то обстоятельство, что утверждён приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)", приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья", Санитарные правила устанавливают санитарно-эпидемиологические требования к: организации образовательной деятельности (Постановление от 10 июля 2015 года N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья").

Настоящие санитарно-эпидемиологические правила и нормативы направлены на охрану здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья в период пребывания их в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Санитарные правила распространяются на организации, осуществляющие образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ с дневным или круглосуточным (круглогодичным) пребыванием в них обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также распространяются на отдельные классы и/или группы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в том числе группы продленного дня, организованные в образовательных организациях.

Главный импульс инклюзивному образованию был дан 1994 г. на Всемирной Конференции по образованию лиц с особыми потребностями, проходившей в Испании. Этот документ призывает государства действовать в направлении создания «школ для всех».

Согласно Саламанкской декларации о принципах, политике и практической деятельности в сфере образования лиц с особыми потребностями (Саламанка, Испания, 7-10 июня 1994 г.):

- каждый ребенок имеет основное право на образование и должен иметь возможность получать и поддерживать приемлемый уровень знаний;

- каждый ребенок имеет уникальные особенности, интересы, способности и учебные потребности;

- необходимо разрабатывать системы образования и выполнять образовательные программы так, чтобы принимать во внимание широкое разнообразие этих особенностей и потребностей;

- лица, имеющие особые потребности в области образования, должны иметь доступ к обучению в обычных школах.

ЮНЕСКО выступает за поддержку равенства возможностей для людей-инвалидов и видит инклюзивное образование как позитивный шаг навстречу разнообразию и уникальности детей, предлагает рассматривать различия детей не как проблему, а как возможности развития процесса обучения, обеспечивающего доступность образования для любых групп детей.

В 2001 г. В Дакаре 100 стран мира приняли масштабную программу «Образование для всех». Россия в 2006 г. объявила об участии в этой программе. Одна из целей программы «Образование для всех» состоит в том, чтобы к 2015 году каждый ребенок получил начальное образование.

Первые инклюзивные образовательные учреждения появились в нашей стране на рубеже 1980 - 1990 гг. Начиная с 90-х годов, в России формируется новая образовательная система для детей с ограниченными возможностями здоровья. Новая политика в образовании нашла своё отражение в нормативных документах как государственного масштаба, так и регионального.

Важным федеральным документом в области образования детей-инвалидов, является государственной программа Российской Федерации «Доступная среда» на 2011-2015 годы, которая призвана реализовать комплекс мероприятий по созданию в обычных образовательных организациях универсальной безбарьерной среды. Программа «Доступная среда» ориентирует общество на преодоление барьеров, разделяющих обычных людей, и инвалидов. В первую очередь речь идет о физических барьерах: устройство зданий, дороги, переходы, мебель, места общего пользования требуют переоборудования с учетом специфических запросов инвалидов. Но основные барьеры - информационные и коммуникационные. Преодолению данных барьеров способствует специализированное оборудование для организации образовательного процесса.

С осени 1992 года в России началась реализация проекта «Интеграция лиц с ограниченными возможностями здоровья». В результате в 11-ти регионах были созданы экспериментальные площадки по интегрированному (инклюзивному) обучению детей-инвалидов.

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» закрепил в качестве принципа государственной политики адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки учащихся и воспитанников.

Концепцией модернизации российского образования в 2010 году определены приоритеты образовательной политики в области специальной (коррекционной) педагогики в виде постепенной интеграции и дальнейшей социализации детей с ОВЗ.

Приоритетным является изменение общественного сознания, изменение отношения общества к таким людям, а также изменение парадигмы специального образования: концепция «социальной полезности» заменяется концепцией самоактуализации, саморазвития, самосовершенствования детей с ограниченными возможностями здоровья. Отправной точкой модернизации специального (коррекционного) образования является ориентация на нормально развивающихся детей (как бы они ни развивались). Основоположником этой идеи является Л.С. Выготский

Итак, мы далее обозначаем свод основных нормативных документов, регламентирующих образовательную деятельность детей (лиц) с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования.

Международные документы: Конвенция ООН о правах ребенка (1989 г.); Декларация тысячелетия, принятая на 53 сессией Всемирной организации здравоохранения (2003 г.); Стратегические направления улучшения здоровья и развития детей и подростков (2003 г.); Европейская стратегия «Здоровье и развитие детей и подростков»; Саламанкская Декларация (Испания) (1994 г.);

Документы Российской Федерации: Конституция Российской Федерации; Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в российской Федерации»; Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»; Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»; Федеральный закон «Основы

законодательства по охране здоровья граждан РФ»; Федеральный закон «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений»; Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»; Федеральный закон Концепция развития системы здравоохранения в РФ до 2020 года.

Правовые документы регионального уровня: Закон Челябинской области от 29.08.2013 г. № 519-30 «Об образовании в Челябинской области»; Постановление Правительства Челябинской области от 27.09.12г. № 520-4-П «Об областной целевой Программе развития образования в Челябинской области на 2013-15гг.»; Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 26.04.13г. № 01/1326 «О внесении изменений в приказ Челябинской области от 04.06.10г. № 01-376»; Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 15.08.2008г. № 04-4240 «О рекомендациях по созданию условий образования детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов Челябинской области».

Для институционального уровня обязательны следующие локальные нормативные акты образовательной организации: Об организации обучения детей с ограниченными возможностями здоровья; Об утверждении требований к индивидуальному учебному плану.

Подведение итогов.

И завершить наш тренинг хотелось бы притчей о Солнце и Ветре.

Притча древнегреческого мудреца Эзопа. Однажды Солнце и сердитый северный Ветер затеяли спор о том, кто из них сильнее.

Долго они спорили и, наконец, решились померяться силами с путешественником, который в это самое время ехал верхом по большой дороге. - Посмотри, - сказал Ветер, - как я налечу на него: и мигом сорву с него плащ. Сказал – и начал дуть, что было мочи. Но чем более старался Ветер, тем сильнее закутывался путешественник в свой плащ: он ворчал на непогоду, но ехал все дальше и дальше. Ветер сердился, свирепел, осыпал бедного путника дождем и снегом; проклиная Ветер, путешественник надел свой плащ в рукава и подвязался поясом. Тут уж Ветер сам убедился, что ему плаща не сдернуть. Солнце, видя бессилие своего соперника, улыбнулось, выглянуло из-за облаков, обогрело, осушило землю, а вместе с ней и бедного полузамерзшего путешественника. Почувствовав теплоту солнечных лучей, он приободрился, благословил Солнце, сам снял свой плащ и привязал его к седлу. - Видишь ли, - сказала тогда кроткое Солнце сердитому Ветру, - лаской и добротой можно сделать гораздо больше, чем яростью и гневом!

Рефлексия. Обмен мнениями.

Занятие 2. «Психологическая безопасность образовательной среды как фактор формирования психологического здоровья учащихся и педагогов» (Приложение 2).

Цель: проанализировать состояние психологического здоровья присутствующих педагогов, используя полученную информацию на практике.

Материалы и оборудование: игрушечная корона, карточки с готовыми выражениями.

Ход занятия

Эмоциональный настрой участников на предстоящую работу.

Упражнение «Поздороваемся».

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

Инструкция: Психолог предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача – поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Упражнение «Карусель».

Цель: формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты; развитие эмпатии и рефлексии в процессе обучения.

В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком. Задание: легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься.

Инструкция: Члены группы встают по принципу «карусели», т.е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный.

Примеры ситуаций:

Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой встрече...

Перед вами незнакомый человек. Познакомьтесь с ним...

Перед вами маленький ребенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его.
Друг, которого давно не видели...
Знакомый, которому не очень рады...

Упражнение «Корона».

Цель: дать возможность участникам почувствовать переживания, которые возникают во время общения, когда их заставляют действовать соответственно стереотипам.

Материалы и оборудование: игрушечная корона, карточки с готовыми выражениями.

Ход упражнения:

На каждой «короне» должно быть написано одно из выражений:

«Улыбайся мне»

«Будь со мной сердитым»

«Игнорируй меня»

«Разговаривай со мной так, будто мне 5 лет»

«Подбадривай меня»

«Говори мне, что я ничего не умею»

«Жалей меня»

«Разговаривай со мной, как с кумиром»

«Соглашайся с каждым моим словом»

«Говори мне комплименты»

Каждому одевается на голову «корона» таким образом, чтобы тот не видел, что на ней написано. После этого группе дается тема для обсуждения, но обращаться во время общения к участникам своей группы нужно так, как написано на его «короне»

ТЕМА: _____

Через 10 минут все участники по очереди, не снимая «корон», отвечают на вопрос тренера: «что написано на его короне?»

Обсуждение: 1. Чем в реальной жизни могут быть «короны»?

2. Как влияет наличие подобных ярлыков на общение?

3. Как часто мы сталкиваемся с ситуациями навешивания ярлыков?

4. Как вы себя чувствовали в реальной жизни, когда кто-то навешивал на вас ярлык?

5. Как вы думаете откуда мы берем наши представления о других?

Подведение итогов.

Рефлексия. Обмен мнениями.

Занятие 3. «Психологическое здоровье педагога. Профилактика эмоционального выгорания»

Цель: сохранение психического здоровья и развитие эмоциональной устойчивости педагогов, обучение способам профилактики и преодоления эмоциональной напряженности.

Материалы и оборудование: листы ватмана, маркеры, мелки, карандаши; компьютер, колонки, плейлист с релаксационной музыки; карточки для упражнений «Портрет педагога», «Откровенно говоря...», «Калоши счастья», «Моя аффирмация»; рефлексивный кубик, бумага, ручки.

Ход занятия

Приветствие

Психолог: «Начните хлопать в ладоши, постепенно попытайтесь найти общий ритм, чтобы все хлопали в ладоши одновременно. Хлопая в ладоши одновременно, давайте поприветствуем друг друга, скажем: «Здравствуйте». Добрый день! Я рада встрече с вами. Сегодня мы с вами поговорим о самой важной составляющей здоровья – психологическом благополучии. А чтобы то время, которое мы проведем вместе, оказалось для вас продуктивным, работать мы будем в режиме взаимодействия. Ведь как гласит древняя мудрость: “Расскажи мне – и я забуду, покажи мне – и я запомню, вовлеки меня – и я пойму и чему-то научусь».

Упражнение «Поза Наполеона»

Цель: педагоги эмоционально раскрепощаются, настраиваются на работу.

Инструкция: Участникам показывается три движения: руки скрещены на груди, руки вытянуты вперед с раскрытыми ладонями и руки сжаты в кулаки. По команде ведущего: «Раз, два, три!», каждый участник одновременно с другими должен показать одно из трех движений (какое понравится). Задача в том, чтобы большинство участников показали одинаковое движение.

Комментарий психолога: «Это упражнение показывает, насколько вы готовы к работе. Если большинство показали ладони, значит, они готовы к работе и достаточно открыты. Кулаки показывают агрессивность, поза Наполеона – некоторую закрытость или нежелание работать».

Мини-лекция: «Профессиональное здоровье педагога»

Цель: обратить внимание педагогов на профессиональное здоровье.

Информация к размышлению:

Ни для кого не секрет, что профессия педагога относится к разряду стрессогенных и требует от него больших резервов самообладания и саморегуляции. Неудивительно, что показатели физического и психического здоровья снижаются по мере увеличения стажа работы. Увеличивается не только учебная нагрузка, вместе с ней растет и нервно-психическое напряжение личности, переутомление. Различного рода перегрузки усугубляются многочисленными страхами: страх не найти поддержки; страх оказаться непрофессионалом; страх перед контролем. Такая ситуация достаточно быстро приводит к эмоциональному истощению педагогов, известному как «синдром эмоционального выгорания». Исследования показали, что лишь 30% педагогов находятся в зоне психологического благополучия. Около 40% — имеют умеренные нервные расстройства, им необходима специальная психологическая помощь.

Синдром эмоционального выгорания развивается постепенно – проходит три лестничных пролета в глубины профессиональной непригодности [77]:

1 стадия – начинается приглушением эмоций, сглаживанием остроты чувств; специалист неожиданно замечает: вроде бы все пока нормально, но... скучно и пусто на душе; исчезают положительные эмоции, появляется некоторая отстраненность в отношениях с членами семьи; возникает состояние тревожности, неудовлетворенности; возвращаясь домой, все чаще хочется сказать: «Не лезьте ко мне, оставьте в покое!».

2 стадия – возникают недоразумения с коллегами, родителями воспитанников – вначале это с трудом сдерживаемая антипатия, а затем и вспышки раздражения.

3 стадия – притупляются представления о ценностях жизни, эмоциональное отношение к миру «уплощается», человек становится опасно равнодушным ко всему.

«Эмоционально выгоревшие» педагоги отличаются повышенной тревожностью, агрессивностью, категоричностью. Эти проявления значительно ограничивают творчество и стремление к самосовершенствованию. В результате личность педагога претерпевает ряд таких деформаций, как негибкость мышления, излишняя прямолинейность, поучающая манера говорить, чрезмерность пояснений, мыслительные стереотипы, авторитарность. Педагог становится своеобразной «ходячей энциклопедией»: он знает, что нужно, как нужно, когда, зачем и почему, и чем все это закончится. Но при этом он становится абсолютно закрытым и невосприимчивым к любым новшествам.

Первый признак выгорания – эмоциональное истощение, соматизация.

Появляется чувство перенапряжения, эмоциональные и физические ресурсы исчерпаны, появляется чувство усталости, не проходящее после ночного сна, выходных и нередко даже после отпуска.

Вторым признаком выгорания является – личностная отстранённость.

Человек перестает интересоваться профессиональной деятельностью, у него не вызывает эмоционального отклика ни положительное, ни отрицательное.

Третьим признаком является ощущение утраты собственной эффективности и падение самооценки.

Человек не видит перспектив в своей работе.

Профессиональное «выгорание» – это не медицинский диагноз, и вовсе не означает, что такое состояние присуще каждому человеку на определенном этапе его жизни и карьеры. Однако «выгорание» довольно коварный процесс и возникает в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без «соответствующей» разрядки или «освобождения» от них. Опасность выгорания в том, что это не кратковременный эпизод, а долговременный процесс «сгорания дотла». Мало осознавая его симптомы, педагог начинает испытывать неудовлетворенность в жизни.

Психолог: «Как вы думаете, какие факторы способствуют возникновению синдрома «выгорания»?

Основной фактор – это хронический стресс на рабочем месте, к которому приводят:

- предъявление завышенных требований и высокая рабочая нагрузка;

- отсутствие или недостаток поддержки со стороны коллег и начальства;
- недостаток вознаграждения за работу (морального и материального);
- невозможность влиять на принятие важных решений;
- необходимость внешне проявлять эмоции, не соответствующие реальным (необходимость быть эмпатичным, вежливым, улыбчивым);
- работа с тяжелыми людьми (агрессивными, нервными);
- отсутствие каких-либо интересов вне работы;
- переживание несправедливости и неудовлетворенности работой.

Способы профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний

Для профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний можно использовать следующие способы:

- экономно расходовать свои эмоционально-энергетические ресурсы. Сила разума способна нейтрализовать отрицательное влияние многих событий и факторов. Будьте оптимистами. Игнорируйте мрачные стороны жизни, позитивно оценивайте события и ситуации.

Для этого следует:

- жить под девизом: «В целом все хорошо, а то, что делается – делается к лучшему»;
- воспринимать неудовлетворительные обстоятельства жизни как временные и пытаться изменить их к лучшему;
- помнить, что стрессы реже «пристают» к человеку, который умеет дурачиться, или, как говорят, «валять дурака». Например, дома побоксируйте с воображаемым противником, состройте самому себе рожицу перед зеркалом, наденьте на себя что-нибудь экстравагантное, поиграйте с игрушкой вашего ребенка...
- подмечать свои достижения, успехи и хвалить себя за них, радоваться доступным целям.

Упражнение «Портрет педагога»

Цель: активизация мыслительной деятельности, «включение» в проблему профессионального выгорания педагога.

Материалы и оборудование: листы ватмана, маркеры, мелки, карандаши.

Инструкция: Упражнение выполняется в группах. В группе вырабатывается единство мнений по данному вопросу. После завершения обсуждения, представитель каждой группы зачитывает групповой список выбранных качеств, аргументируя его.

Задание А. Выберите 5 из 29 личностных качеств педагога, наиболее затрудняющих, на Ваш взгляд, педагогическое взаимодействие.

Список личностных качеств педагога

- | | |
|---------------------|-------------------------------|
| • | • |
| • Вспыльчивость. | • Справедливость. |
| • Прямолинейность. | • Терпимость. |
| • Торопливость. | • Ответственность. |
| • Резкость. | • Оптимизм. |
| • Себялюбие. | • Принципиальность. |
| • Упрямство. | • Требовательность к себе. |
| • Обидчивость. | • Требовательность к ребенку. |
| • Мстительность. | • Самоуважение. |
| • Сухость. | • Уважение личности ребенка. |
| • Педантичность. | • Доброжелательность. |
| • Медлительность. | • Эмоциональность. |
| • Необязательность. | • Самообладание. |
| • Забывчивость. | • Уравновешенность. |
| • Нерешительность. | • Демократичность. |
| • Пристрастность. | |

Задание Б. Отберите 5 из 29 личностных качеств педагога, которые имеют решающее значение в педагогическом взаимодействии. Работа ведется таким же образом, как в задании А).

Список личностных качеств педагога

- | | |
|------------------|--------------------|
| • Вспыльчивость. | • Прямолинейность. |
|------------------|--------------------|

- Торопливость.
- Резкость.
- Себялюбие.
- Упрямство.
- Обидчивость.
- Мстительность.
- Сухость.
- Педантичность.
- Медлительность.
- Необязательность.
- Забывчивость.
- Нерешительность.
- Пристрастность.
- Справедливость.
- Терпимость.
- Ответственность.
- Оптимизм.
- Принципиальность.
- Требовательность к себе.
- Требовательность к ребенку.
- Самоуважение.
- Уважение личности ребенка.
- Доброжелательность.
- Эмоциональность.
- Самообладание.
- Уравновешенность.
- Демократичность.

Задание В. Инструкция: «Вам предлагается нарисовать или метафорически изобразить портрет эмоционально выгоревшего педагога».

Задание Г. Инструкция: «Вам предлагается нарисовать или метафорически изобразить портрет эмоционально благополучного педагога».

Далее тренер предлагает каждой подгруппе рассказать о том образе, который у них получился.

Вопросы для обсуждения:

- Каковы причины снижения уровня психического и физического здоровья педагогов?

- Каким образом можно сохранить «психофизиологический потенциал» педагога?

Задача психолога сделать акцент на значимости внутренних резервов педагога в преодолении профессионального выгорания, на том, что многое зависит от нас самих.

Упражнение «Дерево моего «Я» (И. В. Орлова)

Цель: осознание себя в стрессовой ситуации, в системе профессионального и личностного общения;

Материалы и оборудование: бумага, маркеры, релаксационная музыка.

Содержание: «Давайте совершим экскурсию в глубину собственного «Я». Это «Я» можно изобразить в виде дерева с разными веточками и корнями. Одна из веточек - «качества, которые мешают», другая - «помогают» в вашей профессии». Нарисуйте корни вашего дерева. Корни – это ваши стержневые качества, которые помогают вам постоянно расти и изменяться».

После того, как участники группы выполняют задание, они по желанию рассказывают о своем дереве.

Упражнение «Откровенно говоря» (5–7 мин.)

Цель: вербализация и осознание педагогами проблемы эмоционального выгорания.

Материалы и оборудование: карточки с незаконченными фразами.

Инструкция: Вам нужно вытянуть любую карточку с незаконченным предложением и попытаться закончить фразу откровенно и честно.

Карточки с неоконченными предложениями к упражнению «Откровенно говоря»

- Откровенно говоря, когда я думаю о предстоящем уроке...
- Откровенно говоря, когда я готовлюсь к занятиям...
- Откровенно говоря, когда я прихожу домой после работы...
- Откровенно говоря, когда я волнуюсь...
- Откровенно говоря, когда я пишу планы (проверяю тетради)...
- Откровенно говоря, когда я прихожу на урок...
- Откровенно говоря, когда я разговариваю с родителями...
- Откровенно говоря, когда ко мне на урок приходят родители...
- Откровенно говоря, когда ко мне на занятие приходят завучи или методисты...
- Откровенно говоря, когда я провожу родительское собрание...
- Откровенно говоря, когда мой рабочий день...
- Откровенно говоря, когда я провожу свой урок...
- Откровенно говоря, когда работа с детьми...

- Откровенно говоря, моя работа...
- Откровенно говоря, когда я думаю о работе...
- Откровенно говоря, мое здоровье...
- Откровенно говоря, когда я разговариваю с заведующей...
- Откровенно говоря, когда я вижу ребенка...
- Откровенно говоря, после рабочего дня...
- Откровенно говоря, когда я заполняю журнал...
- Откровенно говоря, когда я выставляю оценки...
- Откровенно говоря, когда наступает пора каникул...
- Откровенно говоря, когда я слышу звонок на урок...
- Откровенно говоря, люди, с которыми я работаю...
- Откровенно говоря, когда я собираюсь на работу...
- Откровенно говоря, неприятности на работе...
- Откровенно говоря, успехи на работе...

Подведение итогов занятия

Психолог: «А сейчас я вас попрошу поделиться своими эмоциями, впечатлениями от сегодняшнего нашего с вами занятия. Оправдались ли ваши ожидания сегодня?»

Занятие 4. Продолжение занятия 3 «Психологическое здоровье педагога. Профилактика эмоционального выгорания»

Цель: профилактика эмоционального выгорания педагогов, сохранения психического здоровья и душевного благополучия.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, запись фонограммы «Вода», листы бумаги, фломастеры, цветные карандаши, магнитные доски, варианты ситуаций на подгруппу из 3-5 человек для упражнения «+5», ручки.

Ход занятия

Эмоциональный настрой участников на предстоящую работу.

Упражнение «Поздороваемся».

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

Инструкция: Психолог предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача – поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Психолог: «Коллеги, предлагаю Вам вспомнить изученный материал прошлого занятия.

1. Что такое психологическое здоровье?
2. Что такое синдром эмоционального выгорания?
3. Сколько стадий проходит человек с синдромом эмоционального выгорания?
4. Какие существуют признаки выгорания?
5. Назовите способы профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний.»

Психолог: «У психологически здорового человека «Я» всегда должно преобладать, так как любовь к себе и позитивное восприятие себя является одним из факторов психологического здоровья».

Психолог: «А сейчас для раскрытия своего внутреннего потенциала и повышения самооценки мы предлагаем вам выполнить упражнение, которое называется «Я – подарок для человечества».

Упражнение «Я – подарок для человечества».

Цель: поднятие самооценки, раскрытие своего внутреннего потенциала, овладение навыками самопрезентации.

Материалы и оборудование: листы бумаги, фломастеры, цветные карандаши, магнитные доски.

Психолог: «Каждый человек – это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо каждому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность, почему вы являетесь подарком для человечества».

В форме какого подарка вы бы преподнесли себя человечеству? Нарисуйте его и укажите все свои положительные качества.

Аргументируйте свое утверждение фразой «Я – подарок для человечества, так как я...».

Вопросы для обсуждения: Легко ли было найти аргументы в пользу своей уникальности?

Психолог: Следующее наше упражнение поможет вам даже в негативных жизненных ситуациях увидеть положительные моменты.

Ваше позитивное отношение к себе и к жизни, ваши хорошие мысли, слова и образы являются источником успеха в жизни. Позитивное мышление – умение правильно смотреть на мир. Умение перестроиться с «—» на «+».

Упражнение «+5».

Цель: формирование позитивного мышления.

Материал и оборудование: варианты ситуаций на подгруппу из 3-5 человек, листы бумаги, ручки.

Инструкция: участники объединяются в команды, и каждой команде зачитывается по одному примеру.

1. После праздников я поправилась на 5 кг.

2. В этом году вместо запланированного отдыха за границей я буду всё лето «торчать» вместе со свекровью на даче.

3. До зарплаты ещё 2 недели, а в кошельке 500 рублей.

Психолог: Необходимо сделать ревизию всех негативных событий, которые занимают ваш разум. Для каждого негативного события нужно найти 5 выгод, 5 положительных сторон конкретной проблемы.

Пример: Вас уволили с работы:

Выгода:

- работа все равно не приносила удовлетворения, поэтому появилась возможность найти что-то более интересное;

- можно отоспаться;

- появилась прекрасная возможность отдохнуть немного;

- отличный шанс устроиться более высокооплачиваемую должность и добиться успеха на новой работе;

- замечательный повод научиться более рационально вести личный бюджет.

Вопросы для обсуждения: Легко ли было найти позитивное решение?

Психолог: А сейчас нам бы хотелось научить Вас еще одному способу снятия нервного и мышечного напряжения.

Релаксационное упражнение «Источник».

Цель: снятие психического напряжения, мышечных зажимов, высвобождение внутренней энергии.

Необходимый материал: компьютер, колонки, запись фонограммы «Вода».

Инструкция: Всем участникам предлагается сесть удобно, расслабиться, закрыть глаза. Под фонограмму «Вода» психолог спокойно и четко проговаривает текст:

«Представьте, что вы идете по тропинке в лесу, наслаждаясь пением птиц. Сквозь пение птиц ваш слух привлекает шум льющейся воды. Вы идете на этот звук и выходите на источник, бьющий из гранитной скалы. Вы видите, как его чистая вода сверкает в лучах солнца, слышите его плеск в окружающей тишине. Вы проникаетесь ощущением этого особенного места, где все гораздо чище и яснее, чем обычно. Начните пить воду, ощущая, как в вас проникает ее благотворная энергия, просветляющая чувства. Теперь встаньте под источник, пусть вода льется на вас. Представьте, что она способна протекать сквозь каждую вашу клетку. Представьте также, что она протекает сквозь бесчисленные оттенки ваших чувств и эмоций, что она протекает сквозь ваш интеллект. Почувствуйте, что вода вымывает из вас весь тот психологический сор, который неизбежно накапливается день за днем – разочарования, огорчения, заботы, всякого рода мысли. Постепенно вы чувствуете, как чистота этого источника становится вашей чистотой, а его энергия – вашей энергией. Наконец, представьте, что вы и есть этот источник, в котором все возможно и жизнь которого постоянно обновляется».

По окончании упражнения участникам предлагается постепенно открыть глаза.

Заключительный этап

Психолог: Уважаемые педагоги! Подходит к завершению наш сегодняшний тренинг.

Рефлексия «Мне сегодня...»

Каждый участник группы должен завершить фразу: «Мне сегодня...», оправдались ли ваши ожидания?

Психолог: Жизненный успех не дается без труда, иногда без тяжелых потерь. Надо быть готовым с наименьшими страданиями пройти через обиды, неудачи, потери. Для этого следует приучить себя не пропускать в сферу эмоций чрезмерные раздражители, несущие боль и отрицание многих человеческих ценностей. И напоследок, будьте внимательны к себе: это поможет вам заметить первые симптомы усталости. Любите себя или, по крайней мере, старайтесь себе нравиться. Любите жизнь, и она обязательно ответит вам тем же!

Занятие 5. Тренинг для педагогов «Мир особого ребенка»

Цель: Развитие профессионально-личностной готовности педагога к работе с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья; психологическое просвещение педагогов в вопросах работы с детьми с ОВЗ, коррекция эмоционального отношения педагогов к детям.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист расслабляющей музыки, магнитная доска, макет солнца, лучи солнца (бумажные, бумага, карандаши и ручки, фломастеры, маркеры, заготовленная схематичная фигура мальчика, вырезанная из ватмана без улыбки (сделать отдельно улыбку и на двухсторонний скотч, проектор)

Ход занятия

Психолог: Добрый день, уважаемые педагоги! Надеюсь на плодотворную работу и на то, что каждый сегодня уйдет с определенным багажом информации. Мы собрались сегодня здесь, для того чтобы поговорить о детях с особенностями развития, и об отношении к ним.

Психолог (зачитывает стихотворение):

Мир «особого» ребенка

Интересен и пуглив.

Мир «особого» ребенка

Безобразен и красив.

Неуклюж, порою странен,

Добродушен и открыт

Мир «особого» ребенка.

Иногда он нас страшит.

Почему он агрессивен?

Почему он так закрыт?

Почему он так испуган?

Почему не говорит?

Мир «особого» ребенка –

Он закрыт от глаз чужих.

Мир «особого» ребенка

Допускает лишь своих!

Разминка. Упражнение «Передай импульс».

Цель: настраивание на работу, создание психологически непринужденной атмосферы.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист расслабляющей музыки.

Психолог: Предлагаю перед активной работой немного зарядиться энергией. Давайте создадим большой круг. Закройте глаза, представьте радостное солнце, свежий зеленый лес, нежный ветерок играет в ваших волосах, улыбнитесь. Почувствуйте, как Вы заряжаетесь от энергии природы. А теперь, возьмитесь за руки. Сейчас спокойно, уверенно начнем передавать импульс радости, духовных сил друг другу. Вот мы с вами образовали круг добра и энергии. Встряхните руки и активно выдохните, на счет «Три». Раз, два, три! Замечательно! (релаксационная музыка).

Основная часть.

Психолог: Работа с детьми несет в себе некоторые сложности, требуется повышенное внимание, терпение, ответственность, смекалка. А работа с детьми, у которых есть какие-либо нарушения в развитии вдвойне сложна. Для того, чтобы процесс воспитания и обучения проходил легче для вас и для детей необходимо принять их такими, какие они есть. Но для начала следует принять себя.

Упражнение «Солнце способностей».

Цель: осознание собственных способностей.

Материалы и оборудование: макет солнца, лучи солнца, скотч.

Инструкция: Задача участников создать солнце своих способностей. Каждому раздаются лучики. Участники пишут на них свои качества, способности, умения, которые им помогают в работе с детьми. Затем каждый приклеивает свой лучик к общему солнцу.

Вопросы для обсуждения

— Кто испытывал неловкость, затруднения?

— Узнали ли вы что-то новое о своих коллегах?

Психолог: Большой «багаж» способностей мы с вами собрали. Пусть это солнце греет нас всё занятие и помогает в работе. После того, как вы приняли себя со всеми своими недостатками, а тем более способностями можно двигаться дальше.

Обратите внимание, на доске представлена схематичная фигура ребёнка, который олицетворяет всех детей с ограниченными возможностями здоровья, и зовут его ОВЗейка! Он нас будет сопровождать на период тренинга.

Упражнение «Поводырь».

Цель: формирование доверия к окружающему миру.

Инструкция: Участники разбиваются на пары, и внутри каждой пары решается, кто будет ведущим, а кто ведомым. Ведомый закрывает глаза и при помощи ведущего ходит по комнате, слушая его команды, дотрагивается до различных предметов. По окончании участники меняются ролями.

Обсуждение: Скажите, уважаемые коллеги, когда вы с закрытыми глазами двигались по залу, какие ощущения вы испытывали? Комфортно ли было ходить с закрытыми глазами? Дети с ОВЗ испытывают подобные ощущения, попадая в новые изменённые условия ДОУ, и поэтому нуждаются в особом внимании и поддержке с вашей стороны, уважаемые педагоги.

Упражнение «Погладь себя по макушке».

Цель: эмоциональный подъем педагогов.

Психолог: Погладьте себя по макушке. В течение дня мы получаем немало отрицательных эмоций, просто устаем. Для того чтобы снять стресс, погладьте себя по макушке (здесь много биологически активных точек, похвалите себя мысленно или вслух за успехи прошедшего дня. Спасибо вам за работу.

Психолого-педагогические рекомендации

- Принимать ребенка таким, какой он есть.

- Как можно чаще общаться с ребенком.

- Избегать переутомления.

- Использовать упражнения на релаксацию.

- Не сравнивать ребенка с окружающими.

- Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.

- Способствовать повышению его самооценки, но хвалить ребенка, он должен знать за что.

- Обращаться к ребенку по имени.

- Не предъявлять ребенку повышенных требований.

- Стараться делать замечания как можно реже.

- Оставаться спокойным в любой ситуации.

Заключение. Рефлексия.

Вернемся к нашему ОВЗейке. Подумайте, что может дать ему каждый из присутствующих на тренинге как педагог?

Раздаются стикеры на клеевой основе, каждому по одной.

Запишите на стикерах свое предложение, пожелание этому ребенку.

Собираются все стикеры. Зачитываются и наклеиваются на фигуру мальчика в виде одежды. Один цвет – это рубашка, другой цвет – брюки. Часть педагогов пишут на розовых стикерах то, что они как педагоги могут дать ребёнку с ОВЗ, другая часть педагогов на голубых стикерах пишут свое предложение, пожелание этому ребенку.

В итоге, наклеивается на него «улыбка».

Психолог: Посмотрите, ОВЗейка улыбается, столько всего доброго и необходимого пожелали педагоги. Ему приятно, что его принимают, его любят и поддерживают.

Спасибо, что пришли на наш тренинг, надеюсь, что он не пройдет бесследно в Вашей профессиональной жизни, что полученная информация Вам пригодится, и Вы задумаетесь, в каком направлении будете работать. До свидания!

Занятие 6. Психологический тренинг для педагогов «Формирование толерантного отношения педагогов к детям с ОВЗ»

Цель: помочь педагогам расширить представления о способах и правилах общения с детьми с ограниченными возможностями; снятие тревожных состояний при данных контактах; выработка внутренней позиции по отношению к воспитанникам и к профессиональной деятельности в целом.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, записи спокойной музыки.

Ход занятия

Упражнение «Разные мы».

Цель: привести к мысли о том, что даже полноценные люди очень сильно друг от друга отличаются.

Инструкция: Участники группы располагаются по кругу. Начинает ведущий, продолжают участники по кругу, каждый рассказывает о себе с акцентом на то, чем он может отличаться от окружающих (и внешне и внутренне). Закончив, взглядом передает слово другому участнику.

Упражнение «Слепой, Глухой, Немой»

Цель: погрузить совершенно здоровых людей в мир человека с ограниченными возможностями, развитие эмпатии.

Инструкция: для данного упражнения выбираются 3 человека, которым будет необходимо играть предложенные на карточках роли людей с проблемами в развитии. 1-й не двигается, не слышит, но говорит и видит, 2-й не говорит, не слышит, но видит, 3-й не говорит, не видит, но слышит и двигается.

Задания для коммуникации:

Вы собрались на праздник, нужно договориться в какие костюмы оденетесь и какой возьмете подарок;

Составьте список любимых продуктов для дня рождения;

Выбираете новую марку сотового телефона с разными функциями.

Группа не помогает. По окончании первой серии можно предложить попробовать другим участникам группы.

Рефлексия упражнения.

Упражнение «Взаимодействие».

Цель: направлено на закрепление полученной информации.

Ситуация 1.

Человек с трудностями при передвижении уронил костыли, не может дотянуться, но помощи не просит.

Предложите помощь, чтобы он ее принял

Ситуация 2.

Расставлены стулья по комнате. Одному участнику завязываются глаза. Ему необходимо взять книгу у одного из присутствующих. Только с помощью речи провожаем его к необходимому объекту.

Упражнения «Мой парк»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист спокойной музыки.

Необходима спокойная расслабляющая музыка. Упражнение осуществляется с помощью воображения.

Психолог дает инструкцию: «Расслабьтесь, все хорошо поработали, выполнили много заданий, активно участвовали. Постарайтесь закрыть глаза, кто не может, можно оставить открытыми. Представьте, пожалуйста, большое пространство, оглянитесь вокруг, что вы видите, как вы себя чувствуете. Огляделись, привыкли. Теперь необходимо начать строить свой парк. Задумайтесь, что бы вы хотели увидеть в своем парке. Какие предметы и как вы расставите. Даю вам время оборудовать открытое место. Это может быть парк отдыха, парк развлечений, парк для занятий. Выполнили всю работу, как вы себя чувствуете, какие эмоции испытываете, можно еще что-нибудь добавить. Теперь посмотрите, кто приходит в ваш парк, как эти люди себя чувствуют, что делают. Обратите внимание на ваш уровень удовлетворения от сделанной работы, что нравится, что нет, что нужно изменить. Начинаем просыпаться, открываем глаза.

После упражнения все желающие могут рассказать свои впечатления от выполненной работы.

Рефлексия.

- выразите свое мнение от участия в тренинге;

- что было наиболее интересным и запоминающимся;
- что вы вынесли из тренинга;
- чего не хватало на тренинге;
- пожелания членам группы.

Занятие 7. Тренинг «Способы саморегуляции»

Цель: познакомить участников тренинга с основными психологическими способами снятия нервно-психического напряжения, то есть способами саморегуляции организма.

Материалы и оборудование:

Ход занятия

Психолог: Эффективным средством профилактики и снятия напряжения, усталости является использование способов саморегуляции и восстановления своего организма.

Что же такое саморегуляция?

Саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием, которое достигается путем воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием.

Психолог: Природа человека такова, что он стремится к комфорту, к устранению неприятных ощущений, не задумываясь об этом. Это – естественные способы регуляции, которые включаются сами собой, помимо сознания человека. Наверняка вы интуитивно используете многие из них: длительный сон, вкусная еда, общение с природой и животными, танцы, музыка и др.

К сожалению, подобные средства нельзя, как правило, использовать на рабочем месте, на учебе в вузе или колледже непосредственно в тот момент, когда возникла напряженная ситуация или накопилось утомление.

Поэтому на сегодняшнем занятии Вы познакомитесь со способами саморегуляции организма, которые помогут Вам снизить напряжение, избавиться от усталости не только в домашних условиях, но и на работе и учебе.

Упражнение «Здравствуйте, мое настроение цвета...».

Цель: настрой на работу, снижение эмоционального напряжения.

Инструкция: Каждый участник тренинга по очереди должен сказать, какого цвета у него настроение.

Например, «Здравствуйте, мое настроение сейчас цвета вечернего заката на море – фиолетово-розовое».

Обсуждение: Цвета отражают наше настроение. Они могут его повышать и понижать. С помощью данного упражнения Вы не только поприветствовали друг друга, но и увидели, с каким настроением и самочувствием пришел сегодня каждый участник тренингового занятия.

Психолог: Каждый хочет быть активным, позитивно настроенным весь рабочий или учебный день. Однако, этого не всегда можно достичь. Если возникает напряжение, усталость, утомление, то мы стремимся от него избавиться.

Сейчас давайте, вспомним: как Вы справляетесь с усталостью, напряжением, плохим настроением?

Участники тренинга отвечают, а психолог обобщает:

Примерные способы профилактики психического напряжения, усталости:

1. Обращать внимание на свои достижения, успехи и хвалить себя за них, радоваться достигнутым целям.
 2. Плавать, танцевать, прогуливаться или просто сидеть на скамейке в парке.
 3. Побаловать себя сладеньким или пораньше лечь спать.
 4. Заняться физкультурой, уборкой.
 5. Включить успокаивающую музыку, ту, которую вы любите.
 6. Почитать любимую книгу или стихотворение.
 7. Побеседуйте на какую-нибудь отвлеченную тему с любым человеком, находящимся рядом: соседом, товарищем по учебе.
 8. Принять горячую ванну.
 9. Превратить ситуацию неуспеха в шутку и смеяться.
 10. Написать свои отрицательные эмоции на листе бумаги.
- Нарисовать на листе бумаги рисунок, который наиболее подходит твоему плохому состоянию. Порвать этот листок, сжечь или выбросить.
11. Взять подушку и побить ее.

Это хорошие способы справиться с напряжением и усталостью, но согласитесь, что мы не всегда можем использовать их на работе или учебе. Здесь помогут другие способы.

Сейчас мы их рассмотрим.

Способы снятия нервно-психического напряжения и усталости:

1. Способ управления дыханием
2. Способ управления мышечными зажимами (релаксация)
3. Способ, связанный с воздействием слова (самопрограммирование)
4. Способ самоодобрения (самоощущения)
5. Способ снятия напряжения самоприказом (аутогенная тренировка)
6. Способ концентрации
7. Способы, связанные с использованием образов (Визуализация)

Психолог: Сегодня мы рассмотрим первые 3 способа снятия нервно-психического напряжения и усталости, остальные – на следующем занятии.

1 способ снятия нервно-психического напряжения:

Способ управления дыханием:

Нет такого органа в нашем теле, который не нуждался бы в дыхании. Поэтому дыхательная гимнастика оздоравливает все системы организма: дыхательную, кровеносную, пищеварительную, нервную.

Упражнение «Свеча».

Цель: расслабление, снятия повышенной тревожности.

Инструкция: Представьте, что перед Вами стоит большая свеча. Сделайте вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. Еще раз.

А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха. Еще раз.

Дыхательные упражнения с успокаивающим эффектом

Упражнение «Передышка».

Цель: снятие эмоционального напряжения, умение останавливать поток мыслей.

Психолог: Обычно, когда мы бываем расстроены, мы начинаем невольно задерживать дыхание. И высвобождение дыхания является одним из способов расслабления.

Инструкция: Представьте, что у Вашего носа находится пушинка, которую нельзя колыхать. В течение 2 минут дышите медленно, спокойно и глубоко, чтобы пушинка не улетела. Можете даже закрыть глаза. Наслаждайтесь этим глубоким неторопливым дыханием, представьте, что все ваши неприятности улечиваются.

Вот такие простые дыхательные упражнения Вы можете использовать как для успокоения, так и для придания тонуса организму.

2 способ снятия нервно-психического напряжения:

Способ управления мышечными зажимами (релаксация):

Нервно-мышечная релаксация – это система специальных упражнений для расслабления различных групп мышц. Целью этой тренировки является снятие мышечного тонуса, который напрямую связан с различными формами отрицательного эмоционального возбуждения: страх, тревожность. Уменьшив или предотвратив тонус мышц, можно снять стрессовые состояния, головную боль, нормализовать эмоциональный фон.

Упражнение «Релакс для тела».

Цель: снятие мышечного тонуса, который напрямую связан с различными формами отрицательного эмоционального возбуждения.

Психолог: Система релаксационных упражнений предполагает напряжение с последующим расслаблением каждой группы мышц в течение 5 секунд, которые повторяют дважды. Однако, если вы чувствуете остаточное напряжение, то можно досчитать количество сокращений мышечных групп до 7 раз.

Инструкция: Сделаем упражнение на лицевую область. Начнем со рта.

1. Улыбнитесь настолько широко, насколько это возможно. Это должна быть «улыбка до ушей». Улыбнитесь широко! Задержите! И расслабьтесь.

Теперь повторим это упражнение. Широкая улыбка! Широкая улыбка! Задержите! И расслабьтесь.

2. Для расслабления противоположной группы мышц сожмите губы вместе, будто вы хотите поцеловать кого-то. Готовы? Начали! Сожмите губы вместе! Очень сильно сожмите их! Еще! Сильнее! Расслабьтесь.

Повторим это упражнение.

3. Теперь перейдем к глазам. Надо очень крепко закрыть глаза. Представьте, что в ваши глаза попал шампунь. Готовы? Начали! Зажмурьте глаза!

Расслабьтесь. Повторим это упражнение.

4. Максимально высоко поднимите брови! Так высоко, насколько это возможно! Задержите!

Напишите свое имя глазами в воздухе.

Расслабьтесь. Повторим это упражнение. Пауза 10 секунд.

Перейдем к плечам:

Мы несем на наших плечах большой груз напряжения и стресса. Давайте снимем это напряжение.

Инструкция: Поднимите правое плечо к правой мочке уха. Голова не наклоняется! Задержите на 5 секунд. Расслабьтесь (3 секунды). Теперь левое плечо к левой мочке уха. Повторить 3 раза.

Подбородок поднимите вверх и напишите им в воздухе следующие цифры: 1, отдохнули 5 секунд. Далее: 3, 7, 8, 0.

Потянуться. Вначале правую руку – в сторону, задержать на 5 секунд, затем расслабить ее и опустить вниз. Далее то же самое – влево. Теперь обе руки потянуть вперед. Задержать, сбросить.

Кисти рук:

Инструкция: Растопырьте пальцы рук как можно шире, задержите на 5 секунд. Расслабьте. Повторить 3 раза.

Одновременно обе руки сжать в кулаки. Представьте, что вы выдавливаете себе сок лимона. Давите как можно сильнее в течение 5 секунд. Расслабьте. Повторить 3 раза.

Живот:

Инструкция: Представьте, что Вы собираетесь пролезть через узкий забор, ограждение. Но животик мешает. Втяните животик в себя и задержите на 5 секунд. Расслабьте его. Повторить 2 раза.

Бедра и живот:

Теперь сосредоточим внимание на мышцах бедер.

Инструкция: Вытяните перед собой прямо обе ноги. Задержите на 7 сек., потом расслабьте ноги на 3 секунды. Повторите 2 раза.

Теперь представьте, что вы на пляже и зарываете пятки в песок. Только сейчас вы будите упираться пятками в пол как можно сильнее в течение 5 сек., перерыв на 3 сек. и повторить 2 раза.

Нижняя часть ног:

Инструкция: Оставьте обе пятки на полу, а пальцы поднимайте как можно выше, стараясь достать ими до потолка. Давайте попробуем. Готовы? Начали! Поднимите пальцы! Выше! Задержите их! И расслабьтесь.

Теперь давайте повторим это упражнение. Готовы? Начали! Поднимите пальцы ног высоко! Выше! Выше! Задержите! Расслабьтесь.

Потом поднимите пятки высоко, высоко! Задержите на 5 секунд.

Обратная связь:

Теперь сядьте на стул как можно удобнее и посидите в течение 1 минуты, почувствуйте, в каком органе тела у Вас осталось напряжение или его нет.

Обсуждение: Какой это орган? (опрос)

Поскольку добиться полноценного расслабления всех мышц сразу не удастся, нужно сосредоточить внимание на наиболее напряженных частях тела.

Сядьте удобно, если есть возможность, закройте глаза;

– дышите глубоко и медленно;

– пройдитесь внутренним взором по всему вашему телу, начиная от макушки до кончиков пальцев ног (либо в обратной последовательности) и найдите места наибольшего напряжения (часто это бывают рот, губы, челюсти, шея, затылок, плечи, живот);

– постарайтесь еще сильнее напрячь места зажимов (до дрожания мышц), делайте это на выдохе;

– почувствуйте это напряжение;

– резко сбросьте напряжение - делайте это на выдохе;

– сделайте так несколько раз.

В хорошо расслабленной мышце вы почувствуете появление тепла и приятной тяжести.

Если зажим снять не удастся, особенно на лице, попробуйте разгладить его с помощью легкого самомассажа круговыми движениями пальцев (можно поделаться гримасы - удивления, радости и др.).

Активная релаксация - мощное средство, позволяющее полностью расслабиться и обрести душевное равновесие.

Однако релаксация – это навык, и, как всякий навык, он требует упорной тренировки. Ошибка большинства людей, начинающих заниматься релаксацией, состоит в том, что они стремятся быстро устранить сильное напряжение. А для достижения успеха нужны практика и терпение.

15 минут в день стоит потратить на занятие активной релаксацией для общего хорошего самочувствия.

3. Способ, связанный с воздействием слова (самопрограммирование):

Известно, что «слово может убить, слово может спасти».

Словесное воздействие задействует сознательный механизм самовнушения, идет непосредственное воздействие на психофизиологические функции организма.

Формулировки самовнушений строятся в виде простых и кратких утверждений, с позитивной направленностью (без частицы «не»).

Самоприказ – это короткое, отрывистое распоряжение, сделанное самому себе.

Применяйте самоприказ, когда убеждены в том, что надо вести себя определенным образом, но испытываете трудности с выполнением.

«Разговаривать спокойно!», «Молчать, молчать!», «Не поддаваться на провокацию!» – это помогает сдерживать эмоции, вести себя достойно.

Упражнение «Самопрограммирование».

Цель: снятие эмоционального напряжения, умение останавливать поток мыслей.

Во многих ситуациях целесообразно «оглянуться назад», вспомнить о своих успехах в аналогичном положении. Прошлые успехи говорят человеку о его возможностях, о скрытых резервах в духовной, интеллектуальной, волевой сферах и вселяют уверенность в своих силах.

Инструкция: Вспомните ситуацию, когда вы справились с аналогичными трудностями.

– Сформулируйте текст программы, для усиления эффекта можно использовать слова «именно сегодня»:

«Именно сегодня у меня все получится»;

«Именно сегодня я буду самой спокойной и выдержанной»;

«Именно сегодня я буду находчивой и уверенной»;

«Мне доставляет удовольствие вести разговор спокойным и уверенным голосом, показывать образец выдержки и самообладания».

– Мысленно повторите его несколько раз.

Рефлексия «Мне сегодня...».

Инструкция: Каждый участник группы должен завершить фразу: «Мне сегодня...».

Психолог: На сегодняшнем занятии Вы получили знания о трех способах снятия напряжения и усталости, с остальными Вы познакомитесь на следующем занятии. Желаю Вам удачи!

Занятие 8. Продолжение занятия 7. Тренинг «Способы саморегуляции».

Цель: познакомить участников тренинга с основными психологическими способами снятия нервно-психического напряжения, то есть способами саморегуляции организма.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист спокойной музыки, листы бумаги, цветные карандаши, ручки.

Ход занятия

Упражнение «Здравствуйте, мое настроение цвета...»

Цель: настрой на работу, снижение эмоционального напряжения.

Инструкция: Каждый участник тренинга по очереди должен сказать, какого цвета у него настроение.

Например, «Здравствуйте, мое настроение сейчас цвета вечернего заката на море – фиолетово-розовое».

Обсуждение: Цвета отражают наше настроение. Они могут его повышать и понижать. С помощью данного упражнения Вы не только поприветствовали друг друга, но и увидели, с каким настроением и самочувствием пришел сегодня каждый участник тренингового занятия.

Психолог: Отлично, коллеги, мы настроились на работу. Теперь предлагаю Вам вспомнить 3 способа саморегуляции, которые мы обсуждали и прорабатывали на прошлом занятии (педагоги называют).

Психолог: Все верно, теперь познакомимся с остальными.

4 способ самоодобрения (самопоощрения):

Люди часто не получают положительной оценки своего поведения со стороны. Это, особенно в ситуациях повышенных нервно-психических нагрузок, – одна из причин увеличения нервозности, раздражения, усталости. Поэтому важно поощрять себя самим.

В случае даже незначительных успехов целесообразно хвалить себя, мысленно говоря: «Молодец!», «Умница!», «Здорово получилось!».

Находите возможность хвалить себя в течение рабочего или учебного дня не менее 3–5 раз.

Упражнение «Солнышко».

Цель: вызвать доброжелательный настрой.

Материалы и оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, ручки.

Инструкция: Нарисуйте солнышко с лучиками и на любых лучиках напишите свои положительные качества. Зачитайте их.

Обсуждение: Вот видите, сколько в Вас положительных качеств! Есть за что себя похвалить и любить! Делайте это чаще!

5. способ снятия нервно-психического напряжения:

Способ снятия напряжения самоприказом (аутогенная тренировка):

В основе АТ лежит самовнушение. Формулы аутогенной тренировки способствуют овладению способами вызывания релаксации – полной расслабленности мышц тела. Аутогенная тренировка приводит к успокоению и отвлечению мыслей человека от тревожащих его событий.

В учебной деятельности эта способность к самоуправлению особенно необходима в условиях экзаменов, когда изменение эмоциональных состояний (волнение, беспокойство, страх).

Упражнение «Почувствуй...».

Цель: активизировать собственные силы.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, плейлист спокойной музыки.

Инструкция: Психолог включает спокойную музыку.

Закройте глаза и попытайтесь почувствовать то, что Я буду говорить:

- Мое лицо спокойно
- губы и зубы разжаты
- расслабляются мышцы шеи и затылка
- лицо полностью расслабленное, спокойное, неподвижное
- прохладный ветерок овеивает лицо
- ветерок холодит виски
- мой лоб овеивает приятная прохлада
- дышится легко и свободно
- дыхание спокойное, ритмичное
- сердце бьется спокойно, ровно, оно отдыхает
- прохлада освежает голову
- исчезли все болевые и неприятные ощущения в голове
- нормализовалось давление
- голова свободна от тяжелых мыслей
- я могу сосредоточиться на любой мысли
- мои мысли ясны и четки
- голова свежая, светлая
- я совершенно спокойна (ен)
- ощущение покоя приятно мне
- пальцы и кисти рук расслабляются
- предплечье и локти расслабляются
- мои руки полностью расслаблены, неподвижны

- мое туловище полностью расслабленное
- ноги начинают расслабляться и тяжелеть
- вот они полностью расслабленные, неподвижные, тяжелые
- весь мой организм отдыхает
- Я отдыхаю и успокаиваюсь
- мне удобно и спокойно
- моя нервная система успокаивается и перестраивается
- я спокойнее с каждым днем
- спокойствие становится основной чертой моего характера
- моя нервная система спокойно реагирует на все неприятности и трудности
- в любой обстановке сохраняю спокойствие, сдержанность и уверенность в себе
- ничто не выведет меня из состояния равновесия и уверенности
- мое самочувствие и настроение улучшается с каждым днем
- все тело свободно и расслаблено
- я совершенно спокойна (ен).

Обсуждение: Вам удалось почувствовать то, что Я Вам говорила? Кому не удалось?

Почему?

6 способ снятия нервно-психического напряжения:

Упражнение «Концентрация на нейтральном предмете».

Цель: обучение способам поддержания рабочего самочувствия.

В течение нескольких минут сконцентрируйте свое внимание на каком-нибудь нейтральном предмете.

1. Медленно сосчитать предметы, никак эмоционально не окрашенные: листья на ветке, буквы на отпечатанной странице и т.д.

2. Потренировать свою память, вспоминая 20 осуществленных вчера действий.

3. В течение 2-х минут: запомнить те качества, которые вам больше всего в себе нравятся, и привести примеры каждого из них.

Рефлексия ощущений: Удалось ли вам длительно сосредоточить свое внимание на одном объекте?

Способ концентрации поможет Вам в тех ситуациях, когда Вам надо быстро отвлечься от негативной ситуации, от человека, который вызвал у Вас негативные эмоции.

7 способ снятия нервно-психического напряжения:

Способы, связанные с использованием образов:

Использование образов связано с активным воздействием на центральную нервную систему чувств и представлений. Множество наших позитивных ощущений, наблюдений, впечатлений мы запоминаем в течение жизни.

Визуализация – это создание внутренних образов в сознании человека, т.е. активизация воображения с помощью слуховых, зрительных, вкусовых, обонятельных, осязательных ощущений, а также их комбинаций. Визуализация помогает человеку активизировать его эмоциональную память, воссоздать те ощущения, которые он испытал когда-то. Воспроизведя в своем сознании образы внешнего мира, можно быстро отвлечься от напряженной ситуации, восстановить эмоциональное равновесие.

Упражнение «Образы».

Цель: релаксация, снятие напряжения.

Инструкция: Сядьте удобно. Закройте глаза. Сосредоточьтесь на своем дыхании. Медленно и глубоко вдыхайте и выдыхайте воздух. С каждым вдохом и выдохом вы все больше успокаиваетесь и сосредотачиваетесь на своих ощущениях. Дышите легко и свободно. Тело расслабляется все больше. Вам тепло, удобно и спокойно. Вы успокаиваетесь и настраиваетесь на выполнение новой работы. Вы приступаете к овладению приемами формирования образных представлений.

Тренер произносит отдельные слова, а участники тренингового занятия должны проговаривать их про себя, сосредоточившись на их содержании и представить образы услышанных слов.

Зрительные образы: апельсин, море, поляна с цветами, птица.

Слуховые образы: шум волны, звон колокольчика, завывание ветра, пение птиц.

Телесные представления: прикосновение к шелку, прикосновение ко мху, теплая вода, холодный ветер, нежный пух.

Осязательные и обонятельные образы: вкус только что разрезанного лимона, вкус шоколада, икра красная, аромат розы, запах моря.

Рефлексия «Мне сегодня...»

Инструкция: Каждый участник группы должен завершить фразу:

«Мне сегодня...».

Психолог: В заключение отметим следующее. В работе по профилактике нервно-психической напряженности первостепенная роль должна отводиться развитию и укреплению жизнерадостности, вере в людей, неизменной уверенности в успехе дела, за которое взялся.

Жизненный успех не дается без труда, иногда без тяжелых потерь. Надо быть готовым с наименьшими страданиями пройти через обиды, измены, потери. Для этого следует приучить себя не пропускать в сферу эмоций чрезмерные раздражители, несущие боль и отрицание многих человеческих ценностей.

Конечно, несчастья близких, общественные катастрофы, неудачи в работе, собственные промахи не могут не расстраивать человека. Но не следует считать такие неудачи непоправимыми катастрофами. То, что можно, следует исправить. А на нет – и суда нет, как говорят в народе.

Большая мудрость содержится в изречении: «Господи, дай мне силы изменить то, что я могу изменить, терпение - принять то, что я не могу изменить, и ум - отличать одно от другого».

Человек, вооружённый знаниями, – непобедим.

(М. Горький)

На сегодняшнем занятии Вы получили знания о способах снятия напряжения и усталости. Используйте их!

Желаю Вам удачи!

Занятие 9. «Профессиональное «выгорание» педагога и его профилактика».

Цель: Сохранение психического здоровья педагогов в образовательной среде.

Материалы и оборудование: бумага А4 белая; ручки, цветные карандаши; интерактивная доска, проектор, компьютер.

Ход занятия

Упражнение «Пустое место»

Цель: Снятие эмоционального напряжение, так как самое сложное в знакомом и незнакомом коллективе – свободно смотреть в глаза и прикасаться друг к другу.

Материалы и оборудование: стулья

Инструкция: Рассчитайтесь на первый и второй. Первые садятся по кругу на стулья, вторые встают к первым за спинку стула и кладут руки на спинку стула (если спинки нет, то руки заводятся за спину). И только перед одним участником никто на стуле не сидит – «пустое место». Его задача - переманить кого-нибудь из сидящих на пустое место. Это нужно сделать без слов, внимательно посмотрев на того, кого к себе зовешь. Если кто-то увидел внимательный, приглашающий взгляд, он должен перебежать и занять пустое место. Тот, кто стоит за спиной, должен задержать убегающего, схватив его за плечи. Если вы задержали убегающего, то участник, с «пустым местом» переманивает другого, если нет, то теперь у него задача - переманить к себе кого-нибудь (также глазами), то есть снова приобрести партнера.

Через некоторое время партнеры меняются местами: тот, кто сидел, встает за спинку стула, а тот, кто сидел – садится.

Обсуждение: Расскажите о полученных ощущениях и впечатлениях

Мини-лекция «Профессиональное выгорание»

Психолог: Наш тренинг сегодня посвящен профилактике синдрома профессионального выгорания.

Синдром профессионального «выгорания», это процесс, развивающийся во времени. Начало «выгорания» лежит в сильном и продолжительном стрессе на работе. В этом случае, если внешние и внутренние требования к человеку превышают его собственные ресурсы, происходит нарушение равновесия его психофизического состояния. Сохраняющийся или усиливающийся дисбаланс приводит к полному истощению имеющихся эмоционально-энергетических и личностных ресурсов и «выгоранию» работающего человека.

Профессиональное «выгорание» – это не медицинский диагноз, и вовсе не означает, что такое состояние присуще каждому человеку на определенном этапе его жизни и карьеры. Однако «выгорание» довольно коварный процесс и возникает в результате внутреннего накопления

отрицательных эмоций без «соответствующей» разрядки или «освобождения» от них. Опасность выгорания состоит в том, что это не кратковременный эпизод, а долговременный процесс «сгорания дотла». И человек подверженный этому синдрому мало осознает его симптомы, только начинает испытывать чувство неуверенности в себе и неудовлетворенность в личной жизни.

Не находя достаточных оснований для самоуважения и укрепления позитивной самооценки, развития позитивного отношения к собственному будущему и теряя, таким образом, смысл жизни, человек старается найти его через самореализацию в профессиональной сфере. Ежедневная работа, иногда без перерывов и выходных, с постоянной физической, психологической нагрузкой осложнённая эмоциональными контактами ведет к жизни в состоянии постоянного стресса, накоплению его последствий, истощению запаса жизненной энергии человека и, как результат, к серьезным физическим заболеваниям (гастриту, мигрени, повышенному артериальному давлению, синдрому хронического переутомления и т.д.).

- Как вы думаете, какие факторы способствуют возникновению синдрома «выгорания»?
Основной фактор – это хронический стресс на рабочем месте, к которому приводят:

- предъявление завышенных требований и высокая рабочая нагрузка
- отсутствие или недостаток поддержки со стороны коллег и начальства
- недостаток вознаграждения за работу, как моральное, так и материальное
- невозможность влиять на принятие важных решений
- необходимость внешне проявлять эмоции, несоответствующие реальным (необходимость быть эмпатичным, вежливым улыбчивым)
- работа с тяжелыми людьми (агрессивными, с психоподобным поведением)
- отсутствие каких – либо интересов вне работы
- переживание несправедливости
- неудовлетворенность работой

1) Первый признак выгорания – эмоциональное истощение, соматизация. Появляется чувство перенапряжения, эмоциональные и физические ресурсы исчерпаны, появляется чувство усталости, не проходящее после ночного сна, выходных и нередко даже после отпуска.

2) Вторым признаком является – личностная отстранённость. Человек перестает интересоваться профессиональной деятельностью, у него почти ничего не вызывает эмоционального отклика ни положительные, ни отрицательные.

3) Третьими признаками является ощущение утраты собственно эффективности и падение самооценки. Человек не видит перспектив в своей профессиональной деятельности, снижается удовлетворения работой. Низкая самооценка, вина, депрессия указывают на низкую эмоциональную грамотность.

Практическое упражнения «Осваиваем саморегуляцию»

Саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием и воздействие на себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием.

Упражнение «Улыбка».

Цель: выработать умение удерживать губы в улыбке в течение нескольких секунд.

Инструкция: Закройте глаза и посидите несколько минут, ни о чем не думая. При этом на вашем лице обязательно, но должна быть улыбка.

Если вам удастся удержать ее 10-15 минут, вы сразу почувствуете, что успокоились, а ваше настроение улучшилось. Во время улыбки мышцы лица создают импульсы, благотворно влияющие на нервную систему. Даже если вы способны только на вымученную улыбку, вам от нее все равно станет легче.

Упражнение «Телеграмма».

Цель: становление обратной связи, анализ опыта, полученного в группе.

Материалы и оборудование: листы бумаги, ручки.

Инструкция: На своем листочке напишете прилагательные, обозначающие ваши качества личности. Эти слова вставьте в готовый текст телеграммы, в места, где стоят точки, и телеграмму зачитайте вслух.

Рефлексия «Мне сегодня...»

Цель: установление обратной связи, анализ опыта, полученного участниками.

Инструкция: Каждый участник группы должен завершить фразу:

«Мне сегодня...».

Занятие 10. Тренинг для педагогов, работающих с детьми ОВЗ «Я – профессионал»

Цель: профилактика негативных эмоциональных состояний у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Материалы и оборудование: компьютер, колонки, записи музыки разных стилей с четким ритмическим рисунком, звуки природы, Е. Доги «Симфонию любви»; бумага, карандаши и ручки, лист ватмана, на котором нарисована поляна, трава и солнце, цветная и белая бумага, фломастеры, маркеры, акварельные краски, ножницы, клей, цветные карандаши, ручки.

Ход занятия

Педагог: Здравствуйте, уважаемые коллеги. Всем известно, что работа с детьми с ОВЗ требует огромных интеллектуальных, эмоциональных и психических затрат. Ваша деятельность насыщена различными напряжёнными ситуациями, нервно-психическими нагрузками, нагрузками на зрительный, слуховой и голосовой аппарат, большое количество контактов в течении всего рабочего дня, отсутствие эмоциональной разрядки. При такой работе накапливается напряжённость, что порождает раздражительность, возбуждённость, беспокойство. Последнее время часто можно услышать от вас жалобы на переутомляемость, на то, что ваши силы на исходе. Поэтому сегодня мы с вами попробуем справиться с вашими негативными эмоциональными состояниями. Я рада, что мы смогли встретиться, мы с вами будем играть и попутно что-то узнать о себе и о коллегах, а самое главное – выразим друг другу радость встречи.

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: снятие мышечного напряжения, переключения внимания.

Инструкция: Педагоги по сигналу психолога начинают хаотично двигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок – здороваемся за руки;
- 2 хлопка – здороваемся плечами;
- 3 хлопка – здороваемся спинами.

Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время игры.

Арт-терапевтическое упражнение «Солнечная поляна»

Цель: снятие напряжения путем создания положительного эмоционального фона.

Материал: лист ватмана, на котором нарисована поляна, трава и солнце; цветная и белая бумага, фломастеры, маркеры, акварельные краски, ножницы, клей, записи звуков природы.

Психолог: Представьте, что мы находимся на чудесной солнечной поляне, где вот-вот раскроются бутоны разных прекрасных цветов. Это и ромашки, и васильки, и одуванчики, и ландыши. И каждый из вас сможет найти на этой поляне свой цветок. А теперь возьмите бумагу, карандаши или фломастеры и нарисуйте цветок, который появился в вашем воображении.

Вырежьте этот цветок, раскрасьте, напишите на нем пожелания своим друзьям и приклейте на нашу солнечную поляну.

Посмотрите, какая получилась прекрасная поляна с цветами! Если подойти к ней поближе, мы сможем прочитать пожелания и почувствовать аромат цветов. Они ободряюще улыбаются всем нам и желают удачной сдачи экзаменов.

Примечание: Создание участниками тренинга цветочной поляны сопровождается звуками природы или легкой приятной музыкой. (Например, можно использовать мелодии композитора Е. Доги, «Симфонию любви»).

Упражнение «Я в лучах солнца»

Цель: самоопределение, рефлексия, применение приема самовнушения, развитие положительного отношения к себе.

Материалы и оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, ручки.

Одним из способов регуляции своего эмоционального состояния является самовнушение и самопоощрение. Так что хвалите себя в течение рабочего дня почаще. Хвалите даже за маленькие успехи.

Инструкция:

Нарисуйте солнце, а вокруг него лучики. В центре солнышка напишите свое имя (или «Я», или нарисуйте символический автопортрет).

Над каждым лучиком напишите что-нибудь положительное о себе. Постарайтесь, чтобы лучиков было как можно больше.

А теперь, передайте свои рисунки коллегам, пусть они напишут о вас что-то положительное

Рефлексия занятия.

После выполнения задания проводится терапевтическая беседа. Цель беседы состоит в том, чтобы авторы рисунков осознали, как много в них хорошего и положительного. На это хорошее надо опираться в моменты жизненных трудностей и невзгод. Именно это нужно видеть и развивать в себе, вместо того чтобы концентрироваться на слабых сторонах своей личности и считать себя неудачником.

Рисунок солнышка рекомендуется сохранить, и иногда доставать его посмотреть, особенно когда возникают проблемы с низкой самооценкой.

К солнышку можно в дальнейшем дорисовывать новые лучики.

Психолог: В конце нашего тренинга хочу подарить вам небольшую историю. Задумайтесь о её значении

Высоко в темном небе, на одной огромной звездной поляне жили – были звезды. Было их очень много, и все звезды были очень красивыми. Они светились искрились, а люди на земле каждую ночь любовались ими. Все эти звезды были разных цветов. Здесь были красные звезды, и тем, кто рождался под их светом, они дарили смелость. Здесь были синие звезды – они дарили людям красоту. Были на поляне и желтые звезды – они одаривали людей умом, а еще на поляне были зеленые звезды. И все люди, кто рождался под их светом зеленых лучей, становились очень добрыми. И вот однажды на звездном небе что-то вспыхнуло! Все звезды собрались посмотреть, что же произошло. А это на небе появилась еще одна маленькая звездочка. Но была она абсолютно... белая! Огляделась звездочка вокруг и даже зажмурилась: сколько прекрасных звезд вокруг – прошептала она. “А что ты даешь людям?”- спросили ее другие звезды. В ответ она задумалась....

Психолог: Я знаю, что среди всех присутствующих нет таких звезд, которые были бы бесцветными. Я желаю вам “светиться” всегда и везде! Наш тренинг подошёл к концу. Давайте по кругу выскажем свое мнение о встрече, о своем состоянии. Помните, что вы высказываете свое мнение. И оно важно, даже если имеет отрицательный оттенок.

Спасибо за активную и продуктивную работу!

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации

Таблица 6 – Результаты диагностики приоритетных ценностей, психоэмоционального состояния, самооценки, стиля преподавания, уровня субъективного контроля, удовлетворенности трудом по методике «Психологический портрет учителя» (Г. В. Резапкина)

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
1.	ЮЮН	4 – значимость интересов и проблем школьников	4 – благополучное психоэмоц-е состояние	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	7 – высокий уровень субъективного контроля	8 – высокая степень удовлетворенности трудом
2.	ИНВ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	4 – неустойчивая самооценка	5 – демократический стиль	4 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
3.	ДЛА	5 – значимость отношений с коллегами	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	5 – авторитарный стиль	4 – недостаточная сформированность ответственности	6 – недостаточная удовлетворенность трудом
4.	ГЮВ	4 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	7 – благополучное психоэмоц-е состояние	5 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	5 – высокий уровень субъективного контроля	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
5.	КНВ	4 – значимость интересов и проблем школьников	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	4 – неустойчивая самооценка	4 – демократический стиль	5 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
6.	ССП	5 – значимость интересов и проблем школьников	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	9 – демократический стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом

Продолжение Таблицы 6

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
7.	ВИИ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	5 – неустойчивая самооценка	5 – демократический стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
8.	ТАВ	5 – значимость отношений с коллегами	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – неустойчивая самооценка	6 – демократический стиль	5 – высокий уровень субъективного контроля	6 – недостаточная удовлетворенность трудом
9.	КЕЛ	5 – значимость отношений с коллегами	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	4 – авторитарный стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	4 – высокая степень удовлетворенности трудом
10.	КМЕ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	4 – позитивное самовосприятие	4 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
11.	БОО	5 – значимость отношений с коллегами	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	4 – неустойчивая самооценка	5 – авторитарный стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
12.	ВВВ	7 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – неустойчивая самооценка	4 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенность трудом
13.	ЯАВ	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	6 – авторитарный стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
14.	ЧАЮ	6 – значимость интересов и проблем школьников	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – недостаточная удовлетворенность трудом

Продолжение Таблицы 6

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
15.	МВВ	4 – значимость интересов и проблем школьников	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	8 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
16.	МНВ	5 – значимость отношений с коллегами	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	9 – демократический стиль	5 – недостаточная сформированность ответственности	6 – недостаточная удовлетворенность трудом
17.	ХЮМ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	5 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – недостаточная сформированность ответственности	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
18.	ГЕР	5 – значимость отношений с коллегами	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	5 – позитивное самовосприятие	6 – авторитарный стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенности трудом
19.	КНВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	7 – высокий уровень субъективного контроля	7 – высокая степень удовлетворенности трудом
20.	КУВ	5 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	6 – позитивное самовосприятие	7 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
21.	ГТМ	5 – значимость интересов и проблем школьников	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	8 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	6 – высокая степень удовлетворенности трудом
22.	БАВ	5 – значимость отношений с коллегами	5 – благополучное психоэмоц-е состояние	5 – позитивное самовосприятие	8 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – недостаточная удовлетворенности трудом

Продолжение Таблицы 6

№ п/п	Код	ПЦ	ПЭС	СО	СП	УСК	УТ
23.	ПИШ	7 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	5 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	8 – высокая степень удовлетворенности трудом
24.	БЕС	6 – концентрация на своих переживаниях и проблемах	6 – нестабильность психоэмоц-го состояния	5 – позитивное самовосприятие	5 – демократический стиль	6 – высокий уровень субъективного контроля	5 – высокая степень удовлетворенности трудом
Итого:		<p>– 6 (25%) – значимость интересов и проблем школьников</p> <p>– 7 (29%) – значимость отношений с коллегами</p> <p>– 11 (46%) – концентрация на своих переживаниях и проблемах</p>	<p>– 0 – неблагоприятное психоэмоц-е состояние</p> <p>– 17 (71%) – нестабильность психоэмоц-го состояния</p> <p>– 7 (29%) – благоприятное психоэмоц-е состояние</p>	<p>– 16 (67%) – позитивное самовосприятие</p> <p>– 8 (33%) – неустойчивая самооценка</p> <p>– 0 – негативное самовосприятие</p>	<p>– 20 (83%) – демократический стиль</p> <p>– 0 – «попустительский тип»</p> <p>– 4 (17%) – авторитарный стиль</p>	<p>– 17 (71%) – высокий уровень субъективного контроля</p> <p>– 7 (29%) – недостаточная сформированность ответственности</p> <p>– 0 – сниженный уровень субъективного контроля</p>	<p>– 15 (62%) – высокая степень удовлетворенности трудом</p> <p>– 9 (38%) – недостаточная удовлетворенность трудом</p> <p>– 0 – неудовлетворенность трудом</p>

Таблица 7 – Результаты диагностики по методике «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман)

№ п/п	Код	Балл	Уровень профессионального стресса
1.	ЮЮН	30	низкий
2.	ИНВ	40	средний
3.	ДЛА	38	средний
4.	ГЮВ	26	низкий
5.	КНВ	26	низкий
6.	ССП	33	низкий
7.	ВИИ	34	низкий
8.	ТАВ	38	средний
9.	КЕЛ	24	низкий
10.	КМЕ	38	средний
11.	БОО	35	низкий
12.	ВВВ	37	средний
13.	ЯАВ	39	средний
14.	ЧАЮ	40	средний
15.	МВВ	33	низкий
16.	МНВ	30	низкий
17.	ХЮМ	31	низкий
18.	ГЕР	37	средний
19.	КНВ	35	низкий
20.	КУВ	35	низкий
21.	ГТМ	29	низкий
22.	БАВ	30	низкий
23.	ПИШ	20	низкий
24.	БЕС	28	низкий
Итого:			-16 (67%) – низкий -8 (33%) – средний -0 – высокий

Таблица 8 – Результаты диагностики по методике «Доминирующий уровень проблемности при решении педагогических ситуаций» (М. М. Кашапов, Ю. Н. Дубровина)

№ п/п	Код	Балл (ситуативный уровень)	Балл (надситуативный уровень)	Доминирующий уровень
1.	ЮЮН	5	11	надситуативный
2.	ИНВ	6	11	надситуативный
3.	ДЛА	8	6	ситуативный
4.	ГЮВ	6	12	надситуативный
5.	КНВ	6	12	надситуативный
6.	ССП	7	10	надситуативный
7.	ВИИ	6	12	надситуативный
8.	ТАВ	7	6	ситуативный
9.	КЕЛ	6	8	надситуативный
10.	КМЕ	6	9	надситуативный
11.	БОО	6	9	надситуативный
12.	ВВВ	6	10	надситуативный
13.	ЯАВ	5	11	надситуативный
14.	ЧАЮ	6	11	надситуативный
15.	МВВ	4	12	надситуативный
16.	МНВ	6	12	надситуативный
17.	ХЮМ	5	11	надситуативный
18.	ГЕР	6	7	надситуативный
19.	КНВ	5	11	надситуативный
20.	КУВ	4	12	надситуативный
21.	ГТМ	5	13	надситуативный
22.	БАВ	4	12	надситуативный
23.	ПИШ	5	11	надситуативный
24.	БЕС	4	13	надситуативный
Итого:				- 2 (8%) – ситуативный - 22 (92%) – надситуативный

Таблица 9 – Результаты диагностики по анкете «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева)

№ п/п	Код	Балл	Уровень готовности
1.	ЮЮН	58	высокий
2.	ИНВ	53	высокий
3.	ДЛА	48	средний
4.	ГЮВ	51	высокий
5.	КНВ	54	высокий
6.	ССП	55	высокий
7.	ВИИ	48	средний
8.	ТАВ	49	средний
9.	КЕЛ	46	средний
10.	КМЕ	46	средний
11.	БОО	50	высокий
12.	ВВВ	51	высокий
13.	ЯАВ	54	высокий
14.	ЧАЮ	51	высокий
15.	МВВ	56	высокий
16.	МНВ	55	высокий
17.	ХЮМ	53	высокий
18.	ГЕР	49	средний
19.	КНА	55	высокий
20.	КУВ	51	высокий
21.	ГТМ	55	высокий
22.	БАВ	56	высокий
23.	ПИШ	57	высокий
24.	БЕС	56	высокий
Итого:			- 18 (75%)– высокий - 6 (25%)– средний - 0 – низкий

Таблица 10 – расчет T- критерия Вилкоксона на основании результатов методики «Оценка профессионального стресса» (К. Вайсман)

№ п/п	«До»	«После»	Сдвиг ($t_{до}-t_{после}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1.	35	30	-5	5	12.5
2.	40	40	0	0	
3.	42	38	-4	4	8
4.	30	26	-4	4	8
5.	25	26	1	1	1.5
6.	37	33	-4	4	8
7.	39	34	-5	5	12.5
8.	40	38	-2	2	3.5
9.	30	24	-6	6	17
10.	45	38	-7	7	20
11.	40	35	-5	5	12.5
12.	46	37	-9	9	23
13.	46	39	-7	7	20
14.	46	40	-6	6	17
15.	39	33	-6	6	17
16.	38	30	-8	8	22
17.	38	31	-7	7	20
18.	40	37	-3	3	5.5
19.	34	35	1	1	1.5
20.	38	35	-3	3	5.5
21.	31	29	-2	2	3.5
22.	35	30	-5	5	12.5
23.	25	20	-5	5	12.5
24.	33	28	-5	5	12.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов					3

$$T_{эмп} = 3$$

Критические значения при $N = 23$

T кр	
0,01	0,05
62	83

Полученное эмпирическое значение находится в зоне значимости.

Таблица 11 – расчет T- критерия Вилкоксона на основании результатов методики «Определение готовности педагогов к работе с детьми с ОВЗ» (Д. Ю. Соловьева)

№ п/п	«До»	«После»	Сдвиг ($t_{до}-t_{после}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1.	54	58	4	4	12.5
2.	50	53	3	3	7.5
3.	42	48	6	6	19
4.	46	51	5	5	17
5.	50	54	4	4	12.5
6.	54	55	1	1	2
7.	41	48	7	7	20.5
8.	45	49	4	4	12.5
9.	44	46	2	2	4.5
10.	45	46	1	1	2
11.	42	50	8	8	22
12.	46	51	5	5	17
13.	52	54	2	2	4.5
14.	46	51	5	5	17
15.	52	56	4	4	12.5
16.	48	55	7	7	20.5
17.	50	53	3	3	7.5
18.	45	49	4	4	12.5
19.	55	55	0	0	
20.	51	51	0	0	
21.	52	55	3	3	7.5
22.	52	56	4	4	12.5
23.	54	57	3	3	7.5
24.	55	56	1	1	2
Сумма рангов нетипичных сдвигов					0

$$T_{эмп} = 0$$

Критические значения при $N = 22$

T кр	
0,01	0,05
55	75

Полученное эмпирическое значение находится в зоне значимости.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

1-й этап: «Целеполагание внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение и анализ литературы, опросников по данной проблеме	Обсуждение, анализ, наблюдение	Поиск и анализ литературы, психодиагностическое исследование	1	Сентябрь	Психолог
1.2. Поставить цели внедрения	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы	Обсуждение, анализ материалов по теме внедрения программы, круглый стол	Работа психологической службы, наблюдение, беседа	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ программ внедрения	Работа психологической службы, анализ документации, работа по разработке этапов исследования	1	Октябрь	Психолог
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности педагогов к участию в исследовательской работе	Анализ	Анализ документов, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета	Формирование готовности внедрить программу,	Обоснование практической значимости	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами программы,	1	Октябрь	Психолог, администрация ОУ

внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов	психологический подбор и расстановка субъектов	внедрения, тренинги, беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы	работа психологической службы, участие в семинарах со смежной тематикой			
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у участников	Пропаганда передового опыта по внедрению инклюзивной деятельности в ОУ и их значимости для ОУ, актуальности внедрения программы	Методические консультации, консультации для участников	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инклюзивной деятельности в ОУ	Не менее 5	Сентябрь-ноябрь	Психолог, администрация ОУ
3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения программы и документации	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения программы	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги	1	Январь	Психолог
3.3. Изучить методику внедрения программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги	1	Февраль	Психолог
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
4.1. Создать инициативную группу	Определение состава инициативной группы, организационная	Наблюдение, анализ, собеседование,	Работа психологической службы, тематические мероприятия	Не менее 6	Апрель	Психолог, администрация ОУ

для опережающего внедрения программы	работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	обсуждение				
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить участникам условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка	Производственное совещание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения	Работа инициативной группы по внедрению программы	Изучение состояния дел в ОУ, корректировка программы	Работа психологической службы ОУ	Не менее 5	Сентябрь-декабрь	Психолог, администрация ОУ
5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы по преодолению психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
5.1. Мобилизовать педагогический состав образовательной организации на внедрение программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы по инклюзивной деятельности, тренинги работа психологической службы	Мероприятие просветительской направленности, работа психологической службы	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
5.2. Развить знания и умения,	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории	Обмен опытом внедрения	Консультации, работа психологической службы, семинар	1	Январь-март	Психолог, администрация ОУ

сформированные на предыдущем этапе	систем и системного подхода, методики внедрения	инклюзивной деятельности, самообразование, тренинги, работа психологической службы				
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы	Изучение состояния дел по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы	Работа психологической службы, совещание, анализ документов	1	Май	Психолог, администрация ОУ
5.4. Освоить всем коллективом участников предмет внедрения программы	Фронтальное освоение программы	Обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа психологической службы, консультации	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
6-й этап: «Совершенствование работы над предметом внедрения программы по преодолению психологических барьеров у во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Семинар по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Собрание, анализ документации, работа психологической службы	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения	Анализ состояния дел по теме внедрения	Работа психологической	Не менее 3	Сентябрь-декабрь	Психолог, администрация ОУ

	освоения внедрения программы	программы, методическая работа	службы, методическая работа			
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения программы преодоления психологических барьеров во взаимодействии с обучающимися с ОВЗ у педагогического персонала образовательной организации»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения программы	Изучение и обобщение опыта работы по инклюзивной работе	Наблюдение, изучение документов	Работа психологической службы	Не менее 5	Сентябрь-декабрь	Психолог
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, работа психологической службы	1	Март-май	Психолог, администрация ОУ
7.3. Осуществить пропаганду опыта внедрения программы в ОУ	Пропаганда опыта внедрения в работе	Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная деятельность	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы	2-3	Январь-февраль	Психолог, администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы, научная деятельность	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрения программы в различных ОУ	2	Февраль-май	Психолог, администрация ОУ