**Программа психологического сопровождения дошкольников с ограниченными возможностями здоровья**

Программа основана на концепции системного подхода к анализу психического развития ребенка (Выготский Л. С, 1984; Леонтьев А. Н., 1996; Эльконин Д. Б., 2000; Семаго Н. Я., Семаго М. М. 2000), концеп­ции сюжетно-ролевой игры (Эльконин Д. Б., 1999), учении об ориенти­ровочной деятельности и концепции планомерно-поэтапного форми­рования деятельности (Гальперин П. Я., 1984), методах игровой терапии (Выгодская И. Г, 1984; Захаров А. И., 1986-1988; Карабанова О. А., 1997; Спиваковская А. С, 1988; Столин В. В., 1983;), методах поведенческого тренинга (Мейер В., Чессер Э., 2001; Кагдт А., 1998), системе психологического сопровождения (Бардиер Г., Ромазан И., ЧередниковаТ., 1993; БитяноваМ. Р., 1998; Галиахметов Р. Р., Лихтарников А. Л., 1998), мультимодальном подходе (ЛазарусА., 2001; Оудсхорн Д.Н., 1993).

Психологическая коррекция детей с ограниченными возможностями здоровья — это деятельность, направленная на создание комплексной программы клинико-психологических, психолого-педагогических и психотерапевтических условий, способствующих успешной адаптации, реабилитации и личностному росту детей в со­циуме. Под сопровождением подразумевается динамический процесс, це­лостная деятельность психолого-педагогического состава и родителей, включающий шесть взаимосвязанных компонентов:

* систематическое отслеживание клинико-психологического и пси­холого-педагогического статуса ребенка в динамике его психичес­кого развития;
* создание социально-психологических условий для эффективного психического развития детей в социуме;
* систематическую помощь детям с ограниченными возможностями здоровья в виде психологической поддержки, психо­коррекции;
* систематическую психологическую помощь семьям детей с ограниченными возможностями здоровья;
* систематическую психологическую помощь сотрудникам детских
 дошкольных учреждений, работающих с проблемными детьми;
* организацию жизнедеятельности ребенка в социуме с учетом его
психологических возможностей.

Комплексная коррекция осуществляется в трех направлениях с учетом определенной последовательности: направленная работа с семь­ями детей с ограниченными возможностями здоровья, направленная работа с сотруд­никами дошкольных образовательных учреждений, работающих с данными детьми, работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

**Первый блок** программы основывается на работе с личностью взрослого, которая осуществляются на трех этапах. На первом этапе данного блока работа проводится параллельно в семейных группах и группах с сотрудниками дошкольного учреждения с целью целенаправленного самоопределения, личностного роста.

Основная цель когнитивно-поведенческого блока заключается в гармонизации процесса развития личности взрос­лого. Конкретными задачами на данном этапе становятся:

* преодоление внутрисемейного кризиса;
* изменение родительских установок и позиций, снятие чувства вины;
* обучение методам снятия проявлений дезадаптации в поведении ребенка;
* расширение сферы и репертуара социального взаимодействия ре­бенка;
* формирование у ребенка адекватного отношения к себе и окружа­ющим.

**Первый этап** комплексной коррекции проводится в рамках груп­пы, выделяя несколько процессов, характерных для психокоррекционной группы: облегчение выражения эмоций; порождение ощу­щения принадлежности к группе; побуждение к самораскрытию; апробация новых видов поведения; санкционированная групповая реализация межличностных сравнений.

В качестве методологической базы данного этапа выступили методы когнитивно-поведенческой терапии (МакМаллин Р., 2001; МейерВ., Чессер Э., 2001; Федоров А. П., 2002). Цель коррекции и терапии в настоящем исследовании — приобретение новых форм поведения, торможения и угасания, старых дезадаптивных форм. Это достигается с помощью поведенческих тренингов и психорегулирующих тренировок.

Для развития процессов самосознания — самопознания — самоопре­деления в коммуникативном сообществе используются методы семей­ного консультирования.

К целям данного этапа относятся, во-первых, изменение внутрисе­мейных представлений, установок, мифов о ребенке с ограниченными возможностями здоровья.

Следующий этап — тренинг личностного роста (Ассаджиоли Р., 1994; Берн Э., 1986,1992; Битянова М. Р., 1995,1998; Зимбардо Ф., 1996,2003; Морено Я., 2001; Рахматшаева В. А., 1995; ФейдименДж., ФрейгерР, 1985), направленный на расширение границ самосознания и объекти­визации, анализ жизненного пути, исследование семейных ценностей и глубинных целей субличности и интеграции личности.

Основная идея тренинга личностного роста — расширение существу­ющего психологического знания путем привнесения новых точек зре­ния, развитие креативности во взаимодействии с окружающим миром, восстановление способности к саморегуляции. Расширение репертуара позволяет человеку открывать для себя пути, ведущие к внутренним ис­точникам мудрости.

**Второй этап** первого блока включает в себя обучение методам релак­сации. Релаксация является основой мобилизации и программирования необходимых действий и качеств личности. Она оказывает тормозящее воздействие на стрессовую реакцию, устраняет страх, придает силы.

Цель данного этапа — ознакомление и обучение методам релакса­ции и формирование способности к расслаблению в стрессовой ситуа­ции. В ходе этапа участники осваивают известные методы самопрограм­мирования и аутотренинга, методы снятия стрессового состояния.

1. Специальные упражнения по технике релаксации и расслаблению нервной системы (Андреев О. А., Хромов Л. Н., 1997), глубокого дыхания и визуализация (Лапп Д., 1993; Цзен Н. В., Пахомов Ю. В.,1988).
2. Тренинг аутогенной тренировки АТ-1 Шульца, состоящий из 6 ви­дов упражнений: «Вызывающие ощущение тяжести», «Вызываю­щее ощущение тепла», «Регуляция ритма сердечной деятельнос­ти», «Регуляция дыхания», «Влияние на органы брюшной полости», «Вызывающие ощущение прохлады в области лба», по­зволяет добиваться постепенной релаксации (Лобзин В. С, Ре­шетников М. М., 1986; Шульц И. Г., 1985).
3. Методика Джекобсона, базирующаяся на прогрессивной поэтапной мышечной релаксации (Кондрашенко В. Т., Донской Д. И., 1997).

Выбор методов релаксации продиктован индивидуальными особен­ностями личности взрослого и возможностью самостоятельного выбо­ра методов релаксации для дальнейшего использования.

Этот этап, в свою очередь, состоит из двух последовательных перио­дов. Первоначально осуществляется ознакомление и обучение взрослых методам релаксации. Разъясняется значимость, необходимость и це­лесообразность применения предложенных методик. Участниками группы выбирают наиболее подходящие методы расслабления для ис­пользования на протяжении последующих этапов формирующего экс­перимента и в повседневности.

Далее предлагаются обучающие тренинги, направленные на обу­чение детей правильному дыханию, обучение приемам растяжки — системе специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении, методам рефлексотерапии, тренингу мышеч­ного расслабления для обучения детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.

**Второй блок** включает программы, основывающиеся на работе с личностью взрослого, ра­ботающего в дошкольном учреждении.

На первом этапевторого блока осуществляется обучение методам ре­лаксации, проводятся тренинги личностного роста и общения (см. выше).

На втором этапе, параллельно с первым, осуществляется просвети­тельская деятельность сотрудников детских дошкольных образователь­ных учреждений посредством активных методов познания (курсов по­вышения квалификации, семинаров, педагогических игр: «Алгоритм», «Мозговой штурм», «Диалог», «Педагогический бой», «Ученый совет» и др.). Ос­новная цель заключается в ознакомлении с теоретическими основами данного исследования, этиологией, патогенезом, клиникой, програм­мой сопровождения развития детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

На третьем этапевторого блока программы сотрудники ДОУ прини­мают активное участие в наблюдении, психологическом сопровождении воспитания и развития детей с патологией опорно-двигательного аппарата.

**Третий блок** программы основывается на работе с личностью детей с ограниченными возможностями здоровья и осуществляется в рамках мероприятий, включающих в себя медицин­ское, психологическое и педагогическое направление.

Комплексная программа работы с детьми включает два этапа: индивидуальную и групповую коррекцию.

На первом этапе- индивидуальной коррекции - работа направлена на уменьшение психологической напряженности в семье, создание бла­гоприятной для ребенка обстановки, подготовку к групповому коррекционному воздействию, знакомство ребенка с методами тренинга мы­шечного расслабления.

**Второй этап** - групповая коррекция - направлен на развитие навы­ков общения, социализацию ребенка в обществе, повышение самооценки, снижение тревожности и агрессивности, развитию познавательной, эмоционально-поведенческой сферы и двигательных функций. Режим групповых форм работы строится с учетом проведения двух раз в неде­лю по 20-30 минут.

Основное содержание коррекционно-развивающих групповых заня­тий дошкольников с ограниченными возможностями здоровья составляют игры и психотехнические упраж­нения, направленные на целостное психологическое развитие ребенка и решение конкретных психологических проблем.

Вместе с тем еще одним необходимым элементом занятия должны быть психотехники, направленные на развитие собственно групповых структур и процессов, поддержание бла­гоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие детского сообщества. К проблеме содержания развивающей работы относится вопрос об организации психологического простран­ства, состояния психологической защищенности и комфортности, а так­же о количестве игр и упражнений, используемых в ходе занятий. Для детей с ограниченными возможностями здоровья не рентабельно использовать многофункциональные уп­ражнения, позволяющие решать несколько задач одновременно, ввиду рассеянности и снижения внимания. Каждое упражнение должно про­водиться несколько раз с усложнениями, с другими возможными вари­ациями. Перегрузка занятий новизной и разнообразием, перенасыщен­ность эмоциональными эффектами резко снизит качество и значимость проводимой работы.

Такая постановка вопроса представляется столь важной, что привела к решению разработать общую структуру коррекционно-развивающих занятий. Эта структура включает следующие элементы развивающего занятия:

1. Ритуал приветствия.
2. Пальчиковая гимнастика
3. Основная часть занятия.
4. Тренинг мышечного расслабления: упражнения на дыхание, рас­тяжки, релаксация.
5. Ритуал прощания.

Первая и заключительные части занятия — ритуалы приветствия и прощания —важные моменты работы с группой. Они позволяют спла­чивать детей, акцентировать внимание, вызывать заинтересованность, развивать коммуникативные и социальные навыки взаимодействия де­тей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Основная цель ритуала — синхронизация, приведение в со­ответствие биологических и психологических ритмов, нацеливание на определенные действия, обозначающие начало деятельности или окон­чание деятельности — ритуал прощания

Вторая часть занятия включает пальчиковые игры.. Эта часть охватывает упражнения, направленные на развитие мелкой моторики, речи, мыслительных процессов, концентрации вни­мания. В двигательной области коры головного мозга проекция кисти руки огромна по отношению к проекции других частей тела, она зани­мает одну треть всей площади и близка к речевой моторной зоне (зоне Брока). Работами многих ученых доказано, что тренировка тонких, диф­ференцированных движений пальцев является и стимулом для разви­тия речи ребенка, и мощным тонизирующим фактором для коры голов­ного мозга в целом.

Третья часть занятия представляют собой совокупность психотехни­ческих упражнений и приемов, направленных на решение задач данно­го развивающего или психокоррекционного комплекса. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность упражнений предполагает чередование деятельностей, смену психофи­зического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интел­лектуальной игры к релаксационной технике и др. Упражнения должны располагаться в порядке от сложного к простому. Количество не должно превышать 2—3 игр и упражнений.

Четвертая часть занятия. Цель данной части — развитие творческого самовыражения, телодвижения, постановка правильного дыхания, вы­полнение растяжки, тренинга мышечного расслабления, развитие на­выков саморегуляции и освоения навыков релаксации.