УДК 376.013 – 056.49

# ФОРМИРОВАНИЕ АДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТРЕНИНГА ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

*Дановская Яна Александровна*
*Бобровничая Ирина Викторовна*

***Аннотация.*** *В статье описана авторская технология работы по формированию адаптивных поведенческих стратегий у обучающихся с особенностями психофизического развития в классах интегрированного обучения и воспитания посредством использования тренинга жизненных компетенций, разработанная специалистами ГУО «Витебский городской центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации». Представлены система активных форм работы с детьми с ОПФР и разработки материалов по ее осуществлению и внедрению; результаты апробации и внедрения разработанных форм в систему работы педагогов-психологов учреждений общего среднего образования, опорных по интегрированному обучению и воспитанию. Проанализирована результативность организованной работы на основе выявления диагностических показателей методом наблюдения.*

***Ключевые слова:*** *особенности психофизического развития, особые образовательные потребности, тренинги, саморегуляция, жизненные компетенции.*

***Abstract.*** *The article describes the author's technology for the formation of adaptive behavioral strategies in students with peculiarities of psychophysical development in classes of integrated education and upbringing through the use of training of life competencies, developed by specialists of the Vitebsk City Center for Correctional and Developmental Education and Rehabilitation. A system of active forms of work with children with OPFR and the development of materials for its implementation and implementation is presented. Testing and implementation of developed forms of work in the system of work of teacher-psychologists of institutions of general secondary education, supporting integrated education and upbringing. The effectiveness of organized work based on the identification of diagnostic indicators by observation was analyzed.*

***Keywords:*** *features of psychophysical development, special educational need, trainings, self-regulation, life competencies.*

Адаптивное поведение формируется у человека под влиянием окружающей среды, общества, социума еще в детстве. Ребенок учится выстраивать коммуникацию со сверстниками, педагогами, в семье. Ему приходится противостоять определенным трудностям и возникающим проблемам. Большое значение в формировании адаптивного поведения играет то, как ребенок может оценивать самого себя (критичность и адекватность его самооценки). Самооценка не должна быть занижена, иначе пропадает и мотивация соответствовать требованиям старших и сверстникам, мотивация учиться и развиваться. Уже в младшем школьном возрасте ребенок начинает четко осознавать, что именно от поведения зависит разрешение конфликтных и жизненных ситуаций. При этом ребенок интуитивно может выбирать различные стратегии адаптивного поведения, которые могут оказаться и неэффективными. Эти стратегии можно разделить на три больших универсальных группы. Внутри этих групп модели поведения могут еще подразделяться на отдельные виды.

Первая группа — активное участие в изменениях. Под влиянием окружающей среды человек либо активно участвует в изменениях, меняя свое поведение, либо начинает давить на окружающих, заставляя меняться их. Вторая группа — бегство или отступление. Выбирая такую модель поведения, человек всеми силами избегает тревожной ситуации, или, попав в нее, «спасается бегством». Третья группа — компромиссная модель поведения. Если избежать проблем невозможно, человек вынужден идти на компромисс, принудительно или добровольно. Нередко такой компромисс ведет к личностным изменениям, переменам в установках и взглядах.

У каждого ребенка свой путь адаптации и формирования определенных моделей поведения. Если у ребенка есть врожденные или приобретенные ментальные нарушения, процесс формирования адаптивного поведения может быть невозможен или очень проблематичен.

У обучающихся с ментальными нарушениями существует ряд особенностей: снижение темпов развития, недоразвитость моторных и речевых функций, незрелость когнитивной и эмоционально-волевой сфер развития. Это обусловливает необходимость серьезной работы по диагностике и коррекции таких нарушений для разработки индивидуальных программ развития и обучения.

Формирование адаптивного поведения очень важно для детей с ментальными нарушениями. Это возможность впоследствии вести самостоятельную жизнь (с учетом имеющихся нарушений), развитие коммуникативных навыков для общения и взаимодействия с окружающими, возможность ориентироваться в современной жизни, развитие навыков самообслуживания и многое другое [5].

Учитывая наиболее часто встречающиеся проблемы у детей с особенностями психофизического

развития (ОПФР): недостаточный уровень сформированности операций анализа, синтеза, обобщения, классификации и сравнения; несформированность функции программирования на смысловом уровне, низкий уровень познавательной активности и регуляционно-мотивационного компонента деятельности — можно говорить только о формировании предпосылок некоторых социальных умений.

Исследования М.А. Алиевой, М.Р. Битяновой, И.В. Вачкова и других специалистов подтверждают, что тренинговые методы способны воздействовать на основные компоненты поведенческой установки личности. Это означает, что через специально организованные тренинговые занятия можно влиять на когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты поведения человека, формируя или корректируя его установки [1; 3; 4].

С учетом вышеизложенного педагогами-психологами ГУО «Витебский городской центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» был разработан тренинг жизненных компетенций как один из видов социально-психологического тренинга, содержание которого направлено на формирование мобильных форм поведения у обучающихся с ОПФР. Овладение такими поведенческими стратегиями обеспечивает развитие способности приспосабливаться к новым обстоятельствам, условиям, месту и умения более эффективно решать проблемы взаимодействия с окружением.

Суть тренинга жизненных компетенций заключается в обучении лиц с ОПФР адаптации к различным жизненным ситуациям, адекватному реагированию на них и нахождению выхода, повышении самооценки, уверенности в себе. В ходе тренинга жизненных компетенций обучающийся учится решать жизненные задачи через ролевое проигрывание ситуаций, изменение мышления (убеждений и установок), знакомится с методами релаксации и саморегуляции.

Тренинг жизненных компетенций состоит из трех блоков, включающих в себя несколько подразделов (таблица 1), каждый из которых сопровождается рекомендациями для специалистов службы психолого-педагогического сопровождения. В этих рекомендациях не только раскрывается содержание каждого тренингового занятия, но и содержится информация для педагогов-психологов по выбору наиболее эффективных методов и приемов работы.

| ***Блок 1*** | ***Формирование толерантного отношения к учащимся с ОПФР*** |
|---|---|
| 1. | Игры и упражнения на использование приемов аттракции для обучения учащихся с ОПФР установлению первичного положительного контакта с другими людьми |
| 2. | Игры и упражнения на развитие у учащихся с ОПФР рефлексии, анализа собственного психологического состояния; разграничения «Я» и «не Я»; определения личностных предпочтений и ценностных позиций |
| 3. | Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся с ОПФР способности к эмпатии, самопознания, понимания происходящего и сопереживания чувствам другого человека |
| 4. | Игры и упражнения с использованием приемов идентификации (отождествление обычными школьниками себя с детьми, имеющими психофизические нарушения с последующим анализом-рефлексией) |
| ***Блок 2*** | ***Формирование коммуникативной компетенции у учащихся с ОПФР*** |
| 1. | Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся с ОПФР использованию диалогов ритуального, этикетного характера, выражающих приветствие, знакомство, прощание, извинение, благодарность |
| 2. | Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся с ОПФР использованию диалогов, связанных с обменом мнениями, выражающие согласие или несогласие, одобрение или возмущение, передающие эмоциональную реакцию (радость, огорчение) |
| 3. | Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся с ОПФР использованию диалогов-расспросов, формирующих умение спрашивать и отвечать, диалогов-побуждений к действию, выражающих просьбу |
| 4. | Игры и упражнения, направленные на формирование мотивации общения у учащихся с ОПФР и создание у них ситуации успеха при взаимодействии (с использованием образцов диалогов, опорных примеров общения, с напоминанием нужных речевых оборотов, комментирования действий, вспомогательных вопросов) |
| ***Блок 3*** | ***Моделирование поведения учащихся с ОПФР в различных жизненно важных ситуациях*** |
| 1. | Игры и упражнения, направленные на рассмотрение, оценку различных жизненных проблемных ситуаций. Учить делать правильный выбор учащимися с ОПФР из предложенных поведенческих стратегий. Совместный анализ эффективности выбора. Подготовка учащихся к самостоятельному решению проблем |
| 2. | Игры и упражнения, направленные на моделирование и воспроизведение конфликтных ситуаций, ориентирование учащихся с ОПФР на их конструктивное разрешение |
| 3. | Игры и упражнения, направленные на анализ недостатков в личностном развитии каждого учащегося с ОПФР с использованием практики оценивания себя и окружающих детей в процессе взаимодействия; на оказание помощи друг другу |
| 4. | Игры и упражнения, направленные на моделирование поведения учащихся с ОПФР при нарушении нравственно-этических принципов (формирование ценностей и потребностей, развитие оценочных способностей, учить делать нравственный выбор, |

| | |
|---|---|
| | формирование нравственных установок) |

Таблица 1 — Структура тренинга жизненных компетенций

В ходе тренинговых занятий у обучающихся с ОПФР отрабатываются приемы аттракции для установления первичного положительного контакта с другими людьми, происходит формирование рефлексивных навыков, анализа собственного психологического состояния; разграничения «Я» и «не Я»; определения личностных предпочтений и ценностных позиций; развитие у способности к эмпатии, самопознанию, пониманию происходящего и сопереживанию чувствам другого человека. Особое внимание уделяется играм и упражнениям с использованием приемов идентификации.

Для формирования жизненных компетенций у обучающихся с ОПФР в ходе тренингов используются игры и упражнения, направленные на обучение использованию диалогов ритуального, этикетного характера, выражающих приветствие, знакомство, прощание, извинение, благодарность, а также диалогов, связанных с обменом мнениями, выражающих согласие или несогласие, одобрение или возмущение, передающих эмоциональную реакцию (радость, огорчение). Не менее важно обучающимся овладеть и диалогом-расспросом для формирования умения спрашивать и отвечать, диалогом-побуждением к действию, выражающим просьбу. Отдельный цикл тренинговых занятий направлен на формирование мотивации общения и создание у них ситуации успеха при взаимодействии с использованием образцов диалогов, опорных примеров общения с образцами речевых оборотов, комментирования действий, вспомогательных вопросов.

Моделирование поведения обучающихся с ОПФР в различных жизненно важных ситуациях осуществляется через игры и упражнения, направленные на рассмотрение, оценку различных жизненных проблемных и конфликтных ситуаций. Дети учатся делать правильный выбор из предложенных поведенческих стратегий, анализируют их эффективность. Это готовит обучающихся к самостоятельному конструктивному решению проблем.

Игры и упражнения, направленные на анализ недостатков в личностном развитии обучающегося с ОПФР с использованием практики оценивания себя и окружающих детей в процессе взаимодействия и оказание помощи друг другу, а также игры и упражнения, направленные на моделирование поведения обучающихся с ОПФР при нарушении нравственно-этических принципов, позволяют формировать у детей ценности и потребности, развивать оценочные способности, учат делать нравственный выбор, формируют нравственные установки. Предлагаемый тренинг выстраивается по определенной структуре, представленной в таблице 2.

| Структурный компонент | Содержание |
|---|---|
| Разминка | Вступление, настрой на работу, ритуал. Создание условий для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много общего, повысить заинтересованность участников друг другом, совершение ритуальных действий на сплочение коллектива.<br>*Предложите группе соединить руки вместе и минуту сохранять молчание при проведении разминки и совершить групповые объятия после подведения итогов занятия, рефлексии. Ритуалы подчеркивают значимость коллективного процесса.* |
| Релаксация | Процесс обучения расслаблению по предлагаемой системе условно делится на три этапа:<br>1-ый этап — мышечных успокоений по контрасту с напряжением;<br>2-ой этап — мышечных успокоений по представлению; внушение покоя и расслабленности.<br>3-ий этап — внушение мышечного и эмоционального расслабления, введение формул правильной речи третьем этапе расслабление по контрасту с напряжением исключается. Повторяются уже известные детям формулы и вводятся новые, направленные на формирование навыков правильной речи. |
| Основная часть | Игры и упражнения по формированию необходимых умений и навыков.<br>Содержание каждого тренингового занятия имеет небольшое количество упражнений, основные из которых имеют пошаговую поддерживающую помощь обучающимся. Только при соблюдении данного условия возможно добиться полноценного усвоения предлагаемого материала и качественного прироста в личностном развитии детей с данной категорией детей. |
| Релаксация | Перед некоторыми играми и упражнениями по релаксации педагог говорит следующее: *«На наших занятиях мы будем учиться экономно расходовать свои силы. Силы нужны человеку, чтобы играть, думать, заниматься спортом, правильно говорить, писать, считать. Чтобы хорошо работать, нужно уметь и хорошо отдыхать. Сядем ближе к краю стула, обопремся о спинку, руки свободно положим на колени, ноги слегка расставим. Это* |

| | |
|---|---|
| | *поза покоя, все занятия мы будем начинать с позы покоя»* |
| Заключение | Рефлексия, подведение итогов, позволяющих задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте. |

Таблица 2 — Структура тренинга жизненных компетенций

Мониторинг эффективности проведения тренинга жизненных компетенций в классах интегрированного обучения и воспитания проводится 2 раза на протяжении учебного года (ноябрь, май) и осуществляется с помощью метода наблюдения [2].

С целью определения эффективности тренинга формирования жизненных компетенций педагогами ГУО «Витебский городской центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» было проведено исследование на базе двух учреждений общего среднего образования, опорных по интегрированному обучению и воспитанию: ГУО «Средняя школа №25 г. Витебска», ГУО «Средняя школа №38 г. Витебска».

Выборка исследования: 15 учащихся с ОПФР (дети с трудностями в обучении, дети с тяжелыми нарушениями речи, дети с нарушением слуха), возраст детей 9–10 лет.

Изучение состояния особенностей социального поведения у учащихся с ОПФР ставило перед собой задачи выявления частоты взаимодействия со сверстниками, особенностей их контактов со взрослыми, доступности использования адекватных способов и средств общения. Изучение проводилось на основе наблюдения за учащимися в повседневных и учебных ситуациях.

Сформированность компетенций оценивалась на трех уровнях: 1) сформировано; 2) частично сформировано; 3) не сформировано. А также оценивался положительный или отрицательный эмоциональный настрой ребенка в отношении сверстников. Результат оценивался положительно при условии проявления сочувствия и оказания помощи товарищу, нарушившему какую-то норму поведения или указание взрослого, разделения чувств со сверстником, оказания помощи сверстнику в затруднительной ситуации.

На начальном этапе коррекционной работы исследования показали, что большинство обучающихся с ОПФР испытывало трудности в выражении эмпатии (57%), проявлении сдержанности в различных конфликтных ситуациях (55%), понимании личностных особенностей и состояний окружающих (56%), а наиболее успешны испытуемые были в проявлениях активности и инициативности в контактах со взрослыми (50%) и сверстниками (55%).

По итогам экспериментального исследования количество обучающихся, испытывающих сложности в выражении эмпатии, уменьшилось на 7% (50%), проявляющих несдержанность в конфликтных ситуациях снизилось на 10% (45%); затрудняющихся в понимании личностных особенностей и состояний окружающих — на 6% (50%). Наблюдался рост проявления активности и инициативности в контактах со взрослыми до 70% (со взрослыми) и 75% (с детьми) соответственно.

Обучающиеся с ОПФР, у которых требуемые жизненные компетенции были сформированы, проявляли адекватные поведенческие реакции в различных ситуациях взаимодействия, были положительно настроены к взаимодействию со сверстниками и взрослыми, успешно его осуществляли; умели выразить эмпатию, анализировали свои и чужие поступки, оказывали реальную помощь. Они были активны, самостоятельны, сознательны в различных социальных ситуациях.

Обучающиеся, у которых требуемые жизненные компетенции были сформированы частично, не всегда проявляли адекватные поведенческие реакции в различных ситуациях взаимодействия, у них отмечалась лабильность настроя по отношению к процессу взаимодействия со сверстниками и взрослыми, нечеткость восприятия других людей. Они не всегда проявляли активность, самостоятельность, часто наблюдались моменты пассивности, равнодушия. Обучающиеся, у которых требуемые жизненные компетенции были не сформированы, демонстрировали поведение с проявлениями импульсивности, агрессивности по отношению к сверстникам, не проявляли сочувствия, были некритичны к своему поведению, пассивны, часто несамостоятельны.

Таким образом, результаты проведенного исследования свидетельствуют о эффективности тренинга жизненных компетенций с учащимися классов интегрированного обучения и воспитания для повышения эффективности работы по формированию мобильных форм поведения.

Анализ проведенного исследования показал, что у обучающихся с ОПФР формирование социальной осведомленности ведет к предотвращению конфликтов, решения затруднительных ситуаций при взаимодействии с окружающими, что позволит приблизиться к решению главной задачи современного образования по формированию и развитию личности обучающегося, способной в меру своих психофизических возможностей к самостоятельному анализу существующей ситуации, готовой принимать решения в условиях мобильного социума.

Используя тренинг жизненных компетенций, разработанный с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся с ОПФР, педагогические работники учреждений общего среднего образования смогут формировать у них умения и навыки, необходимые для жизнедеятельности, тем самым обогащая и расширяя деятельностный компонент их культурного опыта.

**Список литературы**

1.Алиева, М.А. Тренинг развития жизненных целей / М.А. Алиева, Т.В. Гришанович, Л.В. Лобанова. — СПб : Речь, 2016. — 216 с.

2. Басов, М.Я. Опыт методики психологического наблюдения над детьми дошкольного возраста / М.Я. Басов // Избранные психологические произведения. — М. : Педагогика. 1975. — С. 103–106.

3. Битянова, М.Р. Организация психологической работы в школе / М.Р. Битянова. — М. : Совершенство, 1997. — 298 с.

4. Вачков, И.В. Методы психологического тренинга в школе. Курс лекций / И.В. Вачков, // Школьный психолог. — 2004. — №33–34.

5. Цахаева, А.А. Реализация психологического ресурса адаптивного поведения в процессе развития личности / А.А. Цахаева, У.К. Аминов, Д.К. Аминова // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. — 2014. — №3 (28). — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/realizatsiya-psihologicheskogo-resursa-adaptivnogo-povedeniya-v-protsesse-razvitiya-lichnosti (дата обращения: 11.07.2026).

*Дата поступления в редакцию: 02.07.2026*

УДК 373.5.035:340

# ПРАВОСОЗНАНИЕ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ ПРОТИВОПРАВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ: СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ

*Лазуков Сергей Анатольевич*

***Аннотация.*** *В статье описываются результаты пилотажного исследования, раскрывающие особенности правосознания старших подростков противоправной направленности.*

***Ключевые слова:*** *правосознание, старшие подростки, противоправная направленность (деформации) правосознания.*

***Abstract.*** *The article presents the results of a pilot study revealing the characteristics of the legal consciousness of older adolescents with delinquent tendencies.*

***Keywords:*** *legal consciousness, older adolescents, unlawful orientation (distortions) of legal consciousness.*

Важной задачей учреждений общего среднего образования является профилактика деформаций правосознания старших подростков. Успешному решению отмеченной задачи будет способствовать выявление особенностей правосознания несовершеннолетних противоправной направленности. Однако результаты теоретического анализа свидетельствуют: в литературных источниках особенности правосознания старших подростков раскрываются по-разному, что затрудняет осмысление содержания исходного понятия. Так, по заключению Е.В. Лариной, правосознание подростков характеризуется фрагментарностью (пробельностью), отсутствием умений соотносить свои поступки с нормами закона и нести за них ответственность [11]. Е.Б. Кириллова отмечает, что деформации правосознания подростков обусловлены такими чертами их личности, как агрессивность, экстраверсия, конформность-нейротизм, конфликтность и др. [8]. А.А. Глисков и М.Г. Садовский выделяют следующие особенности правосознания подростков: установка на оценку субъекта социально-правового поведения, а не на предполагаемые последствия его поступков, эгоцентризм, значимость социально-правового поступка, а не следствия его совершения, высококонфликтное поведение и др. [5].

Важно указать и на отсутствие экспериментальных данных, позволяющих, во-первых, дать комплексную характеристику правосознанию старших подростков, а во-вторых, совершенствовать систему воспитательно-профилактической работы с несовершеннолетними в учреждениях общего среднего образования.

В целях выявления особенностей правознания старших подростков противоправной направленности нами проведено пилотажное исследование, в котором приняли участие 619 учащихся VIII–IX классов в возрасте от 13 до 16 лет. Базой для исследования выступили 8 государственных учреждений общего среднего образования Витебской области. Основными методами изучения являлись наблюдение, анализ экспертных оценок педагогов, а также анкетирование, которое проводилось при помощи разработанной анкеты «Анализ правосознания учащихся старшего подросткового возраста». Методологической основой для разработки анкеты выступила концепция информационно-педагогической системы формирования правосознания личности.

Содержание анкеты представлено семью блоками вопросов, соответствующими структуре правосознания личности: правовые знания, оценочное отношение к закону, социально-правовому поведению, субъектам социально-правового поведения, социально-нравственным ценностям, последствиям социально-правового поведения, представителям государственной власти и их деятельности.

Для выявления надежности разработанной анкеты был проведен подтверждающий факторный ана-