

СТАНДАРТ

**«ПОДГОТОВКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ
ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ
ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ (ВОСПИТАННИКОВ)
В ОРГАНИЗАЦИЯХ ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ,
ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ»**

2023

Содержание

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ.....	4
2. НОРМАТИВНАЯ ОСНОВА СТАНДАРТА.....	6
3. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ.....	9
4. ПОРЯДОК И УСЛОВИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ.....	13
4.1. Организации, осуществляющие подготовку детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни.....	13
а. Цель и задачи Стандарта подготовки воспитанников к самостоятельной жизни.....	13
б. Принципы деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни.....	14
с. Срок и периодичность осуществления деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни.....	15
4.2. Порядок включения воспитанников в подготовку к самостоятельной жизни.....	15
4.3. Кадры, обеспечивающие деятельность по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни.....	16
4.4. Материально-технические условия.....	18
5. СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ.....	19
5.1. Структура деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни.....	19
5.2. Содержание Программы по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни (компонент А).....	19
5.3. Подготовка пакета юридических документов к выпуску воспитанника из организации (компонент Б).....	39
5.4. Закрепление наставника для реализации комплекса мер по индивидуализации процесса подготовки воспитанника к самостоятельной жизни (компонент В).....	41

5.5. Проведение социально-психологического обследования воспитанников (компонент Г) (приложения 1, 2).....	42
5.6. Формы и методы, используемые в деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни	43
5.7. Особенности подготовки особо уязвимых (отдельных) категорий воспитанников к самостоятельной жизни	44
6. МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ	46
7. ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА ПОДГОТОВКИ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ	49
Приложение 1	51
Приложение 1.1	67
Приложение 2	102
Приложение 3	127

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящий стандарт распространяется на деятельность по подготовке к самостоятельной жизни детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, пребывающих в организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (далее соответственно – дети-сироты, организация для детей-сирот).

Настоящий стандарт устанавливает порядок, условия и содержание деятельности по подготовке детей-сирот к самостоятельной жизни, включающей обучение реализации и защите детьми своих прав и законных интересов, исполнению обязанностей, совершению юридически значимых действий, а также помощь в социальной адаптации, осуществляемой организациями для детей-сирот посредством вовлечения детей в процессы самообслуживания, оказания им консультативной, психологической, педагогической, юридической, социальной и иной помощи, обеспечения получения ими образования и трудоустройства, защиты прав и законных интересов, представительства детей в государственных органах, органах местного самоуправления и организациях.

Деятельность по подготовке осуществляется в отношении детей - сирот, находящихся под надзором в организации для детей-сирот, в том числе:

имеющих недостатки в психическом и (или) физическом развитии (далее - детей с ограниченными возможностями здоровья, ОВЗ),

являющихся инвалидами,

с социально значимыми заболеваниями и (или) страдающими заболеваниями, представляющими опасность для окружающих,

с нарушениями интеллектуального развития, с психическими расстройствами.

Деятельность по подготовке осуществляется также в отношении детей, временно помещенных в организацию для детей-сирот по заявлению родителей, усыновителей либо опекунов или попечителей в случаях,

предусмотренных законом, с учетом условий соглашения, заключенного между законными представителями, организацией для детей-сирот и органом опеки и попечительства о временном пребывании ребенка в организации для детей-сирот.

2. НОРМАТИВНАЯ ОСНОВА СТАНДАРТА

Правовую основу деятельности по подготовке к самостоятельной жизни составляют следующие нормативные правовые акты Российской Федерации:

Конституция Российской Федерации;

Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая);

Гражданский кодекс Российской Федерации (часть вторая);

Гражданский кодекс Российской Федерации (часть третья);

Гражданский кодекс Российской Федерации (часть четвертая);

Семейный кодекс Российской Федерации;

Трудовой кодекс Российской Федерации;

Жилищный кодекс Российской Федерации;

Федеральный закон от 24 июля 1994 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 24 ноября 1995 года № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 12 декабря 2023 года № 565-ФЗ «О занятости населения в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 21 декабря 1996 года №159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»;

Федеральный закон от 17 декабря 1999 года № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи»;

Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

Федеральный закон от 16 апреля 2001 года № 44-ФЗ «О государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей»;

Федеральный закон от 24 апреля 2008 года № 48-ФЗ «Об опеке и попечительстве»;

Федеральный закон от 29 декабря 2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

Федеральный закон от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 28 декабря 2013 года № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 11 августа 1995 года № 135-ФЗ «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)»;

Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Указ Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. № 358 «О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 24 мая 2014 года № 481 «О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 18 мая 2009 г. № 423 «Об отдельных вопросах осуществления опеки и попечительства в отношении несовершеннолетних граждан» (вместе с «Правилами осуществления органами опеки и попечительства проверки условий жизни несовершеннолетних подопечных, соблюдения опекунами или попечителями прав и законных интересов несовершеннолетних подопечных, обеспечения сохранности их имущества, а также выполнения опекунами или попечителями требований к осуществлению своих прав и исполнению своих

обязанностей», «Правилами ведения личных дел несовершеннолетних подопечных»).

3. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Для целей настоящего стандарта применяются следующие термины и определения:

Воспитанники организации для детей-сирот – дети, помещенные под надзор в организацию для детей-сирот, на основании акта органа опеки и попечительства, а также дети, временно помещенные в организацию для детей-сирот на основании трехстороннего соглашения, заключенного между законными представителями, организацией для детей-сирот и органом опеки и попечительства о временном пребывании ребенка в организации для детей-сирот.

Этап подготовки к выпуску из организации для детей-сирот – период, в течение которого в отношении воспитанников организации осуществляется деятельность по подготовке к выпуску. Согласно настоящему Стандарту, указанный период относится ко времени с достижения несовершеннолетним 14-летнего возраста и до окончания пребывания в организации для детей-сирот.

Подготовка к самостоятельной жизни – процесс формирования у воспитанников готовности преодолевать возможные трудности в решении возникающих социальных проблем, ответственного отношения к своей жизни и приобретения ими социальных и бытовых навыков, необходимых для самостоятельного проживания

Социальная адаптация - непрерывный, специально организованный процесс привыкания ребенка к социальному окружению (внутреннему и внешнему) через усвоение определенных норм и правил поведения, общения, установленных в организации для детей-сирот и в обществе с учетом обеспечения в организации условий социальной интеграции и инклюзивности, соблюдения высоких этических норм и уважения защищаемых на государственном уровне традиционных российских духовно-нравственных ценностей

Готовность к самостоятельной жизни - многомерный комплексный параметр, с помощью которого определяется степень формирования у воспитанника устойчивых социально-психологических особенностей, позволяющих успешно реализовать самостоятельную жизнедеятельность вне организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, включая определение способности и приобретенных воспитанником навыков преодолевать возможные трудности в решении возникающих социальных проблем, ответственно относиться к своей жизни, самостоятельно проживать

Деятельность по подготовке к самостоятельной жизни - комплекс мер, включающий обучение реализации и защите детьми своих прав и законных интересов, исполнению обязанностей, совершению юридически значимых действий, а также помощь в социальной адаптации, осуществляемый организациями для детей-сирот посредством вовлечения детей в процессы самообслуживания, оказания им консультативной, психологической, педагогической, юридической, социальной и иной помощи, обеспечения получения ими образования и трудоустройства, защиты прав и законных интересов, представительства детей в государственных органах, органах местного самоуправления и организациях. Деятельность по подготовке к самостоятельной жизни осуществляется на этапе подготовки воспитанников к выпуску из организации для детей-сирот и состоит из четырех основных компонентов: программы (комплекса программ) подготовки воспитанника к самостоятельной жизни; юридических документов для выпуска из организации; индивидуального куратора (наставника) на этапе подготовки к выпуску из организации, социально-психологического обследования воспитанника.

Компонент «Программа подготовки к самостоятельной жизни» является компонентом подготовки и представляет собой единую (комплексную) образовательную или воспитательную программу, либо комплекс программ образовательной, воспитательной, профориентационной, иной специализированной направленности, с рекомендованным данным

стандартом содержанием, по подготовке воспитанника, достигшего определенного возраста, для получения знаний, умений и навыков самостоятельной жизни вне организации для детей-сирот. Программа подготовки к самостоятельной жизни может быть дополнительной общеразвивающей программой или рабочей программой воспитания или иной обучающей программой.

Компонент «Юридические документы для выпуска из организации для детей-сирот» - комплекс юридически значимых действий по оформлению совместно с воспитанником предусмотренных законами и иными нормативными правовыми актами документов, касающихся его статуса, образования, здоровья, социальных гарантий, места жительства и предоставления жилого помещения, имущественных вопросов, и защите прав подопечного, связанных с юридическими документами для выпуска из организации и начала самостоятельной жизни вне организации

Компонент «Индивидуальный куратор (наставник) на этапе подготовки к выпуску из организации для детей-сирот» - состоит в закреплении за ребенком на этапе подготовки к выпуску из организации для детей-сирот индивидуального куратора (наставника) в целях индивидуализации процесса подготовки воспитанника к выпуску. Индивидуальный куратор (наставник) относится к категории внутреннего наставника (сотрудника организации) и является педагогическим работником организации для детей-сирот, постоянно находящимся с воспитательной группой детей, выполняющим помимо функций воспитателя, функции индивидуального куратора воспитанника на этапе подготовки к выпуску из организации для детей-сирот и непосредственно перед выпуском. Наставник назначается с учетом мнения воспитанника. Наставником может быть куратор, закрепленный за ребенком в индивидуальном плане развития и жизнеустройства ребенка (далее ИПРЖУ) на момент достижения несовершеннолетним возраста 14 лет или иной педагогический работник организации, назначенный приказом руководителя.

Компонент «Социально-психологическое обследование» – измерительная процедура, основанная на применении психодиагностического комплекса, направленного на оценку уровня личностных ресурсов и дефицитов воспитанников, которые могут способствовать или препятствовать их успешной социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни, осуществляемая на этапе подготовки воспитанника к выпуску из организации с определенной периодичностью с целью эффективной реализации подготовки воспитанника к выпуску из организации и определения готовности воспитанника к самостоятельной жизни.

Наставник (внешний) – доброволец (волонтер), готовый взаимодействовать с воспитанником на регулярной основе в течение продолжительного времени (не менее одного года) по вопросам подготовки к самостоятельной жизни на этапе выпуска из организации. Наставник (внешний) относится к дополнительным элементам подготовки выпускника. Наставник проходит отбор, подготовку в некоммерческой организации, имеющей договор/соглашение с организацией для детей-сирот о наставничестве. Формирование пары «наставник – воспитанник» осуществляется только с согласия воспитанника. Наставник своей деятельностью не подменяет функционал педагогических работников организации. В качестве наставника (внешнего) также могут выступать выпускники организаций для детей-сирот, а также иные лица, занимающиеся добровольческой (волонтерской) деятельностью в соответствии с законодательством о благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве).

4. ПОРЯДОК И УСЛОВИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

4.1. Организации, осуществляющие подготовку детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни

К организациям, осуществляющим подготовку детей-сирот к самостоятельной жизни относятся организации для детей-сирот – образовательные организации, медицинские организации, организации, оказывающие социальные услуги, в которые временно помещаются под надзор дети-сироты.

К организации и проведению подготовки к самостоятельной жизни могут привлекаться некоммерческие организации, деятельность которых направлена на защиту прав и законных интересов детей-сирот, и предоставление услуг в сфере подготовки их к самостоятельной жизни на условиях и в формах, предусмотренных законодательством Российской Федерации с учетом требований обеспечения инклюзивности и социальной интеграции в отношении воспитанников.

а. Цель и задачи Стандарта подготовки воспитанников к самостоятельной жизни

Целью настоящего Стандарта подготовки воспитанников к самостоятельной жизни является определение содержания деятельности по подготовке воспитанников организаций для детей-сирот к самостоятельной жизни и требований к условиям ее реализации.

Задачи по реализации цели Стандарта подготовки воспитанников к самостоятельной жизни:

формирование единых требований для всех типов организаций для детей-сирот по осуществлению деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

определение содержания Программы подготовки воспитанников к самостоятельной жизни

определение специфики подготовки воспитанников, относящихся к категории особо уязвимых

определение роли индивидуального куратора (наставника) в подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

определение критериев готовности выпускников к самостоятельной жизни

в. Принципы деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

Деятельность по подготовке к самостоятельной жизни детей-сирот осуществляется на основе принципов:

принцип дифференцированного подхода, предусматривающий учет возрастных и психофизических особенностей развития детей-сирот, и уделение особого внимания уязвимым категориям воспитанников;

принцип индивидуального подхода, предусматривающий учет индивидуальных особенностей ребенка и его жизненной ситуации;

принцип развивающихся способностей ребенка, обеспечивающий поддержание самостоятельности детей в осуществлении своих прав и пропорциональность запретов и ограничений;

принцип самореализации, предусматривающий создание условий для раскрытия возможностей и талантов ребенка;

принцип содействия, предусматривающий учет мнения ребенка в принятии решений, касающихся его жизни, и объем дееспособности воспитанников на этапе подготовки к выпуску из организации;

принцип устойчивости, предусматривающий достижение долгосрочного эффекта;

принцип своевременности, обеспечивающий формирование у воспитанников необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной жизни, а также получение помощи и содействия с учетом достаточного периода времени, предшествующего выпуску воспитанника из организации для детей-сирот;

принцип преемственности деятельности по подготовке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной жизни и сопровождения выпускников организаций после прекращения их пребывания в организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

с. Срок и периодичность осуществления деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

Осуществление деятельности по подготовке к самостоятельной жизни начинается с достижения воспитанника организации для детей-сирот возраста 14-лет либо, если ребенок старшего возраста, с момента его поступления в организацию.

Продолжительность подготовки определяется, как правило, возрастом наступления совершеннолетия, по достижении которого воспитанник прекращает пребывание в организации. Завершение подготовки может наступить до наступления совершеннолетия ребенка, если ребенок, находящийся в организации под надзором, выбывает из организации по причине устройства в замещающую семью, возвращения в кровную семью, поступления в образовательную организацию или по иным основаниям достижения совершеннолетия ранее 18-летнего возраста, в частности, при вступлении в брак или эмансипации.

Периодичность подготовки определяется условиями программы подготовки к самостоятельной жизни и ИПРЖУ.

4.2. Порядок включения воспитанников в подготовку к самостоятельной жизни

4.2.1. Наступление 14-летнего возраста у воспитанника является основанием для включения его в реализацию комплекса мер, направленных на подготовку к самостоятельной жизни.

4.2.2. Руководитель организации для детей-сирот издает локальный акт:
о включении в группу уже проходящих подготовку к выпуску воспитанников;

о подготовке пакета юридических документов;

о внесении изменений в ИПРЖУ с учетом мероприятий, согласующихся с Программой;

о проведении социально-психологического обследования воспитанника;

о закреплении индивидуального куратора (наставника), обеспечивающего индивидуализацию подготовки воспитанника.

4.2.3. Воспитанника информируют о цели и задачах подготовки к самостоятельной жизни и комплексе мер, включенных в подготовку. Также, воспитанника информируют о графике и месте проведения занятий по Программе.

4.2.4. За воспитанником закрепляется наставник для индивидуальной работы по ИПРЖУ в период подготовки к самостоятельной жизни. ИПРЖУ во взаимодействии наставника и воспитанника корректируется с учетом направлений подготовки и индивидуальных потребностей воспитанника, а также с учетом мнения воспитанника (принцип содействия);

4.2.5. Подготовка пакета юридических документов осуществляется во взаимодействии с воспитанником и основана на принципах содействия и своевременности;

4.2.6. Социально психологическое обследование воспитанника проводится с целью составления предварительного прогноза и выявления мишеней подготовки к самостоятельной жизни.

4.3. Кадры, обеспечивающие деятельность по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

4.3.1. Специалисты, обеспечивающие деятельность по подготовке к самостоятельной жизни, обладают компетенциями для помощи в социальной адаптации детей-сирот, в том числе в осуществлении мер по защите их прав и законных интересов, по направлениям деятельности, определенным настоящим стандартом, а именно, реализации программы подготовки воспитанников к самостоятельной жизни, подготовки пакета юридических

документов, реализации ИПРЖУ, проведении социально-психологического обследования для определения уровня готовности к самостоятельной жизни.

4.3.2. Кадровое обеспечение программы обеспечивают специалисты (работающие на постоянной основе или привлеченные): педагог дополнительного образования, а также воспитатели, педагог-организатор, социальный педагог, педагог-психолог, врач-педиатр, социальный педагог, специалист-реабилитолог, специалист по социальной работе и другие. К деятельности по подготовке привлекаются специалисты с базовым образованием и (или) прошедшие специальную подготовку, соответствующую направлению программы подготовки воспитанников организаций для детей-сирот к самостоятельной жизни и (или) проведению социально-психологического обследования.

4.3.3. Привлекаемый к подготовке воспитанника наставник (индивидуальный куратор) относится к числу педагогических работников организации для детей-сирот.

4.3.4. Специалисты, обеспечивающие деятельность по подготовке воспитанников организаций для детей-сирот к самостоятельной жизни должны поддерживать квалификацию на высоком уровне периодической учебой на курсах переподготовки и повышения квалификации, включая вопросы правовой, финансовой, психологической, педагогической, социальной грамотности, медиации, выхода из кризисных ситуаций, а также использовать другие формы профессионального развития, включая самообразование.

4.3.5. Взаимодействие организации для детей-сирот с негосударственными некоммерческими, в том числе общественными и религиозными организациями, благотворительными фондами, а также отдельными гражданами - добровольцами (волонтерами), осуществляется в целях реализации отдельных мероприятий, направленных на обеспечение подготовки воспитанников к самостоятельной жизни в случае оказания им помощи в развитии и социальной адаптации, подготовке к самостоятельной

жизни и оказания юридической помощи в порядке, установленном законодательством Российской Федерации. Взаимодействие осуществляется на основании соглашения о сотрудничестве, договора оказания услуг или иных, установленных законодательством Российской Федерации форм привлечения указанных лиц.

4.4. Материально-технические условия

4.4.1. Организация для детей-сирот обеспечивает в соответствии с возрастом и особенностями развития детей наличие развивающего, обучающего, игрового и спортивного оборудования и инвентаря, издательской продукции, мебели, технических и аудиовизуальных средств воспитания и обучения, необходимых для реализации Программы подготовки и отвечающих требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, требованиям к безопасности продукции, установленным законодательством Российской Федерации.

4.4.2. В организации для детей-сирот создаются условия для самостоятельного проживания воспитанников в отдельном оборудованном помещении, в том числе в форме тренировочной (учебной) квартиры, «постинтернатного» блока.

5. СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

5.1. Структура деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни должна быть направлена на проведение комплекса мероприятий, предусматривающих содержание работы по следующим компонентам:

А. Реализация программы подготовки воспитанников к самостоятельной жизни.

Б. Подготовка пакета юридических документов к выпуску воспитанника из организации для детей-сирот.

В. Закрепление наставника (куратора) для реализации комплекса мер по индивидуализации процесса подготовки воспитанника к самостоятельной жизни.

Г. Проведение социально-психологического обследования и определение уровня готовности воспитанника к самостоятельной жизни.

5.2. Содержание Программы по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни (компонент А)

Подготовка воспитанников к самостоятельной жизни осуществляется на основании Программы, содержание которой определяется по следующим направлениям:

социально-бытовое самообслуживание;

социально-правовая подготовка;

коммуникативная подготовка;

профориентационная подготовка;

подготовка к трудовой деятельности;

здоровьесбережение;

экономическая грамотность;

подготовка к самостоятельной семейной жизни и осознанному родительству;

подготовка к проведению досуга;
безопасность;
сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

Примерный перечень тем Программы подготовки:

5.2.1. Социально-бытовое самообслуживание.

5.2.1.1. Включает в себя:

Проведение занятий по формированию культурно-гигиенических навыков, бытовых и трудовых навыков, обустройству жилых помещений, основам прикладного искусства, приготовлению пищи и навыкам сервировки стола; формированию общих представлений о видах одежды, обуви, головных уборах, их назначении, правилах ухода.

Знакомство с понятиями личной гигиены, декоративной косметики, формирование навыков по уходу за собой (ежедневные гигиенические процедуры, уход за волосами, руками, ногами, внешним видом).

Знакомство с видами одежды и головных уборов. Их назначение, размеры. Повседневный уход за одеждой, предупреждение загрязнения, чистка. Ремонт и стирка одежды, ремонт обуви.

Знакомство с бытовой техникой и правилами ее пользования.

Состав основных блюд, включая горячую еду, способы приготовления.

Места приобретения продуктов, оценка качества товара и продуктов питания в магазине и на рынке, примерную стоимость, использование скидок, купонов, участие в акциях и прочих мероприятиях.

Закрепление практических навыков социально-бытового самообслуживания рекомендовано проводить с использованием технологии «Тренировочная квартира» либо аналогичных технологий.

5.2.1.2. Знакомство с видами жилых помещений (в городе и сельской местности), вариантами квартир и подсобных помещений, видами отопления; организация обустройства жилых комнат, приобретение бытовых и трудовых навыков по содержанию жилья.

Знакомство с основными правами и обязанностями нанимателей и собственников жилья, понятиями «наниматель», «собственник», «договор социального найма», «договор специализированного найма жилого помещения».

Знакомство со сферой имущественных отношений, жилищными управляющими организациями, организация экскурсий в управляющие жилищные организации, знакомство с их деятельностью и услугами, формирование навыков взаимодействия с жилищными организациями.

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению: правила, последовательность и периодичность уборки жилых помещений, туалетных комнат.

5.2.1.3. Воспитанники должны знать:

правила личной гигиены, периодичность и правила ухода за зубами, волосами (средства борьбы с перхотью), руками, ногами, внешним видом;

виды декоративной косметики и ее назначение;

периодичность уборки жилого помещения;

понятие "интерьер" и виды интерьера;

правила пользования бытовой техникой;

технологии мелкого ремонта одежды;

правила ручной и машинной стирки, особенности средств бытовой химии для стирки;

санитарно-гигиенические правила на кухне;

сроки и порядок хранения продуктов и готовой пищи;

виды блюд к завтраку, обеду и ужину;

правила поведения и порядок оплаты в разных магазинах, на рынке;

стоимость основных продуктов, используемых для приготовления завтрака, обеда, ужина;

как оценить качество товара и продуктов питания на рынке.

Воспитанники должны:

подбирать косметические средства для ухода за кожей лица, рук, ног;

иметь навыки ухода за одеждой и обувью, жильем;
иметь навыки обустройства жилого помещения;
иметь навыки пользования бытовой техникой;
иметь основные навыки приготовления пищи и сервировки стола;
уметь подбирать крем и чистить обувь;
уметь накрывать на стол с учетом конкретного меню;
уметь выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;
уметь соблюдать правила поведения в магазине;
уметь производить сухую и влажную уборку помещений, (повседневную и генеральную),
уметь ухаживать за мебелью, полом, производить уборку кухни, санузла;
уметь использовать бытовые химические средства по назначению.

5.2.2. Социально-правовая подготовка

5.2.2.1. Включает в себя:

Проведение бесед по ознакомлению с общими нормами и правилами в обществе, системой взаимоотношений между государством и гражданином, основными документами, регулирующими права и обязанности граждан, воспитание уважения к закону.

Проведение занятий по вопросам социального обеспечения, социальной защиты населения, структуры системы социального обеспечения в государстве, видах государственной помощи и системы льгот для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Проведение практических, тренинговых занятий по формированию гражданской позиции, ответственного поведения, воспитания уважения к закону, повышение правовой грамотности, общению со специалистами различных ведомств. Организация встреч с адвокатом, нотариусом, прокурором, налоговым инспектором. Практические занятия по подготовке

письменных обращений в органы социальной защиты населения, по общению со специалистами этих организаций, по получению необходимой информации. Экскурсии в организации социального обслуживания населения.

Знакомство с общими нормами и правилами в обществе, основными документами, регулирующими права и обязанности граждан.

Формирование ответственного поведения; знакомство с ОВД, их деятельностью и услугами; со специалистами, которые работают в различных отделах организации, обучение получению информации со стендов, общению со специалистами.

Формирование ответственности подростков за свое поведение, предупреждение правонарушений.

Знакомство с правами, обязанностями и льготами воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Знакомство с функционированием системы социального обеспечения в государстве, видами государственной помощи и системы льгот для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с понятиями «социальное обеспечение», «категории населения», «налоги», «пенсионное страхование».

Формирование представлений об организациях системы социального обеспечения, навыков обращения (письменного и устного) в эти организации, взаимодействия со специалистами этих организаций и получения необходимой информации в данных организациях.

Содействие в направлении на бесплатное обучение на курсах дополнительного профессионального образования;

5.2.2.2. Воспитанники должны знать:

нормы и правила, принятые в обществе;

символы, функции государства;

общее представление о гражданской ответственности;

основные документы, регулирующие права и обязанности граждан (Конституция, Гражданский, Семейный и другие кодексы) в том числе, перечень документов при вступлении в брак, рождении ребенка, первичном трудоустройстве, пособие на ребенка до 3-х лет и прочие вопросы;

сведения об уголовной ответственности граждан;

культуру безопасного поведения в обществе;

правила поведения с работниками правоохранительных органов и иных органов и ведомств.

Воспитанники должны уметь:

получать необходимую информацию в правоохранительных органах и иных органах и ведомствах;

писать заявление в правоохранительные органы и иные органы и ведомства;

соблюдать нормы и правила, принятые в обществе.

5.2.3. Коммуникативная подготовка

5.2.3.1. Включает в себя:

Проведение бесед, практических занятий по формированию навыков эффективного общения, общения со старшими и сверстниками.

Проведение тренинговых занятий по обучению навыкам уверенного поведения в общении, формированию представлений о сети социальной поддержки и навыках дружеских отношений.

Формирование навыков эффективного общения (вербального и невербального), формы общения со старшими и сверстниками при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим; формы выражения благодарности.

Знакомство с формами манипуляций в общении, формирование навыков их преодоления.

Правила знакомства с сетями социальной поддержки, формирование навыков дружеских отношений. Общие правила поведения в общественных местах.

Развитие способности строить доверительные отношения с помогающими взрослыми.

Знакомство с понятием конфликтов в отношениях, формирование навыков бесконфликтного общения.

Знакомство с понятием стресса, формирование умения распознавать стрессовое состояния у себя и другого, со способами преодоления стресса.

5.2.3.2. Воспитанники должны знать:

формы общения со взрослыми и сверстниками

формы эффективного и бесконфликтного общения

формы выражения свои чувств

правила поведения в общественных местах

Воспитанники должны уметь:

применять методы эффективного общения

владеть методами бесконфликтного общения

выражать вербально и невербально свои чувства и понимать чувства других людей

5.2.4. Профориентационная подготовка

5.2.4.1. Включает в себя:

Проведение комплекса диагностических мероприятий по выявлению сферы профессиональных интересов и предпочтений воспитанников, определение интересов, склонностей, задатков, способностей.

Знакомство с понятиями «профессия» и классификацией профессий, «специальность», обучение способами поиска информации, связанной с выбором профессии.

Обучение соотнесению собственных качеств и способностей с требованиями, которые предъявляет к человеку конкретная профессия; обучение осознанию связи между получением профессии и образованием.

Знакомство с некоторыми правовыми аспектами, связанными с получением образования; пониманию связей между уровнем образования и запросом рынка труда.

Формирование психологической готовности к самостоятельному выбору на основе информации о мире профессий и тенденциях (востребованность, новые профессии, внедрение IT – технологий в различные профессиональные сферы и пр.);

Знакомство с перечнем профессий, востребованных на региональном рынке труда.

Проведение индивидуальных занятий по содействию воспитаннику в обобщении личного опыта, формированию умения анализировать прошлый опыт, прогнозировать будущее, умение планировать день, строить жизненные планы.

Проведение практических занятий по развитию профессиональных навыков (например, по направлениям «Ворлдскиллс Россия»).

Организация экскурсий на предприятия, в организации.

Организация посещения Центра занятости с целью консультирования по вопросам возможного трудоустройства и наличия вакантных рабочих мест с учетом профессиональной пригодности или обучение на курсах;

Помощь в составлении резюме для будущего работодателя и его использовании при поиске работы;

Практикум по использованию интернет-ресурсов в поиске вакансий;

Восполнение пробелов в знаниях по школьной программе к подготовке к ОГЭ и (или) ЕГЭ.

5.2.4.2. Выбор и построение образовательной траектории проводится совместно с воспитанником на основании результатов профориентации с учетом способностей и особенностей здоровья, а также, учета мнения воспитанника (не менее двух вариантов для поступления в СПО или ВПО).

5.2.4.3. Воспитанники должны знать:

информацию о мире профессий, понятия "профессия", "специальность", "способности", определяющие выбор профессии;

свои интересы, способности;

правила построения жизненного плана;

правовые аспекты, связанные с получением образования.

Воспитанники должны уметь:

учитывать свои способности и особенности здоровья при определении видов профессий и специальностей, которыми они могут овладеть.

искать информацию, связанную с выбором профессии и соответствующим образованием;

планировать свой жизненный план на ближайшую перспективу;

составлять резюме для устройства на работу.

5.2.5. Подготовка к трудовой деятельности

5.2.5.1. Включает в себя:

Проведение занятий по формированию общего представления об основах трудового законодательства и правовых аспектах, связанных с первичным трудоустройством; условиях получения дополнительного профессионального образования; основах делового общения при первичном контакте с работодателем.

Ознакомление с понятием "адаптация при трудоустройстве", документами, необходимыми для поиска работы и первичного трудоустройства.

Беседы по правовым аспектам трудоустройства, в том числе первичного трудоустройства, о проблемах при трудоустройстве и их решении, трудовых отношениях, конфликтах и их решении.

Практические занятия по формированию умения находить информацию, связанную с поиском работы, составлению резюме, делового общения при первичном контакте с работодателем, с трудностями, встречающимися во время поиска работы.

5.2.5.2. Содействие в поиске работы и трудоустройстве (информирование о ситуации на рынке труда, помощь в поиске работы, в поступлении на курсы дополнительной профессиональной подготовки, семинары в центре занятости);

Организация временного трудоустройства воспитанников в летний период в молодежные трудовые отряды.

5.2.5.3. Воспитанники должны знать:

взаимосвязь между профессией, образованием, доходом;

связь между уровнем образования и запросом рынка труда;

способы поиска работы и возможные трудности во время поиска работы;

организации, оказывающие содействие в поиске работы;

потребности региона в определенных профессиях;

Воспитанники должны уметь:

искать и получать информацию, связанную с поиском работы;

использовать свои трудовые умения в повседневной жизни;

уметь анализировать свою профессиональную пригодность.

5.2.6. *Здоровьесбережение*

5.2.6.1. Включает в себя:

Формирование ответственного отношения к своему здоровью и заботы о нем, ответственности за последствия своих решений; рассмотрение связей между здоровьем тела и здоровьем духа.

Формирование навыков ответственного поведения, привитие интереса к физическим занятиям, спорту; осознание последствий употребления ПАВ и мотивация сознательного отказа от вредных привычек.

Профилактика вредных привычек, малоподвижного образа жизни, ожирения, булимии, анорексии; основы здорового питания.

Знакомство с симптомами наиболее распространенных заболеваний, правилами оказания первой помощи.

Виды медицинской помощи: скорая помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов "скорой помощи" и врача на дом. Первая помощь при ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Лекарственные растения и их применение в профилактике и лечении заболеваний.

Знакомство с сетью медицинских учреждений и их назначением: больницы, поликлиники, диспансеры, медицинское страхование, аптеки. Государственные и платные медицинские организации.

Посещение учреждений здравоохранения по месту жительства, формирование навыков работы со справочным материалом в сфере медицинских услуг и общения в данной сфере.

Составление алгоритма посещения и/или сопровождение в медицинское учреждение для выполнения медицинских процедур; наличие необходимых документов.

Знакомство с нормативными правовыми актами граждан в области здравоохранения; формирование навыков общения в сфере медицинских услуг.

5.2.6.2. Формирование приверженности к лечению у воспитанников, живущих с пожизненными инфекционными заболеваниями с социально значимыми заболеваниями и (или) страдающих заболеваниями, представляющими опасность для окружающих, к постоянному и регулярному приему медицинских препаратов.

5.2.6.3. Сопровождение и посещение воспитанника в стационарном лечебно-профилактическом учреждении в период лечения; медико-санитарное просвещение, формирование у него культурно-гигиенических навыков.

5.2.6.4. Воспитанники должны знать:

общее представление о духовном и физическом здоровье, их взаимосвязи;

правила закаливания организма, правила обтирания;

требование гигиены сна и подготовки домашних заданий;

о здоровом и рациональном питании;

основные правила ведения здорового образа жизни;

общее представление о нормативных правовых актах в области здравоохранения;

медицинские учреждения по месту проживания и правила поведения в них;

правила общения с медицинским персоналом;

функции основных врачей-специалистов;

виды медицинской помощи;

лекарственные растения;

состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства и т.д.);

правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;

названия и график приема препаратов, способы контролирования и пополнения запасов медикаментов, местонахождение медицинского учреждения, где он наблюдается;

уровень вирусной нагрузки и последствия для своего здоровья при нарушении режима приема препаратов, должен знать о вероятности формирования резистентности при низкой приверженности,

об ответственности за заражение партнера и права людей, живущих с ВИЧ,

инструменты поддержки приверженности (таблетницы, календари, онлайн-сервисы и другие).

Воспитанники должны уметь:

заботиться о своем здоровье;

получать необходимую информацию о поддержании собственного здоровья и медицинских услугах;

записываться на прием к врачу;

вызывать врача на дом;

приобретать лекарства в аптеке;

пользоваться перевязочными и дезинфицирующими средствами

контакты благотворительных фондов, помогающих организаций и групп «равный-равному».

5.2.7. Экономическая грамотность

5.2.7.1. Включает в себя:

Проведение занятий по формированию общего представления о денежных знаках, финансовых документах, умению распоряжаться определенной суммой наличных средств на примере личного и семейного "расходного" и "доходного" бюджета.

Обучение ведению домашнего хозяйства; закупке необходимых предметов домашнего обихода.

Обучение решению вопросов оплаты жилья и коммунальных услуг: снятие показаний счетчиков, заполнение счетов и квитанций; внесение платежа из средств выпускника за жилищно-коммунальные услуги; оформление субсидий на оплату жилья; оказание помощи в обустройстве жилья на период учебы; отслеживание условий проживания, помощь в решении бытовых вопросов.

Обучение обращению в организации предоставления услуг предприятиями торговли, коммунально-бытового обслуживания, связи и другими организациями, оказывающими услуги населению в пределах административно-территориального района проживания.

Консультирование по вопросам: покупки и доставки на дом бытовой техники; оформления заявок на ремонт (замену сантехнических приборов, смесителей, замков, труб водоснабжения и др.) и прочее.

Проведение сюжетно-ролевых игр, тренинговых занятий по формированию навыков обращения с денежными средствами, по умению грамотно распределять приоритеты покупок.

Практикумы по рациональному использованию денежных средств; расчет бюджета на неделю, месяц, год; покупка продуктов питания и промышленных товаров первой необходимости (предметов личной гигиены, моющих и чистящих средств, одежды, обуви и пр. на одежду и питание); рациональному использованию денежных средств, находящихся на сберегательных счетах.

Знакомство с понятием "бюджет", из чего он складывается. Формирование умения распоряжаться определенной суммой наличных средств на примере личного и семейного "расходного" и "доходного" бюджета.

5.2.7.2. Знакомство с основными понятиями и законодательством Российской Федерации по вопросам защиты прав потребителей, финансовой грамотности.

Знакомство с основными финансовыми документами, формирование умения оформлять необходимые документы. Знакомство с понятиями "платательщик", "счет", "реквизиты", "банк", правилами оформления счетов: "оплата коммунальных услуг, телефона и т.д."

Организация экскурсий в банк, налоговую инспекцию по получению практических знаний о работе данных учреждений, по формированию умения оформлять необходимые документы.

Знакомство с ролью и функцией денежных знаков, формирование умения распоряжаться денежными средствами (потребности, желания, возможности).

Денежные средства выпускников и как их использовать после выпуска из организации.

5.2.7.3. Воспитанники должны знать:

понятия "деньги", "бюджет", "платательщик", "счет", "реквизиты", "банк";

основные финансовые документы;

правила оформления и оплаты счетов;

правила экономии, виды и цели сбережений, порядок помещения денег в банк, виды лотерей;

периодичность и порядок оплаты коммунальных услуг, услуг связи и др.;

порядок планирования крупных покупок;

примерную стоимость одежды, обуви, мебели и т.д.

Воспитанники должны уметь:

планировать и подсчитывать расходы на жизненно важные и текущие потребности;

оплачивать коммунальные и другие виды услуг.

5.2.8. Подготовка к самостоятельной семейной жизни и осознанному родительству

5.2.8.1. Включает в себя:

Осознание и принятие своего опыта проживания в семье, взаимоотношений со своими родителями; осознание настоящего и проектирование будущего. Построение своего генеалогического древа.

Знакомство с понятием "семья", видами семьи, значением семьи в жизни человека; особенности построения семейных отношений. Проектирование себя в воображаемом семейном будущем.

Формирование представлений о браке и семье, о нормах и правилах (моральном кодексе), по которым живет семья. Знакомство с законами, определяющими жизнь семьи в обществе, с Семейным кодексом Российской Федерации.

Проведение бесед о семье, семейных взаимоотношениях, правилах поведения в семье, значении семьи в жизни человека; о причинах конфликта и его разрешении; правилах поведения в семье; формирование представлений по уходу за ребенком и привитие навыков по уходу за ним.

Ознакомление с мерами поддержки и социальной защиты материнства и детства; обучение основным мерам гражданско-правового обеспечения осознанного родительства.

Формирование позитивного принятия будущего, представления о правах и обязанностях родителей, об ответственности родителей за воспитание детей. Знакомство с понятием заботы о детях, законами, охраняющими права детей. Проектирование позитивного представления собственного будущего.

Проведение ролевых игр, тренинговых занятий об устройстве семьи; привитие практических навыков семейной жизни; осознание и принятие своего опыта проживания в семье, осознание настоящего и проектирование будущего. Организация экскурсии в ЗАГС, знакомство с деятельностью работников и услугами, формирование навыков взаимодействия с ними.

Проведение практических занятий по уходу за новорожденным и младенцем; организация школа будущих родителей для воспитанников обоего пола.

5.2.8.2. Понятие семейного бюджета. Питание в семье, разработка меню, кухонные принадлежности, сервировка стола, хранение продуктов, гигиена на кухне.

5.2.8.3. Воспитанники должны знать:

понятие "семья", состав семьи;

основные права и обязанности членов семьи;

понятие психологического климата семьи;

навыки бесконфликтного взаимодействия;

особенности проявления заботы о детях, воспитание детей;

современные методы планирования семьи;

особенности развития детей;

особенности питания детей (режим питания, набор продуктов, их питательная ценность, витамины).

Воспитанники должны уметь:

проявлять заботу о людях, входящих в близкий круг;

применять навыки бесконфликтного общения;

применять элементарные навыки заботы и ухода за ребенком;

планировать семейный бюджет

составлять меню готовить блюда (для ежедневного питания)

использовать кухонные принадлежности и бытовую технику по назначению и т.п.

5.2.9. Подготовка к проведению досуга

5.2.9.1. Включает в себя:

Выявление собственных предпочтений, интересов, хобби, которыми можно заниматься в свободное время.

Формирование представлений о различных способах проведения досуга и сознательного отношения к планированию своего свободного времени.

Выявление инфраструктуры проведения свободного времени: досуговые центры, секции, кружки, клубы по интересам, выставки, кинотеатры и театры и другие учреждения культуры, досуговые мероприятия на территории проживания, муниципального и регионального уровня, активные формы отдыха.

5.2.9.2. Воспитанники должны знать:

различные способы проведения досуга в соответствии со своими предпочтениями, хобби;

инфраструктуру досуговых центров, спортивных учреждений, учреждений культуры;

формы общения при проведении досуга.

Воспитанники должны уметь:

планировать свое свободное время;

самостоятельно организовывать различные формы досуга;

организовать семейные праздники и праздники, связанные с датами.

5.2.10. *Безопасность*

5.2.10.1. Включает в себя:

Формирование представлений об основах безопасности в быту.
Техника безопасности пользования бытовыми приборами.

Знание Правил дорожного движения для пешеходов.

Знание правил пожарной безопасности и модели поведения при пожаре.

Знание мер безопасности и поведения в экстремальных ситуациях, при природных и техногенных катастрофах, в местах массового скопления

населения. Проведение моделирования и анализа поведения в различных ситуациях.

Ориентирование на местности, знание правил поведения, когда потерялся, заблудился.

Формирование грамотности воспитанников по вопросам информационной безопасности, защиты персональных данных, личной информации, информации, которая может представлять вред собственному развитию и здоровью, а также угрозу жизни.

Противостояние вовлечению в психологическое насилие в киберпространстве, вовлечению в кибербуллинг, кибергруминг, секстинг.

Безопасное общение в социальных сетях. По каким маркерам отличать сайты с антиобщественной и антигуманистической пропагандой.

Знакомство с понятиями экстремизм и терроризм, умение отличать и выявлять данные виды деятельности; владение технологиями защиты и безопасности в случае экстремистских и террористических проявлений и действий; осознание последствия участия в антисоциальной деятельности и деятельности подрывающей основы государственного строя.

Технологии противостояния давлению со стороны лиц, представляющих угрозу развитию и здоровью воспитанника, склоняющих к различным видам деятельности антисоциальной направленности, в том числе преступную.

Развитие асертивности у воспитанников, в том числе через разбор кейсов.

5.2.10.2. Воспитанники должны знать:

меры безопасности в быту, на улице, в помещениях, в ситуациях катастроф различной природы;

меры безопасного общения в интернете;

признаки экстремизма и терроризма;

технологии вовлечения в антисоциальную, преступную деятельность и противостояние ему;

куда обратиться, в том числе, за помощью.

Воспитанники должны уметь:

адекватно (безопасно) вести себя в экстремальных ситуациях;

противостоять вовлечению себя в антисоциальную, преступную деятельность, экстремизм и терроризм;

безопасно общаться в различных социальных сетях;

сказать «нет» в различных ситуациях, угрожающих личной и общественной безопасности.

5.2.11. Сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей

5.2.11.1. Включает в себя:

Формирование знаний о российских традиционных семейных ценностях, представлений об общественных и личностных ценностях человека.

Формирование представлений о многообразии и специфике субъектов Российской Федерации, о регионе, в котором проживает воспитанник (историю, культуру, традиции, знаменитых людей, гордость региона, города/села, природа),

Знакомство с культурным наследием России: традиции и обычаи; ремесла и промыслы, местное историческое и культурное наследие; археологические памятники региона; объекты культурного наследия;

Просмотр видеофильмов о значимых исторических событиях и людях, традициях и объектах культурного наследия России.

Экскурсии, туристические поездки, посещение музеев, выставок и картинных галерей.

Участие в парадах и других мероприятиях, посвященных историческим событиям, концертах, массовых мероприятиях, конкурсах.

Формирование представления об общественных детских организациях, о добровольчестве и волонтерстве. Участие в волонтерских движениях, помощь нуждающимся людям.

Беседы с представителями войсковых частей, избирательных комиссий, членами общественных советов.

Формирование представлений о культуре поведения. Культура поведения в обществе, нормы и правила поведения, одежды, этикета в общественных местах и в своем доме;

5.2.11.2. Символы государства и государственное устройство:

Символы России, региона. Государственное устройство Российской Федерации, региона. Выборная система Российской Федерации. Гражданское общество. Общественные советы и организации.

Государственные даты и памятные дни. Победы России. Проведение мероприятий патриотической направленности.

5.2.11.3. Многонациональная Россия. Особенности национальных культур региона. Вклад разных народов в мировое развитие. Основные религии: православие, ислам, иудаизм, буддизм, конфессиональные особенности.

5.2.11.4. Создание музеев на территории организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, разной направленности.

Пополнение библиотеки учреждения литературой исторического культурного содержания, патриотической и гражданской направленности. Организация тематических выставок, различных мероприятий

5.2.11.5. Воспитанники должны знать:

традиционные российские духовно-нравственные ценности, в том числе традиционные семейные ценности;

свои личные ценности;

традиции и ценности своей культуры и религии;

важность и значимость общечеловеческих ценностей для каждого человека и для людей в целом, ответственности за свою жизнь;

о необходимости признания и уважения прав других людей;

понятие Родины, символы Российского государства;

свои права и обязанности;

что такое Конституция и органы власти Российской Федерации;
героические события в истории Отечества.

Воспитанники должны уметь:

применять приобретенные знания в повседневной жизни;

принимать участие в традиционных культурных и народных
спортивных праздниках;

рассказывать об истории и культуре своего региона, города/села.

5.3. Подготовка пакета юридических документов к выпуску воспитанника из организации (компонент Б)

Подготовка юридических документов является одним из компонентов комплекса мер, определенных настоящим стандартом. В связи с тем, что документы воспитанника содержат персональные данные и являются личными документами, работа ведется индивидуально. Специалист организации для детей-сирот, в чьи функциональные обязанности входит подготовка пакета документов, руководствуясь ст. ст. 26 и 37 Гражданского кодекса Российской Федерации, взаимодействует с воспитанником, информируя его о мероприятиях, связанных с подготовкой документов.

Подготовку юридических документов условно можно разделить на группы:

документы, касающиеся статуса воспитанника (паспорт, справка о пребывании подопечного в организации для детей-сирот (в случае завершения пребывания подопечного в организации для детей-сирот); пенсионное удостоверение (при наличии); пенсионная книжка (при наличии); документ, подтверждающий регистрацию в системе индивидуального (персонифицированного) учета; документ, подтверждающий регистрацию в системе индивидуального (персонифицированного) учета, трудовая книжка (при наличии), документы о получении гражданства и т.п.);

документы, касающиеся медицинского статуса воспитанника (полис обязательного медицинского страхования; медицинские документы, в том

числе заключение экспертной медицинской комиссии органа управления здравоохранением субъекта Российской Федерации о состоянии здоровья, физическом и умственном развитии подопечного (при наличии), а также заключение психолого-медико-педагогической комиссии (для подопечных с ограниченными возможностями здоровья); удостоверение об инвалидности (при наличии), документы о прохождении обязательных медицинских осмотров (диспансеризация), документы о прививках и т.п.);

документы об образовании (свидетельства, аттестаты, удостоверения, дипломы о прохождении обучения, подготовка документов для поступления в образовательную организацию, участию в олимпиадах и т.п.);

документы, содержащие сведения о наличии и месте жительства (месте нахождения) братьев, сестер и других близких родственников; о сохранении за воспитанником жилого помещения, о его регистрации по месту жительства, праве собственности и (или) праве пользования жилыми помещениями;

документы, подтверждающие право подопечного на имущество и денежные средства, включая опись имущества, правоустанавливающие документы, свидетельство о праве на наследство, документ о регистрации транспортного средства и т.п.

документы, относящиеся к социальным гарантиям, пенсии, пособия и т.д. (пенсионная книжка (при наличии));

Ответственность за подготовку пакета юридических документов возложена на законного представителя воспитанника организации для детей-сирот и находится на контроле органов опеки и попечительства. Пакет юридических документов по завершении пребывания воспитанника в организации для детей-сирот, выдается на руки воспитаннику в полном объеме согласно перечню, установленному нормативными правовыми актами Российской Федерации.

При выявлении необходимости в административной или судебной защите прав воспитанника (споры о выплатах, алиментах, внесении

изменений в персональные данные, включении в список для предоставления жилого помещения, споры, связанные со вступлением в наследство, привлечением к ответственности бывших законных представителей и т.д.) необходимо учитывать что ребенок, достигший 14 летнего возраста обладает определенным объемом гражданской процессуальной дееспособности, но нуждается в содействии со стороны законного представителя – организации для детей-сирот. Для защиты прав в административном и судебном порядке установлены сроки, включая сроки исковой давности, по истечении которых обратиться за защитой и/или получить удовлетворение заявленных требований невозможно.

Процедуры судебной защиты и восстановления нарушенных прав воспитанников относятся к содержанию мер подготовки, связанных с обучением, консультированием, оказанием юридической помощи, представительством интересов ребенка и оформлением юридических документов.

5.4. Закрепление наставника для реализации комплекса мер по индивидуализации процесса подготовки воспитанника к самостоятельной жизни (компонент В)

5.4.1. На этапе включения воспитанника в деятельность по подготовке к самостоятельной жизни за воспитанником закрепляется наставник, либо, если индивидуальный куратор был закреплен ранее, его функционал должен включать обязанности, относящиеся к мероприятиям по направлениям подготовки воспитанника к самостоятельной жизни.

5.4.2. Наставник регулярно взаимодействует с воспитанником в объемах и в сроки согласно ИПРЖУ, дополняет и корректирует документ с учетом выявленных обстоятельств в ходе проведения комплекса мер по подготовке воспитанника к самостоятельной жизни. С целью координации деятельности специалистов организации для детей-сирот при реализации ИПРЖУ, наставник информирует руководителя организации для детей-сирот

о необходимости привлечения на основе межведомственного взаимодействия специалистов разных профилей.

5.4.3. Взаимодействие наставника и воспитанника осуществляется на принципах учета мнения воспитанника, уровня самостоятельности воспитанника. Повышение участия воспитанника в решении вопросов, касающихся его жизни, предполагает постепенный переход от участия воспитанника в принятии решений в повседневных ежедневных ситуациях к принятию решений, которые определяют жизненные перспективы в самостоятельной жизни (получение образования, выбор профессии и трудоустройство, место жительства). Уровень готовности к самостоятельной жизни связан с уровнем самостоятельности при решении разносторонних задач в жизни человека.

5.5. Проведение социально-психологического обследования воспитанников (компонент Г) (приложения 1, 2)

5.5.1 Социально-психологическое обследование проводится с целью выявления личностных ресурсов и дефицитов воспитанников, которые могут способствовать или препятствовать их успешной социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни.

5.5.2 Социально-психологическое обследование воспитанника позволяет выявить: уровень психологической травматизации; уровень жизнестойкости; склонность к девиантному поведению, социально-психологической дезадаптации; уровень эмоционального интеллекта; уровень развития социальных навыков; уровень диспозиционного оптимизма; степень конструктивности стратегий совладания со стрессом; уровень психологического благополучия в образовательной организации.

5.5.3 Социально-психологическое обследование воспитанников проводится в два этапа:

Первый этап – за два года до выпуска с целью составления предварительного прогноза и выявления мишеней подготовки. Обследование

проводится в начале подготовки к самостоятельной жизни (в течение двух месяцев).

Второй этап – перед выпуском с целью определения направленности и динамики личностного развития воспитанников, коррекции прогноза и составления рекомендаций для службы, осуществляющей сопровождение выпускников и уровню сопровождения.

5.5.4 Обследование проводят психологи, педагоги – психологи организаций для детей-сирот.

5.5.5 Результаты второго этапа социально-психологического обследования передаются в службу сопровождения выпускников с целью организации сопровождения и мониторинга направленности и динамики социально-психологической адаптации, определения уровня сопровождения, обеспечения адресной психологической помощи и поддержки в процессе получения ими профессионального образования и (или) при трудоустройстве.

5.6. Формы и методы, используемые в деятельности по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни

5.6.1. Формы деятельности по подготовке к самостоятельной жизни: индивидуальная и групповая, включая использование информационно-коммуникационных технологий.

5.6.2. Методы деятельности по подготовке к самостоятельной жизни:
организационно-аналитические: информирование, постановка задач, планирование действий, оценка результата обучения по программе подготовки, анкетирование, диагностика, биографический метод, самоанализ (рефлексия), наблюдение, мониторинг и др.;

практические: консультация, показ, демонстрация, объяснение, активизация ресурсов, включение в совместную деятельность, тренинг, экскурсия, тематическая встреча, объединение (клуб),

рефлексивные сочинения; диспуты, дискуссии, беседы, конференции, ведение дневника по самовоспитанию и самообразованию; ролевой игровой практикум, деловые игры, ролевая практика, индивидуальные консультации, игры и другие.

информационно-коммуникационные технологии: использование цифровых инструментов, программного обеспечения, развитие цифровой грамотности

Методы, используемые при подготовке, должны быть направлены на позитивные изменения в жизненной ситуации ребенка-сироты, создание условий для роста его самостоятельности и самореализации.

5.6.3. При выборе форм и методов деятельности по подготовке учитываются национальные, этнокультурные и конфессиональные особенности воспитанника.

5.7. Особенности подготовки особо уязвимых (отдельных) категорий воспитанников к самостоятельной жизни

5.7.1. К категории особо уязвимых воспитанников относятся: имеющие недостатки в психическом и (или) физическом развитии (далее, детей с ограниченными возможностями здоровья ОВЗ), являющиеся инвалидами, имеющие социально значимые заболевания и (или) страдающие заболеваниями, представляющими опасность для окружающих, имеющие нарушения ментального развития и психические расстройства.

5.7.2. При подготовке к самостоятельной жизни воспитанников с инвалидностью и ОВЗ приоритетно снижение объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях, повышение участия воспитанника в решении вопросов, касающихся его жизни, обеспечение бесшовного перехода в новые условия жизнедеятельности.

5.7.3. Для воспитанников с хроническими социально значимыми заболеваниями и нуждающихся в пожизненной медикаментозной помощи и (или) страдающих заболеваниями, представляющими опасность для окружающих, необходимо формирование и поддержание приверженности лечению, что подразумевает следующее:

принятие диагноза;

знание основного механизма заболевания;

наличие навыка регулярного применения адекватной схемы лечения с учетом своего актуального состояния (прием препаратов в дозировках согласно назначению врача, прием препаратов в строго определенное время, прием препаратов с учетом диетических и других предписаний);

наличие навыка регулярного обращения за медицинской помощью (знание местонахождения медицинской организации, своего узкого специалиста, необходимой периодичности визитов, алгоритмов получения медикаментов, периодичность контрольных анализов, плановых госпитализаций и т.д.);

наличие навыков профилактики обострения заболевания (соблюдение адекватного здорового образа жизни, умение хранить медицинские препараты, иметь необходимый запас жизненно важных медикаментов, ведение медицинских дневников, чек-листов и т.д.).

К формам и методам формирования приверженности относится реабилитация воспитанника, участие в мероприятиях, приуроченных к датам социальных тем, формирование сети социальных контактов, мониторинг и оценка уровня сформированности приверженности (Приложение 3).

5.7.4. Подготовку к самостоятельной жизни воспитанников с нарушениями ментального развития следует начинать с 12-летнего возраста. Раннее начало обусловлено более низкими темпами развития данной группы воспитанников по сравнению с их нормотипичными сверстниками, а также преимущественно индивидуальным характером работы. Проводится мониторинг уровня самостоятельности.

В ходе подготовки решаются задачи:

повышение участия воспитанника с ментальными особенностями в решении вопросов, касающихся его жизни

снижение объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях

формирование и развитие активной самостоятельности, от инициативы до контроля результата.

Для каждого воспитанника устанавливается свой темп и последовательность формирования навыков, которые отражается в индивидуальных задачах развития навыков. В Приложении 3 приводится Программа, направленная на подготовку воспитанников с ментальными особенностями развития и психическими расстройствами к жизнеустройству после совершеннолетия.

6. МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

6.1. Субъекты межведомственного взаимодействия – органы государственной власти субъекта Российской Федерации и подведомственные им организации, включенные в деятельность по защите прав детей-сирот, а также, государственные и негосударственные организации, в том числе в лице общественных деятелей, волонтеров, наставников (внешних).

6.2. Для межведомственного взаимодействия при организации и осуществлении деятельности по подготовке необходимо наличие регламента межведомственного взаимодействия, определяющего содержание, порядок действий, виды деятельности субъектов.

6.3. Объединение субъектов предполагает понимание общей цели и разделение задач подготовки, открытость для обмена информацией, готовность прилагать усилия для достижения согласованных результатов и действие на основе единых правил и принципов.

6.4. Совместная деятельность субъектов подготовки включает:

проведение совместных мероприятий, направленных на содействие в подготовке пакета юридических документов к выходу воспитанника из организации для детей-сирот и реализации индивидуальных мероприятий по защите прав и интересов воспитанника (например, разработка программ профессиональной ориентации и предпрофессиональной подготовки детей целевых групп; создание площадок и организация профессиональных проб; расширение сети тренировочных квартир, социальных гостиниц; реализация мероприятий, направленных на развитие системы наставничества; разработка и внедрение нормативных и методических материалов по наставничеству, повышение профессиональной компетенции наставников; реализация мероприятий, способствующих формированию значимых социальных контактов, повышению гражданской ответственности и правовой культуры, организации продуктивной социально значимой деятельности, в том числе патриотической направленности; развитие волонтерского движения в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; привлечение общественных организаций, представителей социально ответственного бизнеса к оказанию помощи детям целевых групп; содействие в организации обучения руководителей и специалистов по направлению "Подготовка к самостоятельной жизни детей до их выхода из организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и т.п.)

согласование планов и действий при подготовке пакета юридических документов, реализации мероприятий ИПРЖУ по вопросам, не входящим в компетенции специалистов организаций для детей-сирот или отсутствия таких специалистов (например, вопросов жилищного обеспечения,

обеспечения избавления от алкогольной и наркотической зависимости, решения вопросов, связанных с финансовыми долгами, банкротством, оформлением пенсий и пособий, льгот, пресечению действий мошенников и т.п.).

6.5. Основные задачи субъектов подготовки к самостоятельной жизни: реализация комплекса мер, направленных на выявление и устранение причин и условий, препятствующих социально-психологической адаптации воспитанников;

создание условий для роста самостоятельности воспитанников;

предупреждение правонарушений, совершаемых как воспитанниками, так и в отношении них;

6.6. Для организации подготовки субъекты применяют в своей деятельности:

единые подходы к организации подготовки к самостоятельной жизни;

единые алгоритмы деятельности при решении межведомственных вопросов, возникающих при подготовке воспитанников к самостоятельной жизни;

единый набор документов, обеспечивающих фиксацию данных, обмен информацией и преемственность подготовки к самостоятельной жизни и в дальнейшем сопровождении выпускников, последовательность и порядок заполнения которых являются обязательными;

централизованную информационную систему для сбора, учета и анализа данных о социальной адаптации воспитанников и выпускников в целях эффективности деятельности специалистов организаций для детей-сирот и служб сопровождения выпускников, а также, реализации принципа преемственности.

7. ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА ПОДГОТОВКИ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОСПИТАННИКОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

7.1 Базовые критерии готовности воспитанников к самостоятельной жизни и успешности в самостоятельной жизни:

достаточный для решения жизненных задач уровень самостоятельности;

сформированность социальных навыков, жизненных компетенций, способствующих вхождению в социум, позволяющих успешно взаимодействовать с окружающими, быть успешными в самостоятельной жизни;

отсутствие обстоятельств (фактов) в жизненной ситуации, которые могут определить социальную дезадаптацию, привести к трудной жизненной ситуации.

Организация может сформировать свою систему показателей и критериев для оценки освоения разных разделов Программы подготовки к самостоятельной жизни.

7.2. Наличие и передача воспитаннику к моменту выхода из организации для детей-сирот пакета юридических документов в полном объеме.

7.3. Проведение социально-психологического обследования воспитанников в процессе подготовки к самостоятельной жизни и выявление их личностных ресурсов и дефицитов, которые могут способствовать или препятствовать их успешной социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни. Наличие рекомендаций по сопровождению воспитанника после выхода из организации.

7.4. Наличие закрепленного за воспитанником наставника на этапе выпуска из организации для детей-сирот.

7.5. Наличие системы внутреннего и внешнего контроля деятельности по подготовке.

7.5.1. Учреждения должны иметь документально оформленную собственную систему контроля за деятельностью подразделений и сотрудников, участвующих в подготовке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной жизни.

Эта система контроля должна охватывать этапы планирования, работы по основным направлениям подготовки, оформления результатов контроля, выработки и реализации мероприятий по устранению выявленных недостатков.

7.5.2. Внешняя система контроля должна включать в себя контроль, который осуществляют:

уполномоченные органы государственной власти Российской Федерации, органы государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере опеки и попечительства в отношении несовершеннолетних.

Социально-психологическое обследование

Социально-психологическое обследование проводится с целью выявления личностных ресурсов и дефицитов выпускников, которые могут способствовать или препятствовать их успешной социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни.

Социально-психологическое обследование выпускника позволяет выявить: уровень психологической травматизации; уровень жизнестойкости; склонность к девиантному поведению, социально-психологической дезадаптации; уровень эмоционального интеллекта; уровень развития социальных навыков; уровень диспозиционного оптимизма; степень конструктивности стратегий совладания со стрессом; уровень психологического благополучия в образовательной организации.

Социально-психологическое обследование выпускников проводится в два этапа:

Первый этап – в начале подготовки (за два года до выпуска) с целью составления предварительного прогноза и выявления мишеней подготовки.

Второй этап – перед выпуском с целью определения направленности и динамики личностного развития воспитанников, коррекции прогноза и составления рекомендаций для службы, осуществляющей сопровождение выпускников и уровню сопровождения.

4 Обследование проводят психологи, педагоги – психологи организаций для детей-сирот.

5 Результаты второго этапа социально-психологического обследования передаются в службу сопровождения выпускников с целью отслеживания направленности и динамики социально-психологической адаптации, определения уровня сопровождения, обеспечения адресной психологической

помощи и поддержки в процессе получения ими профессионального образования и при трудоустройстве.

Содержание Социально-психологического обследования

Психодиагностический комплекс является общим для стандарта подготовки воспитанников и стандарта сопровождения выпускников.

1. Оценка уровня влияния пережитых психологических травм на поведение подростка

«Детский опросник на выявление симптомов ПТСР / The Child PTSD Symptom Scale (CPSS) (8-18 лет) E.B. Foa, K.M. Johnson, N.C. Feeny, K.R. Treadwell (2001), (адаптация на контингенте воспитанников организаций для детей-сирот 2022 год).

Опросник направлен на выявление особенностей травматического опыта воспитанника, время и содержание травматического события, длительность и характер травматического переживания, тип и частоту возникновения симптомов посттравматического расстройства, а также оценить степень посттравматического расстройства.

Бланк, инструкция, интерпретация – в Приложении 1.1

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается наличие и степень выраженности симптомов ПТСР (Таблица 1), делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе выявленной степени выраженности симптомов ПТСР

Таблица 1 – Оценка наличия и степени выраженности ПТСР

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Степень выраженности симптомов ПТСР
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	0,00 баллов
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	от 1 до 14 баллов
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации	от 15 до 32 баллов

Рекомендации для организации: при наличии данных симптомов мишенью индивидуальной подготовки к самостоятельной жизни становится

нивелирование влияния травматических событий на личностное развитие выпускника, развитие потенциала посттравматического роста.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики выраженности симптомов посттравматического расстройства: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников: при наличии симптомов, независимо от их степени выраженности, рекомендуется интенсивный уровень постинтернатного сопровождения, включение в программы индивидуального и группового консультирования по завершению ситуации травмы и развитию посттравматического роста.

2. Оценка степени склонности к девиантному поведению.

Методика СДП («Склонность к девиантному поведению» Э.В. Леус, А.Г. Соловьев, П.И. Сидоров).

Методика направлена на измерение степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Определяются показатели выраженности зависимого поведения (ЗП), самоповреждающего поведения (СП), агрессивного поведения (АП), делинквентного поведения (ДП), социально обусловленного поведения (СОП).

Бланк, инструкция, интерпретация – в Приложении 1.1

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается степень склонности подростка к отклоняющемуся поведению (Таблица 2), на этой основе делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Таблица 2 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе степени склонности подростка к отклоняющемуся поведению

Прогноз социально-психологической адаптации	Степень склонности подростка к
---	--------------------------------

выпускников в самостоятельной жизни	отклоняющемуся поведению
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Отсутствие склонности или низкая степень (до 10 баллов)
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Средняя степень (от 11 до 20 баллов)
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Высокая степень (от 21 до 30 баллов)

Рекомендации для организации: при выявлении средней и высокой степени склонности подростка к отклоняющемуся поведению мишенью индивидуальной подготовки к самостоятельной жизни становится коррекция девиантного поведения, развитие склонности к нормативному, просоциальному поведению.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики выраженности степени: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников:

при высокой степени склонности к отклоняющемуся поведению или негативной динамики рекомендуется интенсивный уровень постинтернатного сопровождения. Особое внимание необходимо обратить на выпускников, у которых высокая степень склонности к дивиантному поведению сочетается с высоким уровнем эмоционального интеллекта в связи с высоким риском криминального поведения;

при средней степени склонности подростка к отклоняющемуся поведению рекомендуется поддерживающий уровень постинтернатного сопровождения.

При наличии склонности к девиантному поведению необходимо включать выпускников в волонтерские программы с целью развития просоциального поведения.

3. Оценка уровня развития социальных навыков.

Опросник «Определение уровня развития социальных навыков» по модели А.П. Гольштейна.

Методика направлена на оценку уровня развития социальных навыков: умения, позволяющие успешно взаимодействовать с окружающими, включающие: начальные навыки (минимальные умения: вступление в контакт, участие в разговоре); самовыражение в разговоре (умение выразить свои чувства и переживания или передать информацию другому человеку); реакция на мнение другого человека в разговоре или на то, что он переживает; навыки планирования предстоящих действий; альтернативы агрессивному поведению, т.е. выход из конфликтной ситуации наиболее продуктивным способом.

Бланк, инструкция, интерпретация – в Приложении 1.1

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень развития социальных навыков, на этой основе делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни (Таблица 3).

Таблица 3 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе оценки уровня развития социальных навыков

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Уровень развития социальных навыков
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Высокий уровень (4 балла)
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Средний уровень (3 балла)
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Низкий уровень (до 2-х баллов)

Рекомендации для организации: при выявлении низкого уровня социальных навыков, а также снижения уровня по конкретным умениям и навыкам мишенью индивидуальной подготовки к самостоятельной жизни становится повышение их уровня в рамках тренингов по их развитию социальных навыков.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики уровня развития социальных навыков.

При отсутствии или негативной динамике их развития рекомендуется поддерживающий уровень сопровождения, включение в индивидуальную

программу сопровождения мероприятий по повышению уровня социальных навыков, в т.ч. включение в волонтерские проекты.

4. Оценка уровня эмоционального интеллекта и его составляющих (Методика ЭМИн Д.В. Люсина).

На основании результатов эмпирических исследований было доказано, что эмоциональный интеллект является ключевым психологическим ресурсом у воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот. Эмоциональный интеллект на мировом экономическом форуме, прошедшем в январе 2018 г. в Даосе, признан одним из ключевых (самым востребованных) компетенций человека на рынке труда, которые будут востребованы к 2020 г. в рамках Четвертой индустриальной революции. Высокий уровень ЭИ связан с просоциальным поведением. При этом выявлена связь между высоким уровнем ЭИ и девиантным поведением.

Методика направлена на выявление способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими.

Способность к пониманию эмоций проявляется в следующем:

- 1) распознании эмоции (установлении факта наличия эмоционального переживания);
- 2) идентификации эмоции (установлении того, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, словесном выражении);
- 3) понимании причин и последствий возникновения эмоции.

Способность к управлению эмоциями проявляется в следующем:

- 1) контроле интенсивности эмоций (в первую очередь, стабилизации эмоциональных всплесков, контроле внешнего проявления эмоций);
- 2) произвольном вызове определенных эмоциональных состояний.

Способности к пониманию эмоций и управлению ими относятся как к своему эмоциональному состоянию, так и к состоянию других людей. Эти способности связаны с интересом к внутреннему миру людей (своему и чужому, склонностью к рефлексии, эмпатии, наличию ценностных ориентаций, приписываемых эмоциональным переживаниям).

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень эмоционального интеллекта, делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни (Таблица 4).

Таблица 4 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе оценки уровня развития эмоционального интеллекта

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Уровень развития эмоционального интеллекта
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Высокий уровень всех характеристики ЭИ
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Сниженные показателями по большинству характеристик ЭИ, направленными на постижение чужих эмоций, но со средними по характеристикам, направленными на понимание себя
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Очень низкие значения всех характеристик, касающихся понимания своего внутреннего мира и чуть более высокими значениями ЭИ, направленными на других

Рекомендации для организации: при снижении уровня мишенью индивидуальной подготовки к самостоятельной жизни становится его повышение в рамках специальных тренингов для подростков. При выявлении высокого уровня эмоционального интеллекта и высокой (средней) степени склонности к девиантному поведению особое внимание уделяется коррекции девиантного поведения, направленной на формирование стратегий высокофункционального поведения в различных жизненных ситуациях, обеспечивающих реализацию социально одобряемых форм поведения.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики изменений уровня эмоционального интеллекта: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников:

если уровень значений эмоционального интеллекта остался низким или снизился перед выпуском, т.е. выпуск воспринимается как кризисное событие, то рекомендуется интенсивный уровень сопровождения, включение в индивидуальную программу сопровождения тренингов по развитию ЭИ.

если снижены показатели по большинству характеристик ЭИ, направленных на постижение чужих эмоций, а характеристики, направленные на понимание себя, находятся на среднем уровне, то рекомендуется поддерживающий уровень сопровождения, включение в индивидуальную программу сопровождения тренингов по развитию ЭИ.

5. Оценка уровня жизнестойкости

Краткая версия теста жизнестойкости (Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова)

Уровень жизнестойкости характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и успешность деятельности. Жизнестойкость считается «стержневым компонентом и интегральным показателем готовности выпускника к жизни в социуме».

Общие качества жизнестойких подростков:

1. Высокая адаптивность. Такие подростки социально компетентны и умеют себя вести непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых. Они умеют расположить окружающих к себе.

2. Уверенность в себе. Трудности только подзадоривают их. Непредвиденные ситуации не смущают.

3. Независимость. Такие подростки живут своим умом. Хотя они внимательно прислушиваются к советам взрослых, но умеют при этом не попадать под их влияние.

4. Стремление к достижениям. Такие подростки стремятся продемонстрировать окружающим свою высокую успеваемость в школе, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности. Успех доставляет им радость. Они на собственном опыте убеждаются, что могут изменить те условия, которые их окружают.

5. Ограниченность контактов. Обычно их дружеские и родственные связи не слишком обильны. Они устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов с другими людьми. Малое количество связей способствует их чувству безопасности и защищенности.

Внутренние и внешние ресурсы развития жизнестойкости:

В подростковом и юношеском возрасте на первый план в развитии жизнестойкого поведения выходят навыки саморегуляции, которые постепенно начинают управляться смыслами (самоконтроль).

Тест направлен на измерение уровня жизнестойкости и его компонентов: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания (*hardy coping*) со стрессами и восприятия их как менее значимых. Жизнестойкость включает три базовых убеждения.

Вовлеченность (*commitment*) определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. «Если вы чувствуете уверенность в себе и в том, что мир великодушен, вам присуща вовлеченность».

Контроль (*control*) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска (*challenge*) — убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие

надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень жизнестойкости и его компонентов, делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни (Таблица 5).

Таблица 5 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе оценки уровня жизнестойкости и его компонентов

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Уровень жизнестойкости и его компонентов
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Высокий уровень жизнестойкости и его компонентов
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Средний уровень жизнестойкости и его компонентов
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Низкий уровень жизнестойкости и его компонентов

Рекомендации для организации: при низком или среднем уровнях жизнестойкости мишенью индивидуальной подготовки к самостоятельной жизни становится их повышение в рамках тренингов для подростков по формированию жизнестойкости. Особое мишенью при коррекционной работе имеет повышение убежденности воспитанника в возможности контролировать свою жизнь. При выявленной склонности к девиантному поведению важной мишенью психологической коррекции является компонент жизнестойкости «вовлеченность», т.к. с ростом девиаций снижается возможность «найти нечто стоящее и интересное» для себя и наоборот.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики выраженности уровня жизнестойкости и его компонентов: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести

коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников:

если уровень жизнестойкости остался низким или снизился перед выпуском, т.е. выпуск воспринимается как кризисное событие, то рекомендуется интенсивный уровень сопровождения, включение в индивидуальную программу сопровождения тренинги по развитию жизнестойкости;

если уровень жизнестойкости средний, то рекомендуется поддерживающий уровень сопровождения, включение в индивидуальную программу сопровождения психологическое консультирование по вопросам преодоления трудных жизненных ситуаций; содействие в создании поддерживающей сети и помощь в поддержании в ней конструктивного уровня функционирования;

если уровень жизнестойкости высокий, то рекомендуется мониторинговый (базовый) уровень сопровождения.

6. Оценка уровня диспозиционного оптимизма. Опросник диспозиционного оптимизма (Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин)

Опросник направлен на оценку уровня диспозиционного оптимизма, который считается прогнозным показателем для успешности социально-психологической адаптации выпускников. Выпускники с высоким уровнем диспозиционного оптимизма используют копинг-стратегии, позволяющие активно преодолевать трудности, планировать свое поведение, искать эмоциональную поддержку и социальную помощь при необходимости. Они зрением включены в более широкую и поддерживающую социальную сеть, у них больше друзей, и они выше оценивают получаемую социальную поддержку.

Выпускники с низким уровнем диспозиционного оптимизма отвечают на трудности пассивным и избегающим поведением. Оптимизм является предиктором использования конструктивных копинг-стратегий, пессимизм – неконструктивных.

Бланк, инструкция, интерпретация – в Приложении 1.1

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень диспозиционного оптимизма, на этой основе делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни (Таблица 6).

Таблица 6 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основании оценки уровня диспозиционного оптимизма

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Уровень диспозиционного оптимизма
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Уровень диспозиционного оптимизма выше среднего- от 24 до 31 балла
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Уровень диспозиционного оптимизма средний от (от 16 до 23 баллов)
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Уровень диспозиционного оптимизма низкий до 15 баллов

Рекомендации для организации: если выявлен низкий уровень диспозиционного оптимизма, то мишенью становится формирование оптимистического атрибутивного стиля, а также тренингов по формированию выученного оптимизма по Мартину Селигману (<https://trainingtechnology.ru/chto-takoe-model-perma>).

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики уровня диспозиционного оптимизма: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников: если уровень диспозиционного оптимизма не пришел в норму, то рекомендуется поддерживающий уровень сопровождения, включение в индивидуальную программу сопровождения индивидуальные или групповые консультации по формированию позитивного мышления.

7. Оценка конструктивности копинговых стратегий совладания со стрессом

Копинг - англ. «cope» - справиться, выдержать, совладать. Методика COPE (Carver et al., 1989) адаптация: Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, Е.А. Рассказова и др.), направлена на выявление копинг-стратегий в структуре деятельности и саморегуляции). Позволяет выявить какие копинг-стратегии использует выпускник при совладании со стрессом:

конструктивные - позитивное переформулирование и личностный рост, использование инструментальной социальной поддержки, активное совладание, юмор, сдерживание, использование эмоциональной социальной поддержки, подавление конкурирующей деятельности, принятие проблемы, планирование;

неконструктивные – использование «успокоительных», мысленный уход от проблем, концентрация на эмоциях и их активное выражение, отрицание, поведенческий уход от проблемы.

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень выраженности конструктивных и неконструктивных копинг-стратегий, на этой основе делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни (Таблица 7).

Таблица 7 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основании оценки конструктивности копинговых стратегий совладания со стрессом

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни	Уровень выраженности конструктивных копинг-стратегий
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников	Высокий уровень выраженности конструктивных копинг-стратегий (от 9 до 12 баллов)

Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников	Средний уровень выраженности конструктивных копинг-стратегий (от 5 до 8 баллов)
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация	Сниженный уровень выраженности конструктивных копинг-стратегий (от 1 до 4 баллов)

Рекомендации для организации: если уровень выраженности неконструктивных копинг-стратегий выше среднего, то мишенью становится формирование навыков применения конструктивных стратегий совладающего поведения в рамках тренинга. Поскольку совладанию способствует развитие «начальных социальных навыков» (минимальных умений, которые позволяют выпускнику вступать в контакт с другими людьми), то в работу над формированием конструктивных копинг –стратегий целесообразно включать тренинги по развитию социальных навыков.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики выраженности степени: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников: если уровень выраженности конструктивных копинг-стратегий является высоким, то рекомендуется интенсивный уровень сопровождения, а также включение в индивидуальную программу сопровождения тренинги по использованию конструктивных копинг-стратегий.

8. Оценка уровня благополучия в образовательной организации

Опросник психологического благополучия школьников (ОПБШ) (С.А. Водяха, Ю.Е. Водяха) направлен на оценку уровня школьного благополучия и содержит следующие шкалы:

1. Отношения с друзьями – удовлетворенность отношениями с друзьями и одноклассниками. Выражается в наличии тесных и дружеских отношений, позитивном отношении к сверстникам.

2. Отношение к школе – позитивное отношение к школе как социальному институту. Выражается в положительной оценке атмосферы класса и заинтересованность в учебной деятельности.

3. Отношение к педагогам – позитивное отношение к педагогам. Выражается в наличии представителей педагогического сообщества, вызывающих уважение, симпатию и пользующихся авторитетом.

4. Отношения с воспитателями – позитивное отношение к воспитателям. Выражается в наличии доверительных и теплых отношений с воспитателями.

5. Отношение к себе – позитивное самоотношение. Выражается в самоуважении и чувстве собственной самооценности.

Бланк, инструкция, интерпретация – в приложении 1.1

На первом этапе социально-психологического обследования оценивается уровень удовлетворенности системой отношений в школе и на этой основе делается предварительный прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни в условиях организации профессионального образования (Таблица 8).

Таблица 8 – Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни на основе степени склонности подростка к отклоняющемуся поведению

Прогноз социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни в условиях организации профессионального образования	Уровень школьного благополучия
Предположительно высокий уровень социально-психологической адаптации выпускников в условиях организации профессионального образования	Высокий уровень благополучия (от 24-30 баллов)
Предположительно средний уровень социально-психологической адаптации выпускников в условиях организации профессионального образования	Средний уровень благополучия (от 16-23 баллов)
Предположительно низкий уровень социально-психологической адаптации, возможна дезадаптация в условиях организации профессионального образования	Низкий уровень благополучия (от 0 до 15 баллов)

Рекомендации для организации: при выявлении низкого уровня школьного благополучия организуется интенсивное сопровождение подростка в образовательной организации, включая консультирование педагогов по индивидуальному подходу к обучению воспитанника, помощь в интеграции в

классный коллектив, выступления на педагогических советах, родительских собраниях и т.д. с целью формирования позитивного отношения к подростку; работу над повышением учебной мотивации, эмоциональной вовлеченности в обучение, повышение уровня самоуважения; формирование гибких навыков (soft skills), проведение мини-стажировок и профессиональных проб и т.д.

На втором этапе перед выпуском использование методики позволяет оценить направленность динамики уровня школьного благополучия: снижение, повышение, отсутствие изменений, а также произвести коррекцию прогноза социально-психологической адаптации выпускников в самостоятельной жизни в условиях организации профессионального образования.

Рекомендации для службы, осуществляющей сопровождение выпускников: если уровень школьного благополучия остался низким, то рекомендуется интенсивный уровень сопровождения, а также включение в индивидуальную программу сопровождения интенсивную помощь в интеграции в организацию профессионального образования, прикрепление наставника, индивидуального куратора; тренинги по развитию адаптационного потенциала у выпускника.

Методики социально-психологического обследования выпускников организаций для детей-сирот в процессе подготовки к самостоятельному проживанию

1. Методика «Детский опросник на выявление симптомов ПТСР (The Child PTSD Symptom Scale (CPSS)), авт. E.B. Foa, K.M. Johnson, N.C. Feeny, K.R. Treadwell (2001), адапт. В.Н. Ослон, М.А. Одинцовой, на выборке воспитанников организаций для детей-сирот (2022).

Опросник разработан для оценки серьезности посттравматического стрессового расстройства среди детей и подростков в возрасте от 8 до 18 лет. Опросник включает в себя 24 пункта, разбитых на две части. В первую часть входит 17 пунктов, с помощью которых можно установить тип и частоту возникновения ПТСР симптомов (согласно критериям DSM-IV). Вторая часть включает в себя 7 пунктов и используется для установления степени серьезности расстройства. Данный опросник может также использоваться специалистами в качестве базы для интервью с ребенком или подростком. Опросник является адаптацией The PTSD Symptom Scale (PSS) (Foa, Riggs, Dancu и Rothbaum, 1993), который используется для оценки выраженности симптомов ПТСР.

Ключ:

Сумма 17 пунктов первой части может быть от 0 до 51 и считается следующим образом: каждый пункт получает балл в размере от 0 до 3, где 0 = ни разу или только однажды, 1 = раз в неделю или реже / редко, 2 = от двух до четырех раз в неделю / половину раз, и 3 = пять или больше раз в неделю / почти всегда. Более высокий балл указывает на бóльшую выраженность ПТСР симптомов. Рубеж в 15 баллов является достаточным для диагностирования ПТСР. Для категории воспитанников рубеж – 13,7025 баллов.

Сумма по 7 вопросам второй части, может быть, от 0 до 7 и считается дихотомически: 0 баллов за «Нет» и 1 балл за «Да». Более высокий балл указывает на бóльшую степень серьезности расстройства.

Детский опросник на выявление симптомов ПТСР / The Child PTSD Symptom Scale (CPSS) имеет электронный вариант

Бланк. Часть 1

Ниже представлен список наиболее распространенных проблем, с которыми сталкиваются подростки, пережив какое-нибудь неприятное или грустное событие. Внимательно прочти каждый пункт, выбери и отметь наиболее подходящий ответ, описывающий огорчившее тебя событие и как часто подобное возникало за последние две недели (цифры от 0 до 3):

0 – Ни разу или только однажды

1 – Раз в неделю или реже / редко

2 – От двух до четырех раз в неделю / половину раз

3 – Пять или больше раз в неделю / почти всегда

№	Утверждение	Ни разу или только однажды	Раз в неделю или реже / редко	От двух до четырех раз в неделю / половину раз	Пять или больше раз в неделю / почти всегда
		0	1	2	3
1	Внезапно и без желания появляются огорчающие мысли о событии				
2	Снятся плохие сны или кошмары				
3	Чувствуешь и ведешь себя так, будто событие происходит снова (слышишь что-то или видишь фото об этом, и чувствуешь будто снова там)				
4	Расстраиваешься, когда снова думаешь или слышишь об этом событии (например, чувствуешь страх, злость, грусть, вину и прочее)				
5	Испытываешь ощущения в теле, когда думаешь или слышишь об этом событии (например, начинает быстро биться сердце или начинаешь сильно потеть)				

6	Пытаешься не думать о событии, не говорить о нем и не чувствовать ничего об этом событии				
7	Пытаешься избегать какой-то деятельности, людей, мест, которые напоминают о травматическом событии				
8	Бывает, что не можешь вспомнить важную часть травматического события				
9	Теряешь интерес к занятиям, которые тебе раньше были интересны				
10	Нет ощущения близости к людям вокруг тебя				
11	Не можешь испытывать сильные чувства (например, не получается заплакать или чувствовать себя счастливым)				
12	Чувствуешь, будто твои планы в будущем или надеждам не суждено сбыться (например, не найдешь работу или у тебя не будет семьи)				
13	Испытываешь затруднения с тем, чтобы заснуть или бодрствовать				
14	Чувствуешь себя раздражительным или испытываешь приступы злости				
15	Тебе сложно сосредоточиться (например, теряешь суть происходящего по телевизору, забываешь, что читал, отвлекаешься в классе на уроке)				
16	Бываешь чрезмерно осторожным (например, проверяешь кто или что находится рядом)				
17	Бываешь нервным или в состоянии, когда тебя легко напугать (например, когда кто-то внезапно проходит позади тебя)				

Бланк Часть 2.

Отметь, если проблемы, о которых ты читал в первой части, создают трудности в одной из сфер твоей жизни (деятельности) в течение последних двух недель:

№	Сфера жизни (деятельности)	Ответ	
18.	Произнесение молитв	Да	Нет
19.	Выполнение домашних обязанностей	Да	Нет
20.	Отношения с друзьями	Да	Нет

21.	Приятное времяпрепровождение и хобби	Да	Нет
22.	Учеба в школе	Да	Нет
23.	Отношения с членами семьи	Да	Нет
24.	Общее ощущение удовольствия от жизни	Да	Нет

2. Методика СДП «Склонность к девиантному поведению» (авт. Э.В. Леус, А.Г. Соловьев, П.И. Сидоров)

Описание шкал

Опросник состоит из 75 вопросов, разбитых на 5 блоков по 15 вопросов в каждом.

В I блоке (вопросы с 1 по 15) оценивается предрасположенность подростков на социально обусловленное поведение (шкала искренности ответов), как просоциальное, относительно-деструктивное, адаптированное к нормам ведущей, значимой или референтной группы, возможно имеющей антисоциальную или девиантную в разных вариантах направленность, при этом учитывается подверженность влиянию окружающих, действию социальных установок, мнению группы, степень ведомости в поступках. Средние значения по шкале СОП соответствуют возрастной норме для подростков, для которых характерно общение, как ведущий вид деятельности и основа психического и личностного развития; потребность в принадлежности к группе и ориентация на ее идеалы, стремление быть замеченным, принятым и понятым. Низкие значения могут говорить о неадаптированности и даже изоляции подростка от групп сверстников, замкнутости, скрытности. Высокие значения – показатель высокой адаптированности в группе, но одновременно и свидетельство тесного слияния со значимой группой, что может быть одним из проявлений зависимости от других людей или общения.

Во II блоке (вопросы с 16 по 30) – делинквентное (допротивоправное) поведение (ДП) – оценивается антисоциальное, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей поведение, включающее любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

К числу делинквентных относятся:

административные правонарушения – нарушение правил дорожного движения, мелкое хулиганство, сквернословие, нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное приставание к гражданам, распитие спиртных напитков и появление в пьяном виде в общественных местах;

дисциплинарные проступки – это неисполнение или ненадлежащее исполнение своих непосредственных обязанностей, для подростков это прогулы без уважительных причин занятий, появление в учебном заведении или в общественных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических или токсических средств по месту учебы и в учебное время, нарушение правил безопасности;

преступления – общественно опасные деяния, предусмотренные уголовным законом и запрещены им под угрозой наказания – кражи, причинение вреда здоровью, угоны транспорта, вандализм, терроризм и другие поступки, за которые предусматриваются меры уголовной ответственности с 16 лет, а за некоторые преступления с 14 лет; совершение деяний, признаваемых преступлениями, лицами, не достигшими уголовной ответственности, влечет применение мер воздействия, носящих воспитательный характер (помещение в специальное учебно-воспитательное учреждение и др.).

В III блоке оценивается зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП) (вопросы с 31 по 45):

злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как от них сформировалась зависимость;

одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций;

не болезнь, а нарушение поведения.

Необходимо учитывать многообразие видов зависимостей: 1) традиционно трактуемые – химические – зависимость от психоактивных веществ; 2) промежуточные – аддикции к еде (голодание, переедание); 3) нехимические – патологическая склонность к азартным играм (гемблинг, лудомания), эротические (любовные аддикции и аддикции избегания, сексуальные), социально приемлемые (трудоголизм, спортивная аддикция, компульсивный шопинг, зависимость от общения, религиозные аддикции), технологические – (интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, зависимость от мобильных телефонов и SMS, телевизионная аддикция), недифференцированные (зависимость от получения удовольствия, коллекционирование, фанатизм, духовный поиск).

В IV блоке оценивается агрессивное поведение (АП) (вопросы с 46 по 60) – вербальная и физическая агрессия, направленная на окружающих людей, враждебность, негативизм, дерзость и мстительность. Агрессивный подросток противостоит родителям, свои авторитеты он ищет на стороне, что свойственно возрасту; он хочет, чтобы от него отстали, при этом агрессивность приобретает различные формы, которые в дальнейшем становятся чертами характера. Агрессивное поведение может приобретать следующие формы: физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм. Физическая и словесная агрессия имеют внешнее выражение, тогда как другие её формы имеют довольно скрытый характер: вандализм, наблюдения за издевательствами, порча имущества и одежды, раздражение и вечное недовольство, обида и чувство вины, чрезмерная подозрительность, нападки и критикой в адрес другого человека. Всякая форма агрессивного поведения направлена на упрямое отстаивание подростком своей самости. Так как базисными потребностями ребёнка является свобода и самоопределение, воспитатель, лишаящий ребёнка свободы действий, убивает естественные силы его развития.

В V блоке оценивается самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП) (вопросы с 61 по 75), стремление причинить себе боль и/или физический вред, как сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение, или незавершенными попытками. Структура теста, процедура проведения. Решение данной задачи осуществляется ответами на вопросы теста. Испытуемому предлагается выразить свое отношение по каждому из указанных вопросов, которые даны в доступной форме и обращены лично, выбрав один из трех возможных предлагаемых вариантов ответов, который более всего свойственен на настоящее время, и отметить его в бланке. Экспериментаторам нельзя допускать пропуск вопросов, так как это не позволит получить достоверный результат.

Ключ:

При обработке бланков, каждый ответ оценивается от 2 до 0 баллов; «да» – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 баллов. Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов. Интерпретация полученных результатов основана на том, что более высокая суммарная оценка (в баллах) по шкале указывает на более высокую степень социально-психологической дезадаптации: значения от 21 до 30 баллов оцениваются как выраженная социально-психологическая дезадаптация, от 11 до 20 – легкая степень социально-психологической дезадаптации, от 0 до 10 – отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации.

ТЕСТ СДП (имеется электронный вариант).

Инструкция для респондента. Тебе предлагается ряд вопросов, которые помогут определить некоторые свойства твоей личности. Здесь не может быть ответов «правильных» и «ошибочных». Мы ждем твой ответ, основанный на твоём мнении. Отвечая на каждый вопрос, выбери ответ, который в наибольшей степени соответствует твоему мнению о себе, и поставьте отметку напротив в виде любого значка (x, v, + и или другая отметка).

Отвечая, помни:

1. Не нужно тратить много времени на обдумывание. Давай тот ответ, который первым придет к тебе в голову. Отвечать нужно как можно точнее, но не очень медленно.

2. Старайся не увлекаться неопределенными ответами слишком часто.

3. Обязательно отвечай на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Возможно, некоторые вопросы покажутся тебе не очень точно сформулированными, но и тогда постарайся найти наиболее точный ответ. Некоторые вопросы могут показаться тебе личными, но ты можешь быть уверен в том, что ответы не будут разглашены.

4. Не старайся произвести хорошее впечатление своими ответами, они должны соответствовать действительности.

Бланк методики СДП

		Код	Возраст			
		Пол	М	Ж		
ДА – если ты согласен с утверждением, НЕТ – если не согласен, ИНОГДА – если не уверен						
№	Утверждение	ДА	ИНОГДА	НЕТ		
1	Я всегда сдерживаю свои обещания.					
2	У меня бывают мысли, которыми я не хотел бы делиться.					
3	Разозлившись, я нередко выхожу из себя.					
4	Бывает, что я сплетничаю.					
5	Бывает, что я говорю о вещах, в которых ничего не смыслю.					
6	Я всегда говорю только правду.					
7	Я люблю прихвастнуть.					
8	Я никогда не опаздываю.					
9	Все свои привычки я считаю хорошими.					
10	Бывает, спорю и ссорюсь с родителями.					
11	Бывает, я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.					
12	Я всегда покупаю билет в транспорте.					
13	Бывает, мне хочется выругаться грубыми нецензурными словами.					
14	Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.					
15	Я никогда не нарушаю правил общественного поведения.					
16	Я не хочу учиться и работать.					

17	Я могу уйти из дома жить в другое место.			
18	Меня забирали в полицию за плохое поведение.			
19	Я могу взять чужое, если мне надо или очень хочется.			
20	Состою на учете в подразделении по делам несовершеннолетних.			
21	Меня часто обижают окружающие (обзывают, бьют, отбирают деньги и вещи).			
22	У меня есть судимые родственники и/или знакомые.			
23	У меня бывают сильные желания, которые обязательно надо исполнить.			
24	У меня бывает желание отомстить, восстановить справедливость.			
25	Я не верю окружающим.			
26	Хочу быть великим и всемогущим.			
27	Я испытываю отчаяние, обиду, бессильный гнев.			
28	Я завидую своим одноклассникам, другим людям, взрослым.			
29	Если нельзя, но очень хочется – значит можно.			
30	Сильным и богатым людям необязательно соблюдать все правила и законы.			
31	Я курю.			
32	Я употребляю пиво и/или другие спиртные напитки.			
33	Я нюхал клей, растворители, пробовал наркотики, курительные смеси.			
34	Мои родители злоупотребляют спиртным.			
35	Мои друзья курят, употребляют спиртное.			
36	Люди пьют за компанию, для поддержания хорошего настроения			
37	Пить и курить – это признаки взрослости.			
38	Я пью/курю из-за проблем в семье, школе, от одиночества.			
39	Дети и взрослые пьют и курят, потому что это модно и доступно			
40	Дети пьют и курят из любопытства, по глупости.			
41	Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.			
42	Мне необходимы сильные переживания и чувства.			
43	Я хотел бы попробовать спиртное, сигареты, наркотики, если бы этого никто не узнал.			
44	Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.			
45	Если в моей компании будет принято, то и я буду курить и пить пиво.			
46	Я редко жалею животных, людей.			
47	Я часто пререкаюсь или ругаюсь с учителями, одноклассниками.			
48	Я часто ссорюсь с родителями.			
49	Я не прощаю обиды.			
50	Если у меня плохое настроение, то я испорчу его еще кому-нибудь.			
51	Люблю посплетничать.			
52	Люблю, чтобы мне подчинялись.			

53	Предпочитаю споры решать дракой, а не словами.			
54	За компанию с друзьями могу что-нибудь сломать, приставать к посторонним.			
55	Часто испытываю раздражение, отвращение, злость, ярость, бешенство.			
56	У меня бывает желание что-то сломать, громко хлопнуть дверью, покричать, поругаться или поддаться.			
57	В порыве гнева я могу накричать или ударить кого-то.			
58	Я охотно бы участвовал в каких-нибудь боевых действиях.			
59	Могу нарочно испортить чужую вещь, если мне что-то не нравится.			
60	Я хочу быть взрослым и сильным.			
61	Я чувствую, что меня никто не понимает, мной никто не интересуется.			
62	Я чувствую, что от меня ничего не зависит, безнадежность, беспомощность.			
63	Я могу причинить себе боль.			
64	Я бы взялся за опасное для жизни дело, если бы за это хорошо заплатили.			
65	Было бы лучше, если бы я умер.			
66	Я испытываю чувство вины перед окружающими, родителями.			
67	Я не люблю решать проблемы сам.			
68	У меня есть желания, которые никак не могут исполниться.			
69	Я не очень хороший человек.			
70	Я не всегда понимаю, что можно делать, а что нельзя.			
71	Я часто не могу решиться на какой-либо поступок.			
72	Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.			
73	Я нуждаюсь в теплых, доверительных отношениях.			
74	Терпеть боль назло мне бывает даже приятно.			
75	Я испытываю потребность в острых ощущениях.			

Показатели по шкалам методики СДП, баллы

Шкала	Баллы	Интерпретация
I шкала социально обусловленное поведение (СОП)	0-10	отсутствие ориентации на социально обусловленное поведение, преобладает индивидуализация
	11-20	обнаружена ориентация на социально обусловленное поведение – подростковая реакция группирования
	21-30	сформированная модель социально обусловленного поведения
II шкала делинквентное поведение (ДП)	0-10	отсутствие признаков делинквентного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению
	21-30	сформированная модель делинквентного поведения
III шкала	0-10	отсутствие признаков зависимого поведения

зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП)	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению
	21-30	сформированная модель зависимого поведения
IV шкала агрессивное поведение (АП)	0-10	отсутствие признаков агрессивного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению
	21-30	сформированная модель агрессивное поведения
V шкала суицидальное (аутоагрессивное) поведение (СП)	0-10	отсутствие признаков аутоагрессивного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к аутоагрессивному поведению
	21-30	сформированная модель аутоагрессивного поведения

3. Опросник «Определение уровня развития социальных навыков» А.П. Гольштейна

В данной методике используется модель социального поведения, созданная А.П. Гольштейном, в которой выделяется 37 основных навыков, разделённых на 5 категорий:

Начальные навыки – некоторые минимальные умения, которые позволяют человеку вступать в контакт с другими людьми, участвовать в разговоре.

Самовыражение в разговоре – умение выразить свои чувства и переживания или передать информацию другому человеку.

Реакция на мнение другого человека в разговоре или на то, что он переживает.

Навыки планирования предстоящих действий – прежде чем разговаривать с другими людьми или делать что-то, необходимо это спланировать и как следует подготовиться к предстоящему действию.

Альтернативы агрессивному поведению – каким образом избежать конфликта и разрушения отношений или вести себя в конфликтной ситуации наиболее продуктивным способом.

Процедура

Испытуемому даётся список утверждений с бланком для ответов. В первой серии подросток должен оценить, насколько ему самому даются эти

навыки. Во второй серии испытуемого просят оценить, насколько тот или иной навык удаётся его сверстникам.

Бланк для ответов (к списку социальных навыков)

Фамилия					
Имя, отчество					
Возраст					
Дата					
Группа					
<p><i>Инструкция:</i> Вам будет дан список 37 утверждений, которые каждый человек использует в повседневной жизни.</p> <p>1. Оцените, пожалуйста, насколько Вам удаётся этот навык, выбрав один из 5 вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда. Отметьте это в соответствующей графе.</p> <p>2. Отметьте в соответствующей графе бланка, насколько каждый из этих навыков удаётся выполнить вашим сверстникам, выбрав один из 5 вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда. Отметьте это в соответствующей графе.</p> <p>В графе «Позиция» отметьте чьи навыки вы оцениваете свои или Ваших сверстников</p>					
Позиция	Ваши навыки / Навыки сверстников				
СОЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ	Всегда	Часто	Иногда	Редко	Никогда
Начальные навыки: - некоторые минимальные умения, которые позволяют человеку вступать в контакт с другими людьми, участвовать в разговоре					
1. Вступить в разговор с кем-нибудь.					
2. Перейти в разговоре к интересующему Вас вопросу, детально обсудить его и ответить на вопросы собеседника.					
3. Дать другому человеку понять, что Вы внимательно выслушали его и затем умело завершить разговор каким – либо уместным замечанием.					
4. Выслушивать другого человека, быть внимательным к нему, постараться понять его, показать ему свою заинтересованность.					
Самовыражение в разговоре – умение выразить свои чувства и переживания или передать информацию другому человеку.					
5. Сказать комплимент, сказать собеседнику, что Вам нравится в нём или в его действиях.					
6. Дать понять другому человеку, что Вы благодарны ему за то, что он сделал для Вас.					
7. Поддержать человека, если он сомневается в своих силах.					
8. Попросить о помощи: попросить кого-либо помочь Вам квалифицированно справиться со сложной ситуацией, с которой вы не можете справиться					

самостоятельно.					
9. Доходчиво объяснить кому-либо что и как ему делать.					
10. Выразить нежные чувства, дать понять кому-либо, что Вы равнодушны к нему (к ней).					
11. Обратиться с жалобой: дать кому-то понять, что он виноват перед Вами и попытаться найти решение проблемы.					
12. Убедить другого человека, что Ваша точка зрения на что-либо более правильная и более продуктивная, чем его.					
13. Выразить своё недовольство, выразить своё возмущение прямо и честно.					
Реакция на мнение другого человека в разговоре или на то, что он переживает.					
14. Дать другому человеку понять, что Вам приятна его похвала и что Вы её цените.					
15. Откликнуться на переживания другого человека (эмпатия) – попытаться понять то, что чувствует другой человек и выразить ему своё понимание.					
16. Принести извинения – сказать кому-либо, что вы искренне сожалеете, что причинили ему неприятность.					
17. Выполнение указаний – строго следовать инструкции и выполнять соответствующие действия.					
18. Реакция на уговоры – учесть предложение другого человека, сравнить их со своими идеями и решить какой образ действия будет лучше для Вас в конечном счёте.					
19. Реакция на неудачу – выделить, что в Ваших действиях было неправильно и что можно изменить, чтобы более успешно действовать в будущем.					
20. Разобраться в противоречивых заявлениях: выяснить, что в словах другого человека соответствует действительности.					
21. Реагировать на жалобу - справедливо реагировать на недовольствие другого человека в ситуации, виновником которой оказались Вы.					
22. Попытаться понять гнев другого человека и показать ему, что Вы стараетесь понять его.					
Навыки планирования предстоящих действий – прежде, чем разговаривать с					

другими людьми или делать что –то необходимо это спланировать и как следует подготовиться к предстоящему действию.					
23. Решить, чего Вы хотите добиться и насколько это реально.					
24. Решить, какая специальная информация Вам нужна и обратиться за ней к компетентным людям.					
25. Сосредоточиться на выполнении задания, создать такие условия, которые позволят Вам сделать работу эффективно.					
26. Оценка собственных способностей – честно и беспристрастно оценить свои способности, чтобы определить, насколько Вы компетентны в соответствующем деле.					
27. Приготовиться к нелёгкому разговору – заранее обосновать свою позицию в разговоре, который обещает быть трудным.					
28. Выделение приоритетных проблем – решить какая из проблем наиболее важная и какая должна быть решена в первую очередь.					
29. Принять решение – оценить, какое из возможных решений является наиболее реалистичным, наметить наиболее реальный образ действий, который, по Вашему мнению, отвечает Вашим интересам.					
Альтернативы агрессивному поведению – каким образом избежать конфликта и разрушения отношений или вести себя в конфликтной ситуации наиболее продуктивным способом.					
30. Определить, какие именно чувства Вы испытываете.					
31. Определить виновного – определить, чьи именно действия (Ваши или кого-либо другого) явились причиной того, что произошло.					
32. Обращение с просьбой – попросить у соответствующих людей то, что Вам нужно и то, что Вы хотите.					
33. Релаксация – успокоиться и расслабиться, когда Вы напряжены.					
34. Самоконтроль – овладеть собой, не допуская срыва.					
35. Переговоры – прийти к компромиссному решению в споре с другим человеком.					
36. Помочь другому человеку, когда он не может сам справиться со своими					

проблемами.					
37. Самоутверждение – отстаивать свою позицию, показав другим, что Вы хотите, испытываете или думаете по поводу чего-либо.					

Ключ:

Обработка опросника социальных навыков включает:

1. Общие показатели:

1.1. Средняя оценка своих социальных способностей – это среднее арифметическое по уровню оценки успешности социальных навыков для себя. Ответам приписывается значение от 1 до 5 баллов (1-никогда, 2-редко, 3-иногда, 4- часто, 5- всегда). Полученное среднее арифметическое значение по 37 навыкам в норме обычно бывает больше 3,10 и меньше 3,85. Если полученная цифра выше этого диапазона, то можно говорить о завышенной самооценке уровня развития социальных навыков, переоценке своих социальных способностей. Если полученная цифра ниже указанного диапазона, то можно говорить о заниженной оценке своего социального поведения, занижении своих социальных способностей. В том случае, если эти показатели ниже 2 или выше 4, можно говорить о неадекватной оценке подростком своего социального поведения.

1.2. Средняя оценка социальных способностей сверстника – это среднее арифметическое по уровню развития социальных навыков у сверстников, которая определяется аналогичным образом, как и предыдущий показатель. Здесь нормативный диапазон находится между 3,00 и 3,60 среднего значения оценки социальных способностей сверстников. Если полученное среднее арифметическое более 3,60, то можно говорить о завышенной оценке уровня развития социального поведения сверстников, о переоценке их социальных способностей. При оценке полученных показателей следует отметить, что значения этого показателя выше 4 и ниже 2 свидетельствуют о неадекватной оценке и в этом случае данные опросника являются недостоверными.

По сочетанию этих показателей (1.1 и 1.2.) выделяются 7 основных типов оценки социальной компетенции у подростков:

1. Недооценка уровня развития своих социальных навыков и переоценка социальной эффективности других. В этом случае подросток считает себя неловким, некомпетентным, отставшим от остальных. В то же время своих сверстников он оценивает настолько опытными и успешными, что ему практически невозможно достичь такого уровня. В поведении это выражается в пассивной и очень зависимой от других позиции.

2. Завышенная оценка собственных социальных навыков и заниженная оценка уровня развития социальных навыков остальных. Для такого подростка характерна переоценка своих возможностей в области социальной адаптации. Он считает себя умелым, ловким, опытным в то время, как большинство его сверстников еще маленькие, не умеющие ориентироваться в поведении окружающих. В поведении это проявляется в авторитарной позиции и стремлении к лидерству.

3. Заниженная оценка своих социальных способностей и специальных способностей сверстников. Этой социальной позиции подростка соответствует страх перед миром взрослых, неуверенность в своих способностях и способностях своих сверстников успешно адаптироваться к нормальной взрослой жизни. В поведении таких подростков обычно заметно повышен уровень тревожности и стремление находится в группе сверстников.

4. Завышенная оценка своих социальных способностей и способностей сверстников. Такая переоценка себя и своих сверстников как правило соответствует недооценке сложности социальной жизни взрослых. В поведении такой подросток характеризуется тенденциями к лидерству и объединению сверстников против «плохих» правил и законов взрослого мира.

5. Адекватная оценка себя и заниженная оценка социального поведения окружающих сверстников. При адекватной в целом позиции такой подросток считает именно себя, в отличие от сверстников, способным включиться во взрослые отношения. Большинство своих сверстников в этом случае подросток часто считает недостаточно опытными, еще не выросшими в

отличие от себя. В поведении это характеризуется ответственной и взвешенной, хотя иногда и изолированной от остальных ребят позицией.

6. Адекватная оценка других и заниженная оценка своих социальных способностей. При адекватном восприятии социальной ситуации в целом такой подросток склонен недооценивать свои возможности. В поведении это характеризуется повышенным уровнем тревожности и настороженности в отношениях со сверстниками. Очень часто эта позиция коррелирует с отставанием в физическом развитии от сверстников.

7. Адекватная оценка уровня своего социального развития и социального развития сверстников. Реалистическая, взвешенная позиция, в основном соответствующая уровню развития взрослого человека. Ответственное отношение к жизни при этом сочетается с адекватной оценкой окружающих.

Оценка результатов:

Высокий уровень социальных навыков – 4 балла,

Средний уровень социальных навыков – 3 балла

Низкий уровень социальных навыков – 2 балла

Социальная дезадаптация (низкий уровень социальных навыков в сочетании с нарушениями в сфере поведения, эмоций) – 1 балл

Общий уровень развития социальных навыков – для его определения необходимо внимательно ознакомиться с таблицей внизу. Она разбита на 3 уровня – высокий, средний и низкий. Анализ проводится по всем 10 пунктам. За каждое совпадение результатов опросника с одним из 3-х вариантов (высокий, средний, низкий) присваивается 1 балл тому уровню, с критерием которого результат совпал. Максимально возможное количество баллов -10. Соответственно, тот уровень, который наберет наибольшее количество баллов, и будет общим уровнем развития социальных навыков испытуемого.

4. Методика ЭМИн (авт. Люсин Д.В.)

Эмоциональный интеллект – совокупность эмоциональных и когнитивных способностей, которые способствуют эффективным

межличностным отношениям. Люди, обладающие способностями к пониманию своих эмоций и эмоций других людей, адаптированы в обществе, эффективны, коммуникабельны в общении с окружающими.

Цель методики: предназначена для измерения эмоционального интеллекта (EQ) в соответствии с теоретическими представлениями автора. На основании модели ЭМИн предлагается тест, состоящий из 40 вопросов с ответами по 4-балльной шкале, которые группируются в 6 факторов.

Межличностный эмоциональный интеллект.

Шкала М1. Интуитивное понимание чужих эмоций.

Шкала М2. Понимание чужих эмоций через экспрессию;

Шкала М3. Общая способность к пониманию чужих эмоций;

Внутриличностный эмоциональный интеллект.

Шкала В1. Осознание своих эмоций;

Шкала В2. Управление своими эмоциями;

Шкала В3. Контроль экспрессии.

При интерпретации результатов утверждениям приписывается значение в баллах. Часть пунктов интерпретируются в обратных значениях.

Инструкция: Вам предлагается заполнить опросник, состоящий из 46 утверждений. Читайте внимательно каждое утверждение и ставьте крестик (или галочку) в той графе, которая лучше всего отражает Ваше мнение.

Бланк методики

№	Утверждения	Совсем не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Полностью согласен
1.	Я замечаю, когда близкий человек переживает, даже если он (она) пытается это скрыть				
2.	Если человек на меня обижается, я не знаю, как восстановить с ним хорошие отношения				
3.	Мне легко догадаться о чувствах человека по выражению его лица				
4.	Я хорошо знаю, чем заняться, чтобы улучшить себе настроение				
5.	У меня обычно не получается повлиять на эмоциональное				

	состояние своего собеседника				
6.	Когда я раздражаюсь, то не могу сдержаться, и говорю всё, что думаю				
7.	Я хорошо понимаю, почему мне нравятся или не нравятся те или иные люди				
8.	Я не сразу замечаю, когда начинаю злиться				
9.	Я умею улучшить настроение окружающих				
10.	Если я увлекаюсь разговором, то говорю слишком громко и активно жестикулирую				
11.	Я понимаю душевное состояние некоторых людей без слов				
12.	В экстремальной ситуации я не могу усилием воли взять себя в руки				
13.	Я легко понимаю мимику и жесты других людей				
14.	Когда я злюсь, я знаю, почему				
15.	Я знаю, как ободрить человека, находящегося в тяжелой ситуации				
16.	Окружающие считают меня слишком эмоциональным человеком				
17.	Я способен успокоить близких, когда они находятся в напряжённом состоянии				
18.	Мне бывает трудно описать, что я чувствую по отношению к другим				
19.	Если я смущаюсь при общении с незнакомыми людьми, то могу это скрыть				
20.	Глядя на человека, я легко могу понять его эмоциональное состояние				
21.	Я контролирую выражение чувств на своем лице				
22.	Бывает, что я не понимаю, почему испытываю то или иное чувство				
23.	В критических ситуациях я умею контролировать выражение своих эмоций				
24.	Если надо, я могу разозлить человека				
25.	Когда я испытываю				

	положительные эмоции, я знаю, как поддержать это состояние				
26.	Как правило, я понимаю, какую эмоцию испытываю				
27.	Если собеседник пытается скрыть свои эмоции, я сразу чувствую это				
28.	Я знаю, как успокоиться, если я разозлился				
29.	Можно определить, что чувствует человек, просто прислушиваясь к звучанию его голоса				
30.	Я не умею управлять эмоциями других людей				
31.	Мне трудно отличить чувство вины от чувства стыда				
32.	Я умею точно угадывать, что чувствуют мои знакомые				
33.	Мне трудно справиться с плохим настроением				
34.	Если внимательно следить за выражением лица человека, то можно понять, какие эмоции он скрывает				
35.	Я не нахожу слов, чтобы описать свои чувства друзьям				
36.	Мне удаётся поддержать людей, которые делятся со мной своими переживаниями				
37.	Я умею контролировать свои эмоции				
38.	Если мой собеседник начинает раздражаться, я подчас замечаю это слишком поздно				
39.	По интонациям моего голоса легко догадаться о том, что я чувствую				
40.	Если близкий человек плачет, я теряюсь				
41.	Мне бывает весело или грустно без всякой причины				
42.	Мне трудно предвидеть смену настроения у окружающих меня людей				
43.	Я не умею преодолевать страх				
44.	Бывает, что я хочу поддержать человека, а он этого не чувствует, не понимает				
45.	У меня бывают чувства, которые я не могу точно определить				

46.	Я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижаются				
-----	---	--	--	--	--

Ключ:

1. При подсчете сырых баллов утверждениям приписывается значение равное числовому:

№	Утверждения	Совсем не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Полностью согласен
	<i>Прямые утверждения</i>	0	1	2	3
	<i>Обратные утверждения</i>	3	2	1	0

2. При подсчете баллов по шкалам и субшкалам методики суммируются значения по каждой шкале:

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Понимание чужих эмоций	1, 3, 11, 13, 20, 27, 29, 32, 34	38, 42, 46
Управление чужими эмоциями	9, 15, 17, 24, 36	2, 5, 30, 40, 44
Понимание своих эмоций	7, 14, 26	8, 18, 22, 31, 35, 41, 45
Управление своими эмоциями	4, 25, 28, 37	12, 33, 43
Контроль экспрессии	19, 21, 23	6, 10, 16, 39
Межличностный эмоциональный интеллект	1, 3, 9, 11, 13, 15, 17, 20, 24, 27, 29, 32, 34, 36	2, 5, 30, 38, 40, 42, 44, 46
Внутриличностный эмоциональный интеллект	4, 7, 14, 19, 21, 23, 25, 26, 28, 37	6, 8, 10, 12, 16, 18, 22, 31, 33, 35, 39, 41, 43, 45
Понимание эмоций	1, 3, 7, 11, 13, 14, 20, 26, 27, 29, 32, 34	8, 18, 22, 31, 35, 38, 41, 42, 45, 46
Управление эмоциями	4, 9, 15, 17, 19, 21, 23, 24, 25, 28, 36, 37	2, 5, 6, 10, 12, 16, 30, 33, 39, 40, 43, 44
Общий уровень эмоционального интеллекта	1, 3, 4, 7, 9, 11, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 34, 36, 37	2, 5, 6, 8, 10, 12, 16, 18, 22, 30, 31, 33, 35, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46

Шкала МЭИ (межличностный ЭИ). Способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.

Шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ). Способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

Шкала ПЭ (понимание эмоций). Способность к пониманию своих и чужих эмоций.

Шкала УЭ (управление эмоциями). Способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Субшкала МП (понимание чужих эмоций). Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикуляция, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

Субшкала МУ (управление чужими эмоциями). Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

Субшкала ВП (понимание своих эмоций). Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

Субшкала ВУ (управление своими эмоциями). Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Субшкала ВЭ (контроль экспрессии). Способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

3. Перевод в стандарты

Стандарты	Сырые баллы по шкалам			
	МЭИ	ВЭИ	ПЭ Понимание эмоций	УЭ Управление эмоциями
1	31 и меньше	28 и меньше	31 и меньше	29 и меньше
2	32–34	29–32	32–34	30–32
3	35–37	33–36	35–37	33–36
4	38–40	37–40	38–40	37–40
5	41–44	41–44	41–44	41–44
6	45–47	45–48	45–47	45–47
7	48–51	49–53	48–51	48–51
8	52–55	54–57	52–56	52–56
9	56 и больше	58 и больше	57 и больше	57 и больше

4. Нормативные показатели по методике Д.В. Люсина

Шкалы	Очень низкое значение	Низкое значение	Среднее значение	Высокое значение	Очень высокое значение
-------	-----------------------------	--------------------	---------------------	---------------------	------------------------------

МП	0-19	20-22	23-26	27-30	31-
МУ	0-14	15-17	18-21	22-24	25-
ВП	0-13	14-16	17-21	22-25	26-
ВУ	0-9	10-12	13-15	16-17	18-
ВЭ	0-6	7-9	10-12	13-15	16-
МЭИ	0-34	35-39	40-46	47-52	53-
ВЭИ	0-33	34-38	39-47	48-54	55-
ПЭ	0-34	35-39	40-47	47-53	54-
УЭ	0-33	34-39	40-47	48-53	54-
ОЭИ	0-71	72-78	79-92	93-104	105-

5. Краткая версия теста жизнестойкости (Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова)

Инструкция: ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов о себе. Выбирайте тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение. Здесь нет правильных или неправильных ответов, так как важно только Ваше мнение. Просьба работать в темпе, подолгу не задумываясь над ответами. Работайте последовательно, не пропуская вопросов.

Бланк методики

№	Утверждения	Нет	Скорее нет	Скорее да	Да
		0	1	2	3
1	Я часто не уверен в собственных решениях				
2	Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела				
3	Я постоянно занят, и мне это нравится				
4	Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным				
5	Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым				
6	Иногда меня пугают мысли о будущем				
7	Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал				
8	Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль				
9	Мне кажется, если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете				
10	Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми				
11	Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, что он просто не умеет видеть интересное				
12	Мне всегда есть чем заняться				
13	Я часто сожалею о том, что уже сделано				
14	Я довольно часто откладываю на завтра то, что				

	трудноосуществимо, или то, в чем я не уверен				
15	Мне кажется, жизнь проходит мимо меня				
16	Мои мечты редко сбываются				
17	Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны				
18	Мне не хватает упорства закончить начатое				
19	Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной				
20	Как правило, я работаю с удовольствием				
21	Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей				
22	Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются				
23	Друзья уважают меня за упорство и непреклонность				
24	Я охотно берусь воплощать новые идеи				

Ключ:

1. Подсчёт сырых баллов

Нет – 0 баллов

Скорее нет – 1 баллов

Скорее да – 2 баллов

Да – 3 баллов

2. Подсчет баллов по шкалам

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Вовлечённость	3, 11, 12, 20	2, 4, 8, 15, 19, 21
Контроль	7, 23	1, 5, 10, 17, 18, 22
Принятие риска	24	6, 9, 13, 14, 16

3. Нормативные значения (Осин, Рассказова).

Нормы	Жизнестойкость	Вовлечённость	Контроль	Принятие риска
Среднее значение	50,79	22,3	16,7	11,8
Стандартное отклонение	11,32	4,95	4,06	3,36
Низкие значения	39 и ниже	17 и ниже	12 и ниже	8 и ниже
Высокие значения	62 и выше	27 и выше	21 и выше	15 и выше

6. Тест диспозиционного оптимизма (ТДО) Опросник диспозиционного оптимизма (Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин)

Инструкция. Пожалуйста, будьте искренни и точны настолько, насколько это возможно. Постарайтесь отвечать так, чтобы ответ на один вопрос не зависел от ответа на другие. Здесь нет правильных или неправильных ответов.

Отвечайте в соответствии с тем, что чувствуете Вы, а не исходя из того, как ответили бы, по Вашему мнению, большинство людей.

Утверждения	Не согласен (-на)	Скорее не согласен (-на)	Ни да, ни нет	Скорее согласен (-на)	Согласен (-на)
1. В неопределенных ситуациях я обычно верю, что все будет хорошо					
2. Меня не очень легко вывести из себя					
3. От будущего я не жду ничего особенно хорошего					
4. Я всегда во всем ищу позитив					
5. Я всегда с оптимизмом смотрю в будущее					
6. Общение с друзьями доставляет мне большое удовольствие					
7. Для меня важно всегда быть занятым					
8 Я мало верю в то, что будущее будет хорошим					
9. Я не строю особенно оптимистических планов на будущее					
10. Меня нелегко расстроить					
11. Я верю в то, что все, что происходит, —к лучшему					
12. Я редко надеюсь на то, со мной произойдет что-то хорошее					

Ключ:

1. Подсчет сырых баллов (количественная оценка ответов):

не согласен – 0 баллов;

скорее не согласен – 1 балл;

ни да, ни нет – 2 балла;

скорее согласен – 3 балла;

полностью согласен – 4 балла.

2. Подсчет баллов по шкалам:

Прямые утверждения (субшкала позитивных ожиданий): 1, 4, 5, 11.

Обратные утверждения (субшкала негативных ожиданий): 3, 8, 9, 12.

Утверждения – «наполнители»: 2, 6, 7, 10.

Оценки по обратным утверждениям при подсчете общего показателя диспозиционного оптимизма должны быть инвертированы: 0=4; 1=3; 3=1; 4=0.

Средние значения по тесту ТДО у кандидатов в замещающие родители

Субшкалы	Средние значения	Ст. отклонения
позитивные ожидания	12,0319	3,79826
негативные ожидания	11,8191	4,71194
Диспозиционный оптимизм	23,8511	7,86104

7. Оценка конструктивности копинговых стратегий совладания со стрессом

Копинг - англ. «соре» - справиться, выдержать, совладать. Методика COPE (К. Карвер, М. Шейер и Дж. Вейнтрауб (Carver et al., 1989).

Опросник COPE предназначен для измерения как ситуационных копинг-стратегий, так и лежащих в их основе диспозиционных стилей. Авторы методики COPE К. Карвер, М. Шейер и Дж. Вейнтрауб при ее разработке основывались на двух теоретических подходах — подходе Р. Лазаруса и на их собственной модели саморегуляции поведения (Scheier, Carver, 1988). Версия адаптации Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой и Е.Н. Осина (в 2013 г.).

Модель совладания.

1. Активное совладание (активные шаги или прямые действия, направленные на преодоление стрессовой ситуации).

2. Планирование (обдумывание того, как действовать в отношении трудной жизненной ситуации, разработка стратегий поведения).

3. Подавление конкурирующей деятельности (избегание отвлечения другими видами активности и, возможно, игнорирование других вещей, с тем чтобы активнее справляться со стрессовой ситуацией).

4. Сдерживание совладания (ожидание подходящего для действий момента и воздерживание от слишком поспешных, импульсивных действий).

5. Поиск социальной поддержки инструментального характера (стремление получить совет, помощь или информацию).

6. Поиск социальной поддержки по эмоциональным причинам (стремление найти эмоциональную, моральную поддержку, сочувствие и понимание).

7. Концентрация на эмоциях и их активное выражение (фокусировка на неприятных эмоциях, неприятностях и выражении чувств).

8. Позитивное переформулирование и личностный рост (попытки переосмыслить стрессовую ситуацию в позитивном ключе).

9. Отрицание (отказ верить в случившееся или попытки отрицать его реальность).

10. Принятие (принятие реальности произошедшего, стрессовой ситуации).

11. Обращение к религии (обращение к помощи Бога, вере, религии).

12. Использование «успокоительных» (использование алкоголя, лекарственных средств или наркотиков как способ избегания проблемы и улучшения самочувствия).

13. Юмор (шутки и смех по поводу ситуации).

14. Поведенческий уход от проблемы (отказ от достижения цели, регулирование усилий, направленных на взаимодействие со стрессором).

15. Мысленный уход от проблемы (использование различных видов активности для отвлечения от неприятных мыслей, связанных с проблемой, например, фантазирование, сон).

Бланк Опросника COPE

Инструкция: Ниже даны утверждения, касающиеся ваших реакций на различные жизненные ситуации. Отметьте, насколько вы согласны с каждым из этих утверждений. Для каждого утверждения нужно выбрать только одну оценку из четырёх.

Утверждение		Нет	Изредк а	Иногда	Часто
1	Я стараюсь найти плюсы в произошедшем				

2	Я погружаюсь в работу или другие дела, чтобы отключиться от проблем				
3	Я расстраиваюсь и даю выход своим эмоциям				
4	Я ищу совета у других людей, что делать дальше				
5	Я сосредоточиваю усилия на том, чтобы как-то решить проблему				
6	Я говорю себе: «Этого не может быть»				
7	Я надеюсь на то, что Бог мне поможет				
8	Я стараюсь воспринимать произошедшее с юмором				
9	Я признаю себе, что ничего не могу поделать с проблемой, и перестаю пытаться				
10	Я стараюсь удерживать себя от скоропалительных шагов				
11	Я обсуждаю с кем-то то, что я сейчас чувствую				
12	Я принимаю успокоительные или выпиваю, чтобы мне стало лучше				
13	Я стараюсь привыкнуть к мысли, что это случилось, адаптироваться к ситуации				
14	Я обсуждаю случившееся, чтобы лучше понять ситуацию				
15	Я стараюсь решать проблему, не отвлекаясь на другие дела и мысли				
16	Я предаюсь фантазиям на другие темы, чтобы отвлечься				
17	Я расстраиваюсь, нервничаю, переживаю				
18	Я прошу помощи у Бога				
19	Я стараюсь спланировать и обдумать свои дальнейшие действия				
20	Я перевожу случившееся в шутку				
21	Я стараюсь принять то, что случилось, привыкнуть к этому				
22	Я стараюсь ничего не предпринимать, пока ситуация не улучшится				
23	Я стараюсь получить эмоциональную поддержку у друзей или родных				
24	Я не предпринимаю активных действий				
25	Я предпринимаю какие-то еще действия, стараясь преодолеть сложившуюся ситуацию				
26	Я стараюсь отключиться на какое-то время, принимая алкоголь или лекарства				
27	Мне не хочется верить, что это произошло				
28	Я даю выход своим переживаниям				
29	Я пытаюсь посмотреть на ситуацию с более позитивной стороны, в ином свете				
30	Я говорю с кем-нибудь, кто мог бы конкретно помочь решить мою проблему				
31	Я сплю больше обычного, стараясь забыть о проблеме				

32	Я придумываю, как имеет смысл дальше действовать				
33	Я полностью концентрируюсь на решении этой проблемы и, если необходимо, откладываю в сторону другие дела				
34	Я ищу сочувствия и понимания у других людей				
35	Я выпиваю или принимаю лекарства, чтобы поменьше думать о проблеме				
36	Я шучу по поводу случившегося				
37	Я перестаю пытаться добиться своего (получить то, что я хочу)				
38	Я ищу что-то хорошее в том, что произошло				
39	Я думаю, как лучше всего я могу справиться с этой проблемой				
40	Я делаю вид, что ничего не произошло				
41	Я стараюсь не действовать слишком поспешно, чтобы не ухудшить ситуацию				
42	Я стараюсь, чтобы другие дела не мешали мне прилагать максимум усилий, чтобы справиться с проблемой				
43	Я иду в кино или смотрю телевизор, чтобы меньше думать о проблеме				
44	Я стараюсь принять ситуацию, сжиться с ней				
45	Я спрашиваю людей, у которых была аналогичная проблема, как они ее решали				
46	Я переживаю и активно проявляю свои чувства				
47	Я предпринимаю активные действия, чтобы справиться с проблемой				
48	Я пытаюсь найти утешение в вере (религии)				
49	Я заставляю себя ждать, когда наступит подходящий момент и можно будет действовать				
50	Я нахожу в случившемся забавные моменты				
51	Я снижаю количество усилий, направленных на решение этой проблемы				
52	Я обсуждаю свои переживания с кем-то из моих близких				
53	Я принимаю алкоголь или успокоительные, потому что это помогает мне преодолеть проблему				
54	Я учусь жить с этим				
55	Я откладываю другие дела в сторону, чтобы сосредоточиться на решении проблемы				
56	Я тщательно обдумываю шаги, которые буду предпринимать для решения проблемы				
57	Я просто делаю вид, что ничего не случилось				
58	Я последовательно, шаг за шагом делаю то, что нужно				

59	Я стараюсь, чтобы этот опыт чему-то меня научил				
60	Я молнюсь (больше, чем обычно)				

Ключ:

Подсчёт баллов по каждой шкале достигается простым суммированием баллов по всем вопросам, входящим в шкалу. Общий балл не высчитывается, поэтому из опросника извлекается 15 показателей, соответствующих выраженности 15 типов выделяемых защит.

1. Подсчёт сырых баллов:

Вариант ответа	В прямых значениях
Нет	1 балл
Изредка	2 балла
Иногда	3 балла
Часто	4 балла

2. Содержание шкал

№	Утверждение	баллы
	Позитивное переформулирование и личностный рост	
1	Я стараюсь найти плюсы в произошедшем	
29	Я пытаюсь посмотреть на ситуацию с более позитивной стороны, в ином свете	
38	Я ищу что-то хорошее в том, что произошло	
59	Я стараюсь, чтобы этот опыт чему-то меня научил	
	<i>сумма</i>	
	Мысленный уход от проблемы	
2	Я погружаюсь в работу или другие дела, чтобы отключиться от проблем	
16	Я предаюсь фантазиям на другие темы, чтобы отвлечься	
31	Я сплю больше обычного, стараясь забыть о проблеме	
43	Я иду в кино или смотрю телевизор, чтобы меньше думать о проблеме	
	<i>сумма</i>	
	Концентрация на эмоциях и их активное выражение	
3	Я расстраиваюсь и даю выход своим эмоциям	
17	Я расстраиваюсь, нервничаю, переживаю	
28	Я даю выход своим переживаниям	
46	Я переживаю и активно проявляю свои чувства	
	<i>сумма</i>	
	Использование инструментальной социальной поддержки	

4	Я ищу совета у других людей, что делать дальше	
14	Я обсуждаю случившееся, чтобы лучше понять ситуацию	
30	Я говорю с кем-нибудь, кто мог бы конкретно помочь решить мою проблему	
45	Я спрашиваю людей, у которых была аналогичная проблема, как они ее решали	
		<i>сумма</i>
	Активное совладание	
5	Я сосредоточиваю усилия на том, чтобы как-то решить проблему.	
25	Я предпринимаю какие-то еще действия, стараясь преодолеть сложившуюся ситуацию	
47	Я предпринимаю активные действия, чтобы справиться с проблемой	
58	Я последовательно, шаг за шагом делаю то, что нужно	
		<i>сумма</i>
	Отрицание	
6	Я говорю себе: «Этого не может быть»	
27	Мне не хочется верить, что это произошло	
40	Я делаю вид, что ничего не произошло	
57	Я просто делаю вид, что ничего не случилось	
		<i>сумма</i>
	Обращение к религии	
7	Я надеюсь на то, что Бог мне поможет	
18	Я прошу помощи у Бога	
48	Я пытаюсь найти утешение в вере (религии)	
60	Я молюсь (больше, чем обычно)	
		<i>сумма</i>
	Юмор	
8	Я стараюсь воспринимать произошедшее с юмором	
20	Я перевожу случившееся в шутку	
36	Я шучу по поводу случившегося	
50	Я нахожу в случившемся забавные моменты	
		<i>сумма</i>
	Поведенческий уход от проблемы	
9	Я признаю себе, что ничего не могу поделать с проблемой, и перестаю пытаться	
24	Я не предпринимаю активных действий	
37	Я перестаю пытаться добиться своего (получить то, что я хочу)	
51	Я снижаю количество усилий, направленных на решение этой проблемы	
		<i>сумма</i>
	Сдерживание	

10	Я стараюсь удерживать себя от скоропалительных шагов	
22*	Я стараюсь ничего не предпринимать, пока ситуация не улучшится	
41	Я стараюсь не действовать слишком поспешно, чтобы не ухудшить ситуацию	
49	Я заставляю себя ждать, когда наступит подходящий момент и можно будет действовать	
		<i>сумма</i>
	Использование эмоциональной социальной поддержки	
11	Я обсуждаю с кем-то то, что я сейчас чувствую	
23	Я стараюсь получить эмоциональную поддержку у друзей или родных	
34	Я ищу сочувствия и понимания у других людей	
52	Я обсуждаю свои переживания с кем-то из моих близких	
		<i>сумма</i>
	Использование «успокоительных»	
12	Я принимаю успокоительные или выпиваю, чтобы мне стало лучше	
26	Я стараюсь отключиться на какое-то время, принимая алкоголь или лекарства	
35	Я выпиваю или принимаю лекарства, чтобы поменьше думать о проблеме	
53	Я принимаю алкоголь или успокоительные, потому что это помогает мне преодолеть проблему	
		<i>сумма</i>

Интерпретация:

Конструктивные копинг-стратегии: позитивное переформулирование и личностный рост, использование инструментальной социальной поддержки, активное совладание, юмор, сдерживание, использование эмоциональной социальной поддержки, подавление конкурирующей деятельности, принятие проблемы, планирование;

Неконструктивным – использование «успокоительных», мысленный уход от проблем, концентрация на эмоциях и их активное выражение, отрицание, поведенческий уход от проблемы

8. Опросник психологического благополучия школьников (ОПБШ), С.А. Водяха, Ю.Е. Водяха (школьный возраст не ограничен)

Многомерная шкала школьного благополучия содержит следующие шкалы:

1. Отношения с друзьями — удовлетворенность отношениями с друзьями и одноклассниками. Выражается в наличии тесных и дружеских отношений, позитивном отношении к сверстникам.

2. Отношение к школе — позитивное отношение к школе как социальному институту. Выражается в положительной оценке атмосферы класса и заинтересованность в учебной деятельности.

3. Отношение к педагогам — позитивное отношение к педагогам. Выражается в наличии представителей педагогического сообщества, вызывающих уважение, симпатию и пользующихся авторитетом.

4. Отношения с воспитателями — позитивное отношение к воспитателям. Выражается в наличии доверительных и теплых отношений с воспитателями.

5. Отношение к себе — позитивное самоотношение. Выражается в самоуважении и чувстве собственной самооценности.

Инструкция: подчеркните цифру в бланке, соответствующую степени вашего согласия.

Бланк методики

ФИО						
Группа						
Возраст						
Утверждения	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорей не согласен, чем согласен	Скорей согласен, чем не согласен	Согласен	Абсолютно согласен
	У меня в школе много друзей	0	1	2	3	4
В школе интересно	0	1	2	3	4	5
С учителями интересно общаться	0	1	2	3	4	5
С моими воспитателями мне интересно	0	1	2	3	4	5
Я чувствую себя успешным в школе	0	1	2	3	4	5
Друзья поддерживают меня в беде	0	1	2	3	4	5
В школе я узнаю много нового	0	1	2	3	4	5
С большинством учителей приятно	0	1	2	3	4	5

общаться						
Мне хорошо в моей группе	0	1	2	3	4	5
Я – интересная личность	0	1	2	3	4	5
У меня замечательные друзья	0	1	2	3	4	5
Я с желанием хожу в школу	0	1	2	3	4	5
С учителями не бывает скучно	0	1	2	3	4	5
Я наслаждаюсь временем, проведенным со своими воспитателями, друзьями из детского дома	0	1	2	3	4	5
Я люблю себя	0	1	2	3	4	5
Общение с друзьями доставляет мне удовольствие	0	1	2	3	4	5
В школе много интересных событий для меня	0	1	2	3	4	5
Большинство учителей - хорошие люди	0	1	2	3	4	5
В моей группе дружные отношения	0	1	2	3	4	5
Большинство людей похожи на меня	0	1	2	3	4	5
На своих друзей я могу рассчитывать	0	1	2	3	4	5
Я люблю бывать в школе	0	1	2	3	4	5
С некоторыми учителями я могу обсуждать личные проблемы	0	1	2	3	4	5
Мои воспитатели дружелюбны ко мне	0	1	2	3	4	5
Я чувствую свою значимость	0	1	2	3	4	5
Мои друзья меня понимают	0	1	2	3	4	5
Я с удовольствием участвую в школьной жизни	0	1	2	3	4	5
По некоторым учителям я скучаю во время каникул	0	1	2	3	4	5
Мои воспитатели ведут со мной себя правильно	0	1	2	3	4	5
Я хороший человек	0	1	2	3	4	5

Ключ:

Подсчитать количество баллов по каждой строке.

№	Шкала	№ утверждения
1	Отношения с друзьями	1; 6; 11; 16; 21; 26
2	Отношение к школе	2; 7; 12; 17; 22; 27
3	Отношение к педагогам	3; 8; 13; 18; 23; 28
4	Отношения с воспитателями	4; 9; 14; 19; 24; 29
5	Отношение к себе	6; 10; 15; 20; 25; 30

Нормы:

От 0 до 15 низкий уровень удовлетворенности;

16-23 средний уровень удовлетворенности;

24-30 высокий уровень удовлетворенности.

Оценка готовности воспитанника к самостоятельной жизни

Критерии готовности воспитанников к самостоятельной жизни и успешности в самостоятельной жизни

1. Достаточный для решения жизненных задач уровень самостоятельности;
2. Сформированность социальных навыков, жизненных компетенций, способствующих вхождению в социум, позволяющих успешно взаимодействовать с окружающими, быть успешными в самостоятельной жизни;
3. Отсутствие обстоятельств (фактов) в жизненной ситуации, которые могут определить социальную дезадаптацию, привести к трудной жизненной ситуации.

Прогнозная оценка уровня самостоятельности, включая условия для его проявления после завершения пребывания воспитанников в организации для детей-сирот.

Прогнозная оценка уровня самостоятельности включает шкалированную самооценку и шкалированную экспертную оценку значимым взрослым уровня необходимой помощи для решения жизненных задач. Оценка осуществляется по шкале от 1 – нужна помощь, до 10 – справлюсь сам(а). Десятибалльная шкала оценивания позволяет проанализировать необходимый объем помощи в разных жизненных вопросах.

Оценка условий для проявления самостоятельности включает шкальную самооценку и экспертную оценку значимым взрослым:

сформированности представлений о ближайшем будущем, то есть о предстоящих изменениях в связи с завершением пребывания воспитанников в

организации для детей-сирот или по завершении пребывания в семейной форме устройства на воспитание;

субъективной удовлетворенности предстоящими изменениями, которая включает учет мнения при планировании жизненных изменений и отсутствие сфер беспокойства (тревожности).

Для воспитанника перед выходом из организации для детей-сирот важно:

1. Сформировать ясные и реалистичные представления о том, чем он будет заниматься после выпуска, какую профессию будет получать и где, кем в будущем будет работать, где и на какие средства будет жить после выпуска, с кем будет общаться, и кто сможет оказать ему поддержку. Оценка сформированности представлений о дальнейшем жизнеустройстве осуществляется по шкале от 1 – не представляю совсем, до 10 – представляю отлично. Десятибалльная шкала оценивания позволяет проанализировать уровень сформированности представлений о предстоящих жизненных изменениях, которые произойдут в связи с завершением пребывания воспитанников в организации для детей-сирот.

2. Учитывать мнение воспитанника в вопросах предстоящих жизненных изменений. Оценка учета мнения воспитанника при планировании жизненных изменений осуществляется по шкале от 1 – не учтено совсем, до 10 – учтено в полной мере. Десятибалльная шкала оценивания позволяет проанализировать, в какой степени было учтено мнение воспитанника в вопросах предстоящих жизненных изменений.

3. Не иметь сфер беспокойства, повышенной тревожности, что говорит о наличии сложных для воспитанника задач или неудовлетворенности положением дел в данной сфере. Оценка осуществляется по шкале от 1 – очень тревожно, до 10 – абсолютно покоен/спокойна, нет поводов для тревоги. Десятибалльная шкала оценивания позволяет проанализировать уровень тревоги воспитанника в разных жизненных вопросах.

Чек-лист для прогнозной экспертной оценки самостоятельности

Инструкция: Некоторые вопросы воспитанник уже сможет решать сам, а в некоторых возможно ему понадобится помощь. Оцените необходимость ему такой помощи для решения разных жизненных вопросов по 10-бальной системе, где 1 – нужна помощь, 10 – справится сам(а).

1. принимать решение, взвесив все плюсы и минусы

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

2. прилагать усилия, действовать на основе принятого решения

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

3. нести ответственность за свои действия

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

4. справляться со стрессом и тревогой

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

5. искать информацию, полезную для решения практических проблем

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

6. проживать в своей квартире или общежитии по месту учёбы или работы

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

7. организовывать свой быт и делать домашние дела (готовить, стирать, наводить порядок)

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

8. решать правовые вопросы, соблюдать закон

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

9. выбрать профессию и место дальнейшего обучения

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

10. учиться, получить профессию

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

11. общаться с разными людьми, выстраивать отношения, следовать социальным нормам

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

12. заботиться о здоровье и внешности, соблюдать гигиену

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

13. трудоустроиться, работать

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

14. обращаться с деньгами: зарабатывать и тратить

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

15. управлять своим свободным временем, организовать свой отдых и досуг

нужна помощь 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 справится сам(а)

Чек-лист для самооценки сформированности представлений о ближайшем будущем

Инструкция. Ты понимаешь, что будет после выхода из организации для детей-сирот (замещающей семьи)? Оцени по 10-балльной системе как ясно ты представляешь свою дальнейшую жизнь, где 1 – не представляю совсем, 10 – представляю отлично.

1. Чем ты будешь заниматься?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

2. Какую профессию ты будешь получать?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

3. Где ты будешь учиться, получать профессию?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

4. Где ты будешь жить?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

5. На что ты будешь жить, откуда будешь брать деньги?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

6. Кем в будущем ты будешь работать?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

7. С кем ты будешь общаться?

не представляю 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю

совсем

отлично

8. Кто сможет тебя поддержать?

не представляю совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляю отлично

Чек-лист для экспертной оценки сформированности представлений о ближайшем будущем

Инструкция. Оцените по 10-балльной системе как ясно воспитанник представляет свою дальнейшую жизнь, где 1 – не представляет совсем, 10 – представляет отлично.

1. Чем он будет заниматься?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

2. Какую профессию будет получать?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

3. Где будет учиться, получать профессию?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

4. Где будет жить?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

5. На что он будет жить, откуда будет брать деньги?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

6. Кем в будущем будет работать?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

7. С кем будет общаться?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

8. Кто сможет его поддержать?

не представляет совсем 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 представляет отлично

Чек-лист для самооценки учета мнения при планировании жизненных изменений

Инструкция. Насколько твоё мнение учитывалось для дальнейшего устройства твоей жизни? Оцени по 10-балльной системе было ли учтено твоё мнение, где 1 – не учтено совсем, 10 – учтено в полной мере, при выборе:

1. Времени выхода из детского дома (замещающей семьи)

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

2. Уровня образования (сколько классов окончить)

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

3. Профессии

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

4. Места дальнейшей учёбы

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

5. Места жительства

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

Чек-лист для экспертной оценки учета мнения при планировании жизненных изменений

Инструкция. Оцените по 10-балльной системе было ли учтено мнение воспитанника, где 1 – не учтено совсем, 10 – учтено в полной мере, при выборе:

1. Времени выхода из детского дома (замещающей семьи)

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

2. Уровня образования (сколько классов окончить)

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

3. Профессии

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

4. Места дальнейшей учёбы

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

5. Места жительства

не учтено совсем	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	учтено в полной мере
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------------------

Самооценка наличия сфер беспокойства (тревожности)

Инструкция. Иногда изменения вызывают сильные чувства. Оцени по 10-балльной системе что ты чувствуешь, когда думаешь о разных вещах, где 1 – очень тревожно, 10 – абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги.

1. Выпуск из организации для детей-сирот (замещающей семьи)

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

2. Выбранная профессия

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

3. Новое место жительства

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

4. Собственное жильё

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

5. Бытовые домашние дела

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

6. Деньги

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна,
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------------

нет поводов для тревоги

7. Трудоустройство, работа

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

8. Отношения с друзьями

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

9. Отношения с сотрудниками детского дома (приёмными родителями)

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

10. Отношения с родственниками

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

11. Здоровье

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

12. Своя семья

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

13. Поддержка в будущем

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

Экспертная оценка наличия сфер беспокойства (тревожности)

Инструкция. Оцените по 10-балльной системе уровень тревоги вашего воспитанника, когда вы разговариваете о разных вещах, где 1 – очень тревожен/тревожна, 10 – абсолютно спокоен/спокойна.

1. Выпуск из организации для детей-сирот (замещающей семьи)

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

2. Выбранная профессия

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

3. Новое место жительства

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

4. Собственное жилье

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

5. Бытовые домашние дела

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

6. Деньги

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

7. Трудоустройство, работа

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

8. Отношения с друзьями

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

9. Отношения с сотрудниками детского дома (приёмными родителями)

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

тревоги

10. Отношения с родственниками

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

11. Здоровье

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

12. Своя семья

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

13. Поддержка в будущем

очень тревожно	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Абсолютно спокоен/спокойна, нет поводов для тревоги
----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

Самооценка социальных навыков (зеркальная методика)

(Для воспитанников)

Инструкция. Скоро Вы выйдете в самостоятельную жизнь из организации для детей-сирот. Оцените, какие навыки, которые вам помогут адаптироваться во взрослой жизни, у Вас есть. Для этого необходимо ответить на вопросы. Если вопрос Вас не касается или Вы не знаете, как ответить – выбирайте ответ не знаю.

Варианты ответа: нет; не знаю/ не могу ответить; скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; да.

Участие в обучении или в работе

Вовремя прихожу в образовательное учреждение (на работу)

Умею собирать информацию (в Интернете, в библиотеке) для учебных (рабочих) заданий

Умею собирать информацию, необходимую для обучения (трудоустройства) по телефону или в Интернете

Умею задавать вопросы, связанные с обучением (работой), если что-либо непонятно

Выполняю данные мне задания и поручения в процессе работы (обучения)

Умею планировать учебу (работу), разделяя ее на обозримые части

Способен(на) систематически посещать занятия в учебном заведении или каждый день ходить на работу

Способен(на) понять собственные затруднения в учебе (работе)

Стремлюсь получать новые знания по учебе или работе

Понимаю, что могу выполнить, а что - не могу, и сообщаю об этом воспитателю (преподавателю, куратору)

Осмысленное проведение свободного времени

Умею заниматься в одиночестве (например, играть в какую-либо игру)

Нахожу общие занятия с другими людьми

Могу брать инициативу в организации досуга на себя

Стремлюсь узнать правила проведения досуга и придерживаться их

Умею продолжать игру, даже когда проигрываю

Знаю, какие занятия (хобби) мне нравятся, какие - нет

Умею безопасно пользоваться Интернетом; знаю, какие расходы и какой риск (опасность) с этим связаны

Знаю, куда можно пойти в свободное время

Знаю, где можно получить информацию о молодежных, спортивных объединениях и как можно стать их членом

Умею планировать свободное время в выходные дни

Готовность к самостоятельному проживанию в квартире и создание быта

Умею готовить простые блюда

Умею готовить горячие блюда

Знаю, какие продукты нужны для приготовления пищи и умею их покупать

Умею сортировать белье, стирать и обращаться со стиральной машиной

Умею мыть и вытирать посуду

Умею ремонтировать одежду (пришивать пуговицы, зашить дырку и т.д.)

Знаю, что необходимо регулярно убирать и убираю свою комнату (квартиру)

Умею обустроить свою комнату/квартиру, чтобы хорошо себя в ней чувствовать

Регулярно осуществляю уборку туалета (ванной)

Помогаю в работе по обустройству (ремонту) жилого помещения

Умею наладить отношения с соседями

Знаю, как ухаживать за домашними животными

Взаимодействие с руководством, общественными учреждениями и инстанциями

Не боюсь задавать вопросы руководству (как знакомому, так и незнакомому)

Не боюсь высказывать свое мнение руководству

Умею вести переговоры с руководством при различных мнениях

Умею находить подходящий момент для бесед с руководством

Умею соблюдать границы в общении с руководством, сотрудниками учреждений и инстанций

Знаю, какие специалисты за что отвечают, о чем каждый из них что-то может сказать и в чем помочь

Признаю, что у руководителя организации есть право принимать решения, обязательные к исполнению

Знаю, как пользоваться общественными учреждениями, такими как почта, больница, банк и учреждения по оказанию помощи

Умею самостоятельно пользоваться общественным транспортом

Умею заполнять трудные бумаги (налоги, работа, страховка и т.п.) или знаю, к кому можно обратиться за помощью

Забота о здоровье и внешности

Соблюдаю гигиену (ежедневно моюсь, принимаю душ и чищу зубы)

Слежу за состоянием кожи

Умею заботиться о своей одежде и прическе

Одеваюсь опрятно и со вкусом (белье и одежда чистые и подходят по размеру)

Вовремя и регулярно ем

Умею выражать свои пожелания (предпочтения) в выборе одежды или прически

Знаю, какая еда и напитки для меня полезны или не полезны

Знаю, каковы общие последствия употребления алкоголя и наркотиков

Знаю, как на меня влияет употребление алкоголя

Ответственно отношусь к употреблению лекарств и не забываю принимать их вовремя

Знаю, как и когда следует пользоваться медицинскими услугами (участковый врач, стоматолог, аптека, больница)

Знаю, где и как можно отдохнуть во время отпуска, чтобы лучше себя чувствовать и укрепить свое здоровье

Создание и поддержание дружбы и социальных контактов

Умею первым вступить в контакт с другим человеком

Умею пользоваться мобильным телефоном (звонить, отправлять и получать текстовые и мультимедийные сообщения (sms, mms))

Делюсь своими мыслями, чувствами с окружающими в социальных сетях

Пользуюсь мобильным телефоном для выхода в Интернет, общения в социальных сетях.

Умею пользоваться компьютером

Могу прервать беседу, если она проходит в неподходящее время

Понимаю, что телефонные разговоры (в том числе и по мобильному телефону) следует оплачивать, знаком с различными возможностями оплаты (предоплата, абонемент, кредит и т.д.)

Умею договариваться и следовать договоренностям

Умею слушать других

Умею коллегиально принимать решение

Умею попросить помощи, если чего-то не могу или не знаю

Знаю, как реагировать, если кто-то выражает свои чувства

Умею говорить «нет», если другие хотят, чтобы я сделал(а) что-то против своей воли

Поведение в экстремальных ситуациях

Зная, что делать, когда потерял паспорт

Умею оказать первую медицинскую помощь себе и другим

Умею вызвать скорую помощь

Знаю, что делать в случае пожара

Если у меня захлопнется дверь комнаты, я буду искать решение самостоятельно

Знаю, что делать, когда начнется ураган, пурга

Профессиональная ориентация и работа

Знаю свои возможности и ограничения для того, чтобы выбрать подходящую работу

Точно знаю, какую работу я хочу получить или иметь

У меня есть школьные знания, которые позволят дальше выбрать место работы или уже позволили найти работу

Знаю, какое учебное заведение или курсы должен закончить, чтобы получить выбранную профессию

У меня есть возможность обсуждать свои планы по дальнейшему обучению с учителями, наставником, работодателями и т.д.

Читаю литературу, которая мне интересна для выбранной профессии

Знаком с требованиями к работе, которая меня интересует или где я уже работаю

У меня есть свой план карьеры

Умею составлять резюме

Знаю, как вставать на учет в качестве безработного в Фонде занятости

Экономическая (финансовая) грамотность

Умею планировать свой ежедневный бюджет

Умею обращаться с деньгами (знаю стоимость товаров и услуг)

Откладываю деньги

Могу сравнивать цены и знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене

У меня есть кредитная карта

Экономлю электроэнергию и воду

Знаю, где и когда платить за коммунальные услуги

Пишу список продукты, когда иду в магазин

Пользуюсь скидками, купонами

Участие в обучении или в работе

Вовремя приходит в образовательное учреждение (на работу)

Умеет собирать информацию (в Интернете, в библиотеке) для учебных (рабочих) заданий

Умеет собирать информацию, необходимую для обучения (трудоустройства) по телефону или в Интернете

Умеет задавать вопросы, связанные с обучением (работой), если что-либо непонятно

Выполняет данные ему задания и поручения в процессе работы (обучения)

Умеет планировать учебу (работу), разделяя ее на обозримые части

Способен систематически посещать занятия в учебном заведении или каждый день ходить на работу

Способен понять собственные затруднения в учебе (работе)

Стремится получать новые знания по учебе или работе

Понимает, что может выполнить, а что - не может, и сообщает об этом воспитателю (преподавателю, куратору)

Осмысленное проведение свободного времени

Умеет заниматься в одиночестве (например, играть в какую-либо игру)

Находит общие занятия с другими людьми

Может брать инициативу в организации досуга на себя

Стремится узнать правила проведения досуга и придерживаться их

Умеет продолжать игру, даже когда проигрывает

Знает, какие занятия (хобби) ему нравятся, какие - нет

Умеет безопасно пользоваться Интернетом; знает, какие расходы и какой риск (опасность) с этим связаны

Знает, куда можно пойти в свободное время

Знает, где можно получить информацию о молодежных, спортивных объединениях и как можно стать их членом

Умеет планировать свободное время в выходные дни

Готовность к самостоятельному проживанию в квартире и создание быта

Умеет готовить простые блюда

Умеет готовить горячие блюда;

Знает, какие продукты нужны для приготовления пищи и умеет их покупать

Умеет сортировать белье, стирать и обращаться со стиральной машиной

Умеет мыть и вытирать посуду

Умеет ремонтировать одежду (пришивать пуговицы, зашить дырку и т.д.)

Знает, что необходимо регулярно убирать и убирает свою комнату (квартиру)

Умеет обустроить свою комнату, квартиру, чтобы хорошо себя в ней чувствовать

Регулярно осуществляет уборку туалета (ванной)

Помогает в работе по обустройству (ремонту) жилого помещения

Умеет наладить отношения с соседями

Знает, как ухаживать за домашними животными

Взаимодействие с руководством, общественными учреждениями и инстанциями

Не боится задавать вопросы руководству (как знакомому, так и незнакомому)

Не боится высказывать свое мнение руководству

Умеет вести переговоры с руководством при различных мнениях

Умеет находить подходящий момент для бесед с руководством

Умеет соблюдать границы в общении с руководством, сотрудниками учреждений и инстанций

Знает, какие специалисты за что отвечают, о чем каждый из них что-то может сказать и в чем помочь

Признает, что у руководителя организации есть право принимать решения, обязательные к исполнению

Знает, как пользоваться общественными учреждениями, такими как почта, больница, банк и учреждения по оказанию помощи

Умеет самостоятельно пользоваться общественным транспортом

Умеет заполнять трудные бумаги (налоги, работа, страховка и т.п.) или знает, к кому можно обратиться за помощью

Забота о здоровье и внешности

Соблюдает гигиену (ежедневно моется, принимает душ и чистит зубы)

Следит за состоянием кожи

Умеет заботиться о своей одежде и причёске

Одевается опрятно и со вкусом (белье и одежда чистые и подходят по размеру)

Вовремя и регулярно ест

Умеет выражать свои пожелания (предпочтения) в выборе одежды или причёски

Знает, какая еда и напитки для него полезны или не полезны

Знает, каковы общие последствия употребления алкоголя и наркотиков

Знает, как на него влияет употребление алкоголя

Ответственно относится к употреблению лекарств и не забывает принимать их вовремя

Знает, как и когда следует пользоваться медицинскими услугами (участковый врач, стоматолог, аптека, больница)

Знает, где и как можно отдохнуть во время отпуска, чтобы лучше себя чувствовать и укрепить свое здоровье

Создание и поддержание дружбы и социальных контактов

Умеет первым вступить в контакт с другим человеком

Умеет пользоваться мобильным телефоном (звонить, отправлять и получать текстовые и мультимедийные сообщения (sms, mms))

Делится своими мыслями, чувствами с окружающими в социальных сетях

Пользуется мобильным телефоном для выхода в Интернет, общения в социальных сетях.

Умеет пользоваться компьютером

Может прервать беседу, если она проходит в неподходящее время

Понимает, что телефонные разговоры (в том числе и по мобильному телефону) следует оплачивать, знаком с различными возможностями оплаты (предоплата, абонемент, кредит и т.д.)

Умеет договариваться и следовать договоренностям

Умеет слушать других

Умеет коллегиально принимать решение

Умеет попросить помощи, если чего-то не может или не знает

Знает, как реагировать, если кто-то выражает свои чувства

Умеет говорить «нет», если другие хотят, чтобы он сделал что-то против его воли

Поведение в экстремальных ситуациях

Знает, что делать, когда потерял паспорт

Умеет оказать первую медицинскую помощь себе и другим

Умеет вызвать скорую помощь

Знает, что делать в случае пожара

Если у меня захлопнется дверь комнаты, искать решение будет самостоятельно

Знает, что делать, когда начнется ураган, пурга

Профессиональная ориентация и работа

Знает свои возможности и ограничения для того, чтобы выбрать подходящую работу

Точно знает, какую работу хочет получить или иметь

У него есть школьные знания, которые позволят дальше выбрать место работы или уже позволили найти работу

Знает, какое учебное заведение или курсы должен закончить, чтобы получить выбранную профессию

У него есть возможность обсуждать свои планы по дальнейшему обучению с учителями, наставником, работодателями и т.д.

Читает литературу, которая интересна для выбранной профессии

Знаком с требованиями к работе, которая его интересует или где он уже работаю

У него есть свой план карьеры

Умеет составлять резюме

Знает, как вставать на учет в качестве безработного в Фонде занятости

Финансовая грамотность

Умеет планировать свой ежедневный бюджет

Умеет обращаться с деньгами (знает стоимость товаров и услуг)

Откладывает деньги

Может сравнивать цены и знает, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене

У него есть кредитная карта

Экономит электроэнергию и воду

Знает, где и когда платить за коммунальные услуги

Пишет список продукты, когда идет в магазин

Пользуется скидками, купонами.

Чек-лист для оценки развития социальных навыков

		нет	не знаю/ не смогу ответить	скорее нет, чем да	скорее да, чем нет	да
1	Участие в обучении или в работе					
2	Вовремя прихожу в образовательное учреждение (например, школа)/ (на работу)					
3	Умею собирать информацию (в Интернете, в библиотеке) для учебных (рабочих) заданий					
4	Умею собирать информацию, необходимую для обучения, (трудоустройства), по телефону или в Интернете					
5	Умею задавать вопросы, связанные с обучением (работой), если что-либо непонятно					
6	Выполняю данные мне задания и поручения в процессе работы (обучения)					
7	Умею планировать учебу (работу), разделяя ее на обозримые части					
8	Способен(на) систематически посещать занятия в учебном заведении или каждый день ходить на работу					
9	Способен(на) понять собственные затруднения в учебе (работе)					
10	Стремлюсь получать новые знания по учебе или работе					
11	Понимаю, что могу выполнить, а что - не могу, и сообщаю об этом воспитателю (преподавателю, куратору)					
13	Осмысленное проведение свободного времени					
14	Умею заниматься в одиночестве (например, играть в какую-либо игру)					
15	Нахожу общие занятия с другими людьми					
16	Могу брать инициативу в организации досуга на себя					
17	Стремлюсь узнать правила проведения досуга и придерживаться их					
18	Умею продолжать игру, даже когда проигрываю					
19	Знаю, какие занятия (хобби) мне нравятся, какие - нет					
20	Умею безопасно пользоваться Интернетом; знаю, какие расходы и какой риск (опасность) с этим связаны					
21	Знаю, куда можно пойти в свободное время					

22	Знаю, где можно получить информацию о молодежных, спортивных объединениях и как можно стать их членом					
23	Умею планировать свободное время в выходные дни					
25	Готовность к самостоятельному проживанию в квартире и создание быта					
26	Умею готовить простые блюда					
27	Умею готовить горячие блюда					
28	Знаю, какие продукты нужны для приготовления пищи и умею их покупать					
29	Умею сортировать белье, стирать и обращаться со стиральной машиной					
30	Умею мыть и вытирать посуду					
31	Умею ремонтировать одежду (пришить пуговицы, зашить дырку и т.д.)					
32	Знаю, что необходимо регулярно убирать и убираю свою комнату (квартиру)					
33	Умею обустроить свою комнату/квартиру, чтобы хорошо себя в ней чувствовать					
34	Регулярно осуществляю уборку туалета (ванной)					
35	Помогаю в работе по обустройству (ремонту) жилого помещения					
36	Умею наладить отношения с соседями					
37	Знаю, как ухаживать за домашними животными					
39	Взаимодействие с руководством, общественными учреждениями и инстанциями					
40	Не боюсь задавать вопросы руководителю/ руководству (как знакомому, так и незнакомому) (например, директору детского дома, директору школы, директору другого учреждения)					
41	Не боюсь высказывать свое мнение руководству					
42	Умею вести переговоры с руководством при различных мнениях					
43	Умею находить подходящий момент для бесед с руководством					
44	Умею соблюдать границы в общении с руководством, сотрудниками учреждений и инстанций					
45	Знаю, какие специалисты за что отвечают, о чем каждый из них что-то может сказать и в чем помочь					

46	Признаю, что у руководителя организации есть право принимать решения, обязательные к исполнению					
47	Знаю, как пользоваться общественными учреждениями, такими как почта, больница, банк и учреждения по оказанию помощи					
48	Умею самостоятельно пользоваться общественным транспортом					
49	Умею заполнять трудные бумаги (налоги, работа, страховка и т.п.) или знаю, к кому можно обратиться за помощью					
51	Забота о здоровье и внешности					
52	Соблюдаю гигиену (ежедневно моюсь, принимаю душ и чищу зубы)					
53	Слежу за состоянием кожи					
54	Умею заботиться о своей одежде и причёске					
55	Одеваюсь опрятно и со вкусом (белье и одежда чистые и подходят по размеру)					
56	Вовремя и регулярно ем					
57	Умею выражать свои пожелания (предпочтения) в выборе одежды или причёски					
58	Знаю, какая еда и напитки для меня полезны или не полезны					
59	Знаю, каковы общие последствия употребления алкоголя и наркотиков					
60	Знаю, как на меня влияет употребление алкоголя					
61	Ответственно отношусь к употреблению лекарств и не забываю их принимать вовремя					
62	Знаю, как и когда следует пользоваться медицинскими услугами (участковый врач, стоматолог, аптека, больница)					
63	Знаю, где и как можно отдохнуть во время отпуска, чтобы лучше себя чувствовать и укрепить свое здоровье					
65	Создание и поддержание дружбы и социальных контактов					
66	Умею первым вступить в контакт с другим человеком					
67	Умею пользоваться мобильным телефоном (звонить, отправлять и получать текстовые и мультимедийные сообщения (sms, mms))					
68	Делюсь своими мыслями, чувствами с окружающими в социальных сетях					

69	Пользуюсь мобильным телефоном для выхода в Интернет, общения в социальных сетях.					
70	Умею пользоваться компьютером					
71	Могу прервать беседу, если она проходит в неподходящее время					
72	Понимаю, что телефонные разговоры (в том числе и по мобильному телефону) следует оплачивать, знаком с различными возможностями оплаты (предоплата, абонемент, кредит и т.д.)					
73	Умею договариваться и следовать договоренностям					
74	Умею слушать других					
75	Умею коллегиально принимать решение					
76	Умею попросить помощи, если чего-то не могу или не знаю					
77	Знаю, как реагировать, если кто-то выражает свои чувства					
78	Умею говорить "нет", если другие хотят, чтобы я сделал(а) что-то против своей воли					
80	Поведение в экстремальных ситуациях					
81	Знаю, что делать, когда потерял паспорт					
82	Умею оказать первую медицинскую помощь себе и другим					
83	Умею вызвать скорую помощь					
84	Знаю, что делать в случае пожара					
85	Если у меня захлопнется дверь комнаты, я буду искать решение самостоятельно					
86	Знаю, что делать, когда начнется ураган, пурга					
88	Профессиональная ориентация и работа					
89	Знаю свои возможности и ограничения для того, чтобы выбрать подходящую работу					
90	Точно знаю, какую работу я хочу получить или иметь					
91	У меня есть школьные знания, которые позволят дальше выбрать место работы или уже позволили найти работу					
92	Знаю, какое учебное заведение или курсы должен закончить, чтобы получить выбранную профессию					
93	У меня есть возможность обсуждать свои планы по дальнейшему обучению с учителями, наставником, работодателями и т.д.					
94	Читаю литературу, которая мне интересна для выбранной профессии					

95	Знаком с требованиями к работе, которая меня интересует или где я уже работаю					
96	У меня есть свой план карьеры					
97	Умею составлять резюме					
98	Знаю, как встать на учет в качестве безработного в Фонде занятости					
100	Финансовая грамотность					
101	Умею планировать свой ежедневный бюджет					
102	Умею обращаться с деньгами (знаю стоимость товаров и услуг)					
103	Откладываю деньги					
104	Могу сравнивать цены и знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене					
105	У меня есть кредитная карта					
106	Экономлю электроэнергию и воду					
107	Знаю, где и когда платить за коммунальные услуги					
108	Пишу список продуктов, когда иду в магазин					
109	Пользуюсь скидками, купонами					

Материалы по подготовке воспитанников с ментальными особенностями развития и психическими расстройствами к жизнеустройству после совершеннолетия

При подготовке к самостоятельной жизни для воспитанников с инвалидностью и ОВЗ приоритетно снижение объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях, повышение участия воспитанника в решении вопросов, касающихся его жизни, обеспечение бесшовного перехода в новые условия жизнедеятельности.

Снижение объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях, предполагает постепенный переход от физической помощи к словесной помощи, увеличение числа ситуаций, в которых не требуется помощь со стороны другого человека, при этом могут быть использованы технические или визуальные помощники. Приоритетным является снижение числа ежедневных жизненных ситуаций, в которых воспитаннику требуется физическая помощь. При этом необходимо уделять внимание формированию и развитию активной самостоятельности, которая включает поддержку проявления инициативы и контроль результата выполненного действия.

Повышение участия воспитанника в решении вопросов, касающихся его жизни предполагает постепенный переход от участия воспитанника в принятии решений в повседневных ежедневных ситуациях (выбор в еде, одежде, занятиях) к решениям, которые влияют на жизненную ситуацию в целом (обучение, регулярные занятия творчеством или спортом, трудовая занятость), и далее к принятию решений, которые определяют жизненные перспективы (получение образования, выбор профессии и трудоустройство, место жительства).

Обеспечение бесшовного перехода в новые условия жизни предполагает по достижению воспитанником возраста 17 лет:

определение наиболее благоприятного места проживания после завершения пребывания в организации и перечня необходимых услуг, которые позволят сохранить и повысить достигнутый уровень самостоятельности, а также привычный характер занятости, включая продолжение получения образования, занятий спортом, развития творческих и иных способностей;

осуществление мероприятий, направленных на предварительное знакомство с будущими условиями жизнедеятельности, включая знакомство со специалистами, которые будут содействовать адаптации в новых условиях жизни;

подготовку и передачу информации, включая рекомендации по коммуникации, данные о достигнутом уровне самостоятельности и рекомендации по его поддержке, сведения о занятости и предпочитаемых видах деятельности, дополнительные рекомендации

по приёму пищи, по позиционированию, по уходу, по приему лекарств и контролю физического и психического состояния.

Программа «Ранний старт»¹

Программа «Ранний старт» направлена на подготовку воспитанников с ментальными особенностями развития и психическими расстройствами к жизнеустройству после совершеннолетия.

При подготовке воспитанников с ментальными особенностями и психическими расстройствами (далее – воспитанников) к жизнеустройству после наступления совершеннолетия важно сосредоточить усилия на развитии их самостоятельности при выполнении действий базовой и инструментальной повседневной жизненной активности.

Организация такой работы требует изменений как в среде, так и в действиях всех специалистов, работающих с воспитанником. При этом должно быть обеспечено развитие самостоятельности по трем направлениям:

¹ Программа разработана сотрудниками ГБУ Дом – интернат для сопровождаемого проживания «Гурьевский» (г. Москва)

повышение участия воспитанника с ментальными особенностями в решении вопросов, касающихся его жизни;

снижение объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях;

формирование и развитие активной самостоятельности, от инициативы до контроля результата.

В каждом из выделенных направлений существуют ключевые точки, последовательность выполнения которых создает вектор развития воспитанника.

Ключевые точки повышения участия воспитанника в решении вопросов, касающихся жизни:

воспитанник имеет выбор в еде, одежде, занятиях и может его сделать исходя из своих предпочтений;

воспитанник принимает участие в решении вопросов, которые касаются обучения, регулярных занятий творчеством или спортом, трудовой занятости;

воспитанник принимает участие в решении вопросов, которые касаются образования, выбора профессии, трудоустройства, места жительства.

Ключевые точки снижения объема помощи, необходимой в ежедневных жизненных ситуациях:

отсутствие замещающей помощи в большинстве ежедневных жизненных ситуаций;

отсутствие физической помощи в большинстве ежедневных жизненных ситуаций;

минимальная словесная помощь в большинстве ежедневных жизненных ситуаций;

наличие ежедневных жизненных ситуаций, в которых не требуется помощь со стороны другого человека, при этом могут быть использованы технические и визуальные помощники.

Ключевые точки формирования активной самостоятельности:

организация свободного времени (может выбрать себе занятия без напоминания со стороны);

выполнение действий по графику (например, дежурство), контроль результата действия (почистил зубы – проверил, не осталось ли следов пасты, вытер пол – проверил, не остался ли мусор и т.п.);

выполнение необходимых действий исходя из объективных критериев без указания со стороны (пролил воду -вытер воду, испачкал одежду – переоделся).

Работа по подготовке воспитанников должна начинаться как минимум с 12 лет и строиться по следующему алгоритму:

1. Первичная оценка навыков воспитанников по 9 базовым сферам жизнедеятельности (далее базовые навыки) в 12 лет.

2. Подготовка и проведение консилиумов для постановки индивидуальных задач развития навыков воспитанников по итогам первичной оценки навыков в 12 лет.

3. Решение индивидуальных задач развития навыков в возрасте с 12 до 14 лет.

4. Мониторинг решения индивидуальных задач развития навыков воспитанников в возрасте от 12 до 14 лет.

5. Промежуточная оценка базовых навыков воспитанников в 14 лет.

6. Подготовка и проведение консилиумов по итогам промежуточной оценки базовых навыков в 14 лет.

7. Решение индивидуальных задач развития навыков в возрасте от 15 до 17 лет.

8. Мониторинг решения индивидуальных задач развития навыков воспитанников в возрасте от 15 до 17 лет.

9. Оценка бытовых навыков в 15 лет.

10. Подготовка и проведение консилиумов по итогам оценки бытовых навыков воспитанников в 15 лет.

11. Решение индивидуальных задач по развитию бытовых навыков воспитанников в возрасте от 15 до 17 лет.

12. Мониторинг решения индивидуальных задач по развитию бытовых навыков воспитанников в возрасте от 15 до 17 лет.

13. Проведение итоговой оценки базовых и бытовых навыков в 17 лет.

14. Подготовка и проведение консилиумов по результатам итоговой оценки базовых и бытовых навыков воспитанников в 17 лет.

15. Подготовка воспитанников к переходу на дальнейшее место жизнеустройства после совершеннолетия.

Приоритетной задачей реализации данного алгоритма является снижение физической помощи воспитаннику в ежедневных жизненных ситуациях, так как именно объем физической помощи определяет форму жизнеустройства воспитанника после совершеннолетия. В то же время вышеописанный алгоритм дает возможность сосредоточиться на формировании и развитии именно тех навыков, которые будут востребованы в новом месте жизнеустройства воспитанника после совершеннолетия.

В пакет документов для организации работы, оценки и мониторинга развития навыков, востребованных в ежедневных жизненных ситуациях, входит:

Форма оценки

Форма оценки семьи

Форма электронной таблицы индивидуальных задач развития навыков воспитанников

Операционные карты навыков

Шкала оценки самостоятельности

Форма чек-листа мониторинга

Форма плана вовлечения родителей в процесс развития самостоятельности ребенка.

Форма сводной таблицы данных мониторинга изменения объема помощи

Форма аналитической справки с данными об изменении у воспитанников возрастной группы доли базовых навыков, применение которых требует физической помощи

Форма решения консилиума о предполагаемом жизнеустройстве воспитанника после совершеннолетия

Форма плана подготовки воспитанника (17 лет) к жизнеустройству после совершеннолетия

Форма профиля нуждаемости в помощи.

Полный пакет документов представлен в Методических материалах к настоящему Стандарту

Форма оценки (для воспитанников)

А) Единая форма оценки

Навык	Без помощи	Словесная помощь	Физическая помощь	Все действия выполнил взрослый	Неприменимо в данный момент
Прием еды					
сел(а) за стол					
использовал(а) посуду для еды					
использовал(а) ложку					
ел(а), не давясь пищей					
откусывал(а) куски подходящего размера					
проглатывал(а) перед тем, как положить в рот новый кусок					
попил(а) из чашки, не проливая					
использовал(а) салфетку					
высел(а) на стуле в течение всего приема пищи					
встал(а) из-за стола					
Гигиена					
нашел(ла) ванную комнату					
включил(а) воду					
отрегулировал(а) температуру воды					
использовал(а) мыло по назначению					
умылся(ась)					
помыл(а) руки					
выключил(а) воду					
нашел(а) и взял(а) свое					

полотенце					
вытерся(ась) полотенцем					
причесал(а) волосы					
использовал(а) дезодорант по назначению					
почистил(а) зубы с использованием пасты					
вышел(а) без следов пасты					
Туалет					
нашел(а) туалетную комнату					
закрыл(а) дверь в туалет					
нашел(а) унитаз					
спустил(а) брюки/штаны/колготки перед использованием унитаза					
спустил(а) трусы перед использованием унитаза					
сел(а) на унитаз или занял(а) правильное положение стоя (мальчик)					
оторвал(а) туалетную бумагу					
использовал(а) туалетную бумагу по назначению					
смыл(а) за собой					
взял(а) ершик для унитаза					
использовал(а) ершик для унитаза по назначению					
надел(а) трусы					
надел(а) брюки/штаны/колготки					
вымыл(а) руки					
вышел(а) полностью одетым					
Одевание					
надел(а) нижнее белье					
надел(а) брюки/юбку					
надел(а) рубашку/блузку/платье					
надел(а) носки					
надел(а) колготы					
надел(а) свитер/кофту					
надел(а) шапку/кепку					
надел(а) штаны (теплые)					
надел(а) куртку					
надел(а) ботинки /туфли					
надел (а) сапоги					

застегнул(а) пуговицы					
застегнул(а) молнию					
застегнул(а) липучки					
завязал(а) шнурки					
Раздевание					
снял(а) шапку/кепку					
развязал(а) шнурки					
расстегнул(а) липучки					
снял (а) сапоги					
снял(а) ботинки /туфли					
расстегнул(а) молнию					
расстегнул(а) пуговицы					
снял(а) куртку					
снял(а) штаны (теплые)					
снял(а) свитер/кофту					
снял(а) рубашку/блузку/платье					
снял (а) брюки/юбку					
снял (а) колготы					
снял (а) носки					
снял (а) нижнее белье					
Коммуникация					
поздоровался(ась)					
дал(а) собеседнику понятный ответ					
обратился(ась) за помощью					
выполнил(а) простую инструкцию					
выразил(а) свое желание понятным образом					
выразил(а) негативные чувства приемлемым образом					
выразил(а) позитивные чувства приемлемым образом					
адекватно отреагировал(а) на чувства и действия других					
включился(ась) в деятельность, предложенную взрослым (игра, занятие, бытовые действия)					
сам предложил(а) взрослому совместную деятельность (игра, занятие, бытовые действия)					
включился(ась) в					

деятельность, предложенную другим детьми (игра, занятие, бытовые действия)					
сам предложил(а) другим детям совместную деятельность (игра, занятие, бытовые действия)					
попросился(ась)					
Безопасное поведение					
следовал(а) постоянно действующим запретам, установленным по месту проживания					
последовал(а) временному запрету или ограничению, установленному в течении наблюдения					
принял(а) лекарство					
выполнил(а) инструкции, связанные с рутинными действиями					
использовал(а) столовые приборы по назначению, без причинения вреда себе или другим					
использовал(а) предметы и мебель по назначению, без причинения вреда себе или другим					
использовал(а) бытовые приборы по назначению, без причинения вреда себе или другим					
ответил(а) правильно на вопрос: " Какая вода? " (различил(а) холодную и горячую, температуру воды регулировал взрослый)					
понял(а) запрещающий знак (например, нельзя лезть в розетку)					
сообщил(а) о своем плохом самочувствии понятным образом					
показал(а), что именно у него болит понятным образом					

выполнил(а) действие по прямому указанию взрослого					
остановился(ась) в выполнении действия по запрету взрослого					
Передвижение					
передвигался(ась) внутри одного помещения					
нашел(ла) помещение по словесному указанию: "Покажи, где у нас туалет (спальня, коридор)"					
перешел(ла) из одного помещения в другое					
лег(ла) в кровать					
встал(а) с кровати					
сел(а) на пол					
встал(а) с пола					
изменил(а) положение лежа					
изменил(а) положение сидя					
изменил(а) положение стоя					
Самоорганизация					
выбрал(а) одежду, чтобы одеться					
выбрал(а) себе занятие в свободное время					
выбрал(а) из двух предметов (например, игрушек) один, в ответ на просьбу "Выбери, какой тебе больше нравится"					
ответил(а) доступным образом на вопрос: "Какое у тебя настроение?"					
узнал(а) себя на фотографии					
показал(а) место, на котором спит, в ответ на просьбу: "Покажи, где ты спишь"					
показал(а) свои вещи, в ответ на просьбу: "Покажи свои вещи"					
сказал(а) или показал(а), чем любит заниматься, в ответ на вопрос: "Что ты					

любишь делать?"					
Бытовые дела					
умение расставить необходимую посуду и приборы для приема пищи					
уборка грязной посуды					
протираание стола, стульев после приема пищи					
мытьё посуды					
умение заправить кровать					
умение расправить кровать					
смена постельного белья					
подметание пола					
мытьё полов					
умение протереть пыль					
вынос мусора					
Посещение магазина					
нашел(ла) продукт, который надо купить					
нашел(ла) ценник или определил(а) цену по штрихкоду на специальном устройстве					
выбрал(а) из двух одинаковых товаров тот , у которого цена меньше					
встал(а) в очередь к кассе					
выложил(а) продукты из корзины на кассе					
правильно ответил(а) на вопрос: «Нужен ли вам пакет?»					
дал(а) деньги					
взял(а) сдачу					
проверил(а) сдачу					
сложил(а) покупки в пакет					
Бытовые приборы					
Пылесос					
нашел(а) пылесос					
взял пылесос за ручку					
отнес(ла) пылесос на место уборки					
поставил(а) пылесос на пол					
взял(а) вилку					
вытащил(а) шнур					
вставил(а) вилку в розетку					

взял(а) шланг в руки					
нажал(а) кнопку - включил(а) пылесос					
начал(а) пылесосить					
пропылесосил(а) центр помещения					
пропылесосил(а) углы помещения					
пропылесосил(а) 75% (или более) помещения					
нажал(а) кнопку – выключил(а) пылесос					
положил(а) шланг на пол					
вытащил(а) вилку из розетки					
опустил(а) ручку пылесоса					
нажал(а) на ручку – смотал(а) шнур автоматически					
протолкнул(а) шнур при необходимости					
взял(а) пылесос за ручку					
отнес(ла) пылесос на место					
обращался(ась) к визуальной инструкции					
Чайник					
нашел(а) чайник					
взял(а) чайник за ручку					
отнес(ла) чайник к раковине					
открыл(а) чайник					
открыл(а) нужный кран					
набрал(а) нужное количество воды					
поставил(а) чайник с водой на место					
взял(а) вилку					
вставил(а) вилку в розетку					
включил(а) чайник кнопкой					
дождался(ась) пока вода закипит					
налил(а) кипяток по чашкам					
соблюдал(а) меры осторожности					
обращался(ась) к визуальной инструкции					

Микроволновка					
нашел(а) микроволновку					
взял(а) вилку					
вставил(а) вилку в розетку					
нажал(а) большую кнопку – открыл дверцу					
взял(а) блюдо с едой для приготовления в микроволновке					
поставил(а) блюдо с едой в микроволновке					
взял(а) крышку для еды					
накрыл(а) еду крышкой					
закрыл(а) дверцу					
закрыл(а) дверцу правильно (до щелчка)					
нажал(а) кнопку старт – установил время					
установил(а) время правильно					
дождался(ась) звукового сигнала					
открыл(а) дверцу не позднее 3 минут после звукового сигнала					
достал(а) крышку					
поставил(а) крышку на место					
достал(а) блюдо с едой					
поставил(а) блюдо с едой на стол					
закрыл(а) дверцу					
закрыл(а) дверцу правильно до щелчка					
вытащил(а) вилку из розетки					
обращался(ась) к визуальной инструкции					
Мультиварка					
нашел(а) мультиварку					
нажал(а) кнопку на крышке					
взял(а) за ручку крышку мультиварки и открыл(а) ее					
вынул(а) чашу мультиварки					
поставил(а) чашу мультиварки на стол					
подготовил(а)					

ингредиенты по рецепту					
отмерил(а) <input type="checkbox"/> нужно количество ингредиентов					
положил(а) <input type="checkbox"/> ингредиенты в чашу мультиварки					
поставил(а) <input type="checkbox"/> чашу мультиварки в корпус					
установил(а) <input type="checkbox"/> чашу правильно					
закрыл(а) <input type="checkbox"/> крышку до щелчка					
взял(а) <input type="checkbox"/> вилку					
вставил(а) <input type="checkbox"/> вилку в розетку					
нажал(а) <input type="checkbox"/> кнопку «ВКЛЮЧЕНИЕ»					
установил(а) <input type="checkbox"/> программу по рецепту					
нажал(а) <input type="checkbox"/> кнопку «СТАРТ»					
услышал(а) <input type="checkbox"/> звуковой сигнал					
нажал(а) <input type="checkbox"/> кнопку «ОТМЕНА/РАЗОГРЕВ»					
вытащил(а) <input type="checkbox"/> вилку из розетки					
нажал(а) <input type="checkbox"/> кнопку на крышке					
взял(а) <input type="checkbox"/> за ручку крышку и открыл ее					
разложил(а) <input type="checkbox"/> еду из чаши мультиварки					
помыл(а) <input type="checkbox"/> чашу мультиварки					
обращался(ась) <input type="checkbox"/> к визуальной инструкции					
Стиральная машина					
нашел(ла) <input type="checkbox"/> стиральную машину					
открыл(а) <input type="checkbox"/> дверцу за ручку					
взял(а) <input type="checkbox"/> грязные вещи из корзины					
положил(а) <input type="checkbox"/> грязные вещи в барабан					
нашел(а) <input type="checkbox"/> средство для стирки					
отмерил(а) <input type="checkbox"/> количество средства для стирки					
отмерил(а) <input type="checkbox"/> нужное количество средства для стирки					

налил(а) (насыпал(а) средство) для стирки в барабан					
налил(а) (насыпал(а)) средство для стирки правильно					
закрыл(а) дверцу					
закрыл(а) дверцу правильно (до щелчка)					
нажал(а) кнопку «вкл./выкл.»					
нажал(а) кнопку «Пуск»					
услышал(а) звуковой сигнал об окончании стирки					
взял(а) сушилку для вещей					
разложил(а) сушилку для вещей					
открыл(а) дверцу машины не позднее 15 минут после звукового сигнала					
достал(а) вещи из машины					
развесил(а) вещи на сушилке					
закрыл(а) дверцу					
оставил(а) приоткрытой дверцу для сушки машинки					
обращался(ась) к визуальной инструкции					
Блендер					
нашел(а) блендер					
достал(а) все нужные части, в зависимости от того, что будет готовить (блендер, насадку и стакан или блендер, чашу, «проталкиватель»)					
соединил(а) части блендера между собой					
взял(а) вилку					
вставил(а) вилку в розетку					
положил(а) ингредиенты в стакан/отверстие чаши					
правильно выставил(а) руки (для использования блендера с чашей)					
опустил(а) блендер в стакан (для					

использования блендера без чаши)					
нашел(а) кнопку «пуск» для работы					
нажал(а) кнопку «пуск»					
удерживал(а) кнопку «пуск» до окончания смешивания/измельчения					
отпустил(а) кнопку блендера по окончании смешивания/измельчения					
выключил(а) блендер из розетки					
отсоединил(а) блендер от насадки или чаши					
выложил(а) содержимое из стакана или чаши					
помыл(а) стакан/чашу					
обращался(ась) к визуальной инструкции					
Миксер					
положил(а) ингредиенты в чашу/миску					
нашел(а) миксер					
достал(а) все нужные части (моторную часть, насадки, чашу или миску)					
вставил(а) насадки					
взял(а) вилку					
вставил(а) вилку в розетку					
опустил(а) миксер в чашу/миску					
правильно выставил(а) руки					
нашел(а) кнопку «пуск» для работы					
нажал(а) кнопку «пуск»					
удерживал(а) кнопку «пуск» до окончания смешивания					
отпустил(а) кнопку миксера					
выключил(а) миксер из розетки					
отсоединил(а) насадки					
помыл(а) насадки					
обращался(ась) к визуальной инструкции					

Б) Специальная форма оценки

	Да/Нет	Без помощи	Словесная помощь	Физическая помощь	Все действия выполнил взрослый
Гигиенические процедуры					
показал доступным образом, что ему дискомфортно в грязном подгузнике					
позитивно отреагировал на гигиенические процедуры					
позитивно отреагировал на переодевание					
зафиксировал взгляд на предмете ухода					
совершил движение в сторону предмета или средства ухода (потянулся к воде, полотенцу, мыло и т.п.)					
совершил помогающее движение при переодевании					
Еда					
как ест ребенок					
высидел(а) на стуле за общим столом в течение всего приема пищи					
высидел(а) на индивидуальном стуле в течение всего приема пищи					
поел(а) из бутылки					
поел(а) с помощью ложки					
попил(а) из бутылки					
попил(а) из чашки					
попил(а) через трубочку					
жевал(а) во время еды					
воспользовался(ась) салфеткой после еды					
проявил(а) избирательность в еде (зажал(а) рот, выплюнул(а), плакал(а) и т.п.)					
Досуг					
зафиксировал(а) взгляд					

на игрушке					
зафиксировал(а) игрушку на слух (замер)					
совершил(а) движение в сторону игрушки (дополз, дотянулся, повернул голову и т.п.)					
удержал(а) игрушку					
совершил(а) любые действия с игрушкой (потряс, облизал, постучал)					
совершил(а) действие с игрушкой в соответствии с ее функциональным назначением (покатал(а) машинку, покачал(а) куклу)					
эмоционально оживился(ась) на игрушку					
показал(а) доступным образом, какую игрушку он хочет					
Взаимодействие с ребенком					
замер(ла) при обращении к нему (ней), предвосхищая контакт					
проявил(а) позитивную готовность к контакту (движение глаз, головы, рук, ног и т.п.)					
улыбнулся(ась) на контакт					
реагировал(а) вокализацией во время контакта					
показал(а) доступным образом, что ему нравится					
показал(а) доступным образом, что ему НЕ нравится					
позитивно отреагировал(а) на продолжение контакта					
инициировал(а) контакт доступным образом					