



**Министерство науки и высшего  
образования Российской Федерации**  
Федеральное государственное  
автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
**«Государственный институт новых форм обучения»  
(ФГАОУ ДПО «ГИНФО»)**

ул. Автозаводская, д.16, стр.5, г. Москва, 115280  
ИНН 7725045717, КПП 772501001  
ОГРН 1027739411226  
тел.: +7(495)276-32-78  
www.ginfo-edu.org  
e-mail: info@ginfo-edu.org

21.08.2020 № 314

на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Органам исполнительной власти  
субъектов Российской Федерации,  
осуществляющим  
государственное управление в  
сфере образования

Руководителям ресурсных учебно-  
методических центров по  
обучению инвалидов и лиц с ОВЗ  
в системе СПО

О методических рекомендациях

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Государственный институт новых форм обучения» направляет вам для использования в работе Методические рекомендации по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве в соответствии с пунктом II.1 по проекту «Научно-методическое сопровождение региональных программ субъектов Российской Федерации, а также анализ эффективности реализации мероприятий, направленных на сопровождение инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве»,

согласованные с Министерством просвещения Российской Федерации письмом №05-883 от 14.08.2020 г.

Приложение: Методические рекомендации по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве на 106 л., в 1 экз.

Ректор

Л. Н. Мельниченко



A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Л. Н. Мельниченко".

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ  
ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА СОПРОВОЖДЕНИЯ  
ИНВАЛИДОВ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА ПРИ ПОЛУЧЕНИИ  
ИМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И  
СОДЕЙСТВИЯ В ПОСЛЕДУЮЩЕМ ТРУДОУСТРОЙСТВЕ**

Разработчик: Федеральное государственное  
автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Государственный институт новых форм обучения»

Москва, 2020 г.

**Разработчики проекта методических рекомендаций по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве:**

**Мельниченко Л.Н.**, ректор Федерального государственного автономного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Государственный институт новых форм обучения» (ФГАОУ ДПО «ГИНФО»).

**Барсукова А.В.**, проректор по проектной и инновационной деятельности ФГАОУ ДПО «ГИНФО».

**Медведева Ю.С.**, руководитель Центра развития региональных систем инклюзивного профессионального образования ФГАОУ ДПО «ГИНФО».

**Корчагина О.В.**, главный специалист отдела реализации образовательных программ ФГАОУ ДПО «ГИНФО».

**Романенкова Д.Ф.**, руководитель ресурсного учебно-методического центра по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Челябинский государственный университет».

Методические рекомендации по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве (далее – методические рекомендации)\* разработаны в рамках исполнения проекта «Научно-методическое сопровождение региональных программ субъектов Российской Федерации, а также анализ эффективности реализации мероприятий, направленных на сопровождение инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве» по заказу Министерства просвещения Российской Федерации.

Методические рекомендации направлены на совершенствование инклюзивной среды субъектов Российской Федерации в части повышения эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими среднего профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве. Материалы содержат рекомендации, предназначенные для органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, ресурсных учебно-методических центров по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО, базовых профессиональных образовательных организаций, а также методики изучения и формирования готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп.

Разработанные методические рекомендации составлены на основании результатов анализа доступности среднего профессионального образования и трудоустройства для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации. Результаты проведенного анализа были представлены в ходе мероприятий деловой программы V Национального Чемпионата «Абилимпикс» и на заседании Комиссии при Президенте Российской Федерации по делам инвалидов в рамках исполнения подпункта «б» пункта 2

перечня поручений Президента Российской Федерации от 28 мая 2015 года «Пр-1067 о реализации в субъектах Российской Федерации программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве и подпункта «и» пункта 1 перечня поручений Президента Российской Федерации от 13 января 2018 года № Пр-50 о мерах по увеличению доли образовательных организаций среднего профессионального и высшего образования, в которых обеспечены условия для получения среднего профессионального и высшего образования лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами, в том числе с использованием дистанционных образовательных технологий.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Государственный институт новых форм обучения» выражает признательность за сотрудничество при разработке данных методических рекомендаций Министерству просвещения Российской Федерации, органам исполнительной власти, осуществляющим государственное управление в сфере образования субъектов Российской Федерации, базовым профессиональным образовательным организациям, команде специалистов-экспертов в сфере инклюзивного профессионального образования и социальной поддержки.

\*Применение настоящих методических рекомендаций не является требованием, подлежащим обязательному контролю при проведении проверок органами государственного контроля.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| Введение.....  | 6  |
| РАЗДЕЛ 1. Методические рекомендации органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющим государственное управление в сфере образования, по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства..... | 14 |
| РАЗДЕЛ 2. Методические рекомендации ресурсным учебно-методическим центрам по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства.....  | 26 |
| РАЗДЕЛ 3. Методические рекомендации базовым профессиональным образовательным организациям по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства.....  | 34 |
| РАЗДЕЛ 4. Методики изучения и формирования готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп.....  | 45 |
| Список используемых источников.....  | 56 |
| Приложение 1   |    |

## Введение

Разработанные методические рекомендации составлены на основании результатов анализа доступности среднего профессионального образования и трудоустройства для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации.

Источниками для проведения анализа доступности среднего профессионального образования и трудоустройства для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации послужили региональные программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве 85 субъектов Российской Федерации, программы развития более 850 профессиональных образовательных организаций в части обучения инвалидов и лиц с ОВЗ, а также развития инклюзивного образовательного процесса, официальные мониторинговые данные по профессиям и специальностям, по которым осуществляется подготовка лиц с инвалидностью и ОВЗ в ПОО.

Подготовка методических рекомендаций опиралась на перечень определённых выводов, полученных в результате проведённого анализа.

Анализ доступности среднего профессионального образования для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации в 2019 году показал, что к наиболее «массовым» профессиям/специальностям, по которым осуществлялась подготовка лиц с инвалидностью и ОВЗ в профессиональных образовательных организациях в субъектах Российской Федерации, следует отнести: 34.02.01 - Сестринское дело (в 87,1 % от всех субъектов Российской Федерации); 19.01.07 - Повар, кондитер (в 85,9 %); 38.02.01 - Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) (в 84,7 %); 40.02.01 - Право и организация социального обеспечения (в 76,5 %); 23.02.03 - Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта ( в 71,8%).



В диапазоне, не менее 50,6 % от всех субъектов Российской Федерации, относится вторая по «массовости» группа профессий/специальностей: 09.02.07 - Информационные системы и программирование; 31.02.01 - Лечебное дело; 19.02.10 - Технология продукции общественного питания; 23.01.03 - Автомеханик; 44.02.02 - Преподавание в начальных классах; 08.02.01 - Строительство и эксплуатация зданий и сооружений; 44.02.01 - Дошкольное образование; 09.01.03 - Мастер по обработке цифровой информации; 15.01.05 - Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)); 38.02.04 - Коммерция (по отраслям); 38.02.05 - Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров; 43.01.02 - Парикмахер; 09.02.03 - Программирование в компьютерных системах; 54.02.01 - Дизайн (по отраслям).

Доступность среднего профессионального образования и профессионального обучения студентов из числа инвалидов и лиц с ОВЗ выше в тех субъектах Российской Федерации, которые демонстрируют высокий уровень готовности профессиональных образовательных организаций к обучению инвалидов и лиц с ОВЗ, предоставляя лицам с инвалидностью и ОВЗ полную и достоверную информацию о возможностях получения профессионального образования в регионе, обеспечивая при этом преемственность всех ступеней образования и сопровождение при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве.

Проведённый анализ доступности при получении среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ показал следующие критериальные направления в её развитии:

- увеличение контингента обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ;
- увеличение доли профессиональных образовательных организаций, обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ;

- расширение спектра образовательных программ, по которым обучаются инвалиды и лица с ОВЗ;
- улучшение оснащения образовательных организаций специальными техническими и программными средствами обучения;
- развитие доступной среды образовательных организаций;
- развитие конкурсов профессионального мастерства, в том числе чемпионатов «Абилимпикс», направленных на содействие профессиональной инклюзии лиц с инвалидностью и ОВЗ на рынке труда.

Создание условий доступности для получения профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ, а также развитие инклюзивного образовательного процесса становится неотъемлемой частью деятельности профессиональных образовательных организаций.

Трудовая занятость инвалидов выступает важнейшей социально-экономической характеристикой региона. Система сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве активно развивается в регионах России с 2016 года и должна опираться на положения Типовой программы<sup>1</sup>.

Создание в субъектах Российской Федерации базовых профессиональных образовательных организаций (далее – БПОО) и ресурсных учебно-методических центров по обучению инвалидов и лиц с возможностями здоровья (далее – РУМЦ) направлено на повышение качества и доступности профессиональной ориентации, профессиональной подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), содействие их трудоустройству и дальнейшей профессиональной интеграции.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Государственный

---

<sup>1</sup> Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 14.12.2018 № 804н/299/1154 «Об утверждении Типовой программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве».

институт новых форм обучения» в ходе анализа включенности в реализацию мероприятий региональной программы по сопровождению трудоустройства инвалидов молодого возраста БПОО и РУМЦ субъектов Российской Федерации (рисунок 1).

|  | В субъектах Российской Федерации функционирует БПОО и РУМЦ, их работа учтена в мероприятиях региональной программы/подпрограммы/в перечне программных мероприятий |        | В субъектах Российской Федерации функционирует БПОО, их работа учтена в мероприятиях региональной программы/подпрограммы/ в перечне программных мероприятий |        | В субъектах Российской Федерации функционирует БПОО, её работа не учтена в региональной программе/подпрограмме/ в перечне программных мероприятий |        | В субъектах Российской Федерации нет БПОО |       |
|--|---|--------|---|--------|---|--------|---|-------|
|  | количество  | %      | количество  | %      | количество  | %      | количество                                | %     |
| <b>Количество субъектов Российской Федерации</b> | 11  | 12,94% | 40  | 47,06% | 31  | 36,47% | 3   | 3,53% |

*Рисунок 1 – Результаты анализа влияния БПОО и РУМЦ на уровень занятости инвалидов молодого возраста в субъектах Российской Федерации*

В ходе проведенного анализа (по данным на март 2020 года) выявлено 11 субъектов Российской Федерации (12,94%), в Региональных программах<sup>2</sup> которых учтена профильная работа и БПОО, и РУМЦ: Астраханская область, Волгоградская область, Воронежская область, Иркутская область, Омская область, Тверская область, Тюменская область, Республика Коми, Республика Марий Эл, Республика Мордовия, Республика Татарстан. При этом значения показателей занятости<sup>3</sup> инвалидов в перечисленных субъектах Российской Федерации – на уровне среднего (исключение составляют Республика Мордовия и Республика Татарстан, у которых показатели занятости инвалидов выше среднего), а в Астраханской области – значительно ниже среднего по России.

<sup>2</sup> Под Региональной программой в данной справке понимается региональная программа сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве субъекта Российской Федерации, разработанная как самостоятельный документ, либо в виде подпрограммы государственной программы субъекта Российской Федерации, либо в виде системы соответствующих мероприятий.

<sup>3</sup> По данным Федерального реестра инвалидов.

В 40 субъектах Российской Федерации (47,05%) функционируют БПОО, их работа учтена в мероприятиях региональной программы: Алтайский край, Амурская область, Архангельская область, Владимирская область, Вологодская область, Калининградская область, Калужская область, Кировская область, Красноярский край, Костромская область, Курская область, Московская область, Мурманская область, Новгородская область, Оренбургская область, Орловская область, Саратовская область, Смоленская область, Тамбовская область, Томская область, Тульская область, Ульяновская область, Ярославская область, г. Москва, г. Севастополь, Забайкальский край, Приморский край, Республика Алтай, Республика Башкортостан, Республика Бурятия, Республика Карелия, Республика Крым, Республика Саха (Якутия), Республика Тыва, Республика Хакасия, Чеченская Республика, Чувашская Республика, Удмуртская Республика, Ханты-Мансийский автономный округ, Еврейская автономная область. Закономерности в значениях показателей трудоустройства инвалидов в данной группе регионов не обнаружено.

В 31 субъекте Российской Федерации (36,47 %) функционируют БПОО, однако региональные программы не учитывают их роли в системе сопровождения инвалидов молодого возраста: Белгородская область, Брянская область, Ивановская область, Кемеровская область, Краснодарский край, Курганская область, Ленинградская область, Липецкая область, Нижегородская область, Новосибирская область, Пензенская область, Псковская область, Ростовская область, Рязанская область, Самарская область, Сахалинская область, Свердловская область, Челябинская область, г. Санкт-Петербург, Камчатский край, Магаданская область, Пермский край, Ставропольский край, Хабаровский край, Республика Адыгея, Республика Дагестан, Республика Ингушетия, Республика Калмыкия, Кабардино-Балкарская Республика, Карачаево-Черкесская Республика, Республика

Северная Осетия – Алания. Закономерности в значениях показателей трудоустройства инвалидов в данной группе регионов не обнаружено.

В 3 субъектах Российской Федерации (3,53 %): Ненецкий автономный округ, Ямало-Ненецкий автономный округ, Чукотский автономный округ по состоянию на начало 2020 года отсутствуют БПОО.

ФГАОУ ДПО «ГИНФО» были проведены работы по анкетированию более 550 работодателей, в числе которых: 47,25 % опрошенных – частные организации, 17,18 % – относятся к муниципальным учреждениям и организациям, 14,6 % – государственные учреждения и организации, 9,45 % – акционерные общества, 2,23 % – некоммерческие организации, 1,37 % – общественные организации, в том числе 7,9 % респондентов составили бюджетные организации и учреждения.

В качестве мер, обеспечивающих повышение количества трудоустроенных инвалидов молодого возраста, работодатели отмечают необходимость проведения мероприятий по их информационной поддержке по вопросам и требованиям, необходимым к соблюдению при трудоустройстве и адаптации инвалидов молодого возраста разных нозологических групп. Для увеличения доли таких организаций необходимо проводить целенаправленную и системную просветительскую и информационную работу с организациями, популяризировать опыт трудоустройства инвалидов.

Анализ анкет работодателей показал, что более высокий уровень готовности принять на работу инвалидов молодого возраста сформирован относительно лиц, имеющих третью группу инвалидности. Распределение по процентному соотношению выглядит следующим образом: инвалиды третьей группы – 69,1 %; инвалиды второй группы – 18,6 %; инвалиды первой группы – 12,3 %.

При анализе данных анкеты работодателей по трудоустроенным инвалидам молодого возраста, в процентном соотношении фиксируется

следующее распределение по нозологическим группам: инвалиды с нарушениями по слуху – 60,55 %; инвалиды с нарушениями по зрению – 28 %; инвалиды с нарушениями опорно-двигательного аппарата – 25 %; инвалиды с нарушениями интеллекта – 6,84 %; инвалиды со сложными дефектами – 4,57 %.

Следует отметить, что 33,6 % работодателей полагают, что их информационная осведомленность в вопросах трудоустройства инвалидов, является способом снятия организационных и адаптационных барьеров при обеспечении работы лиц с особыми трудовыми потребностями.

Для повышения уровня занятости инвалидов трудоспособного возраста важно применять мониторинговую информацию о потребностях работодателей по направлениям СПО для инвалидов молодого возраста для учёта в работе служб занятости, органов власти, обеспечивающих поддержку и оказание содействия при трудоустройстве инвалидов молодого возраста.

Проведенный анализ подтверждает наличие региональной специфики в каждом регионе Российской Федерации, что обуславливает необходимость дифференцированного многофакторного подхода не только в оценке, но и при актуализации региональных программ в соответствии с динамикой изменяющейся ситуации. Анализ доступности трудоустройства инвалидов молодого возраста и лиц с ОВЗ, из числа выпускников программ СПО и профессионального обучения, ставит новые задачи перед службами занятости и кадровыми агентствами, от которых требуется разработка и внедрение специализированного инструментария для прогнозирования и анализа запросов инвалидов молодого возраста и лиц с ОВЗ, а также предложений вакансий работодателями.

Таким образом, анализ доступности среднего профессионального образования и трудоустройства для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации позволил сформировать данные методические рекомендации, направленные на повышение эффективности процесса

сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве.

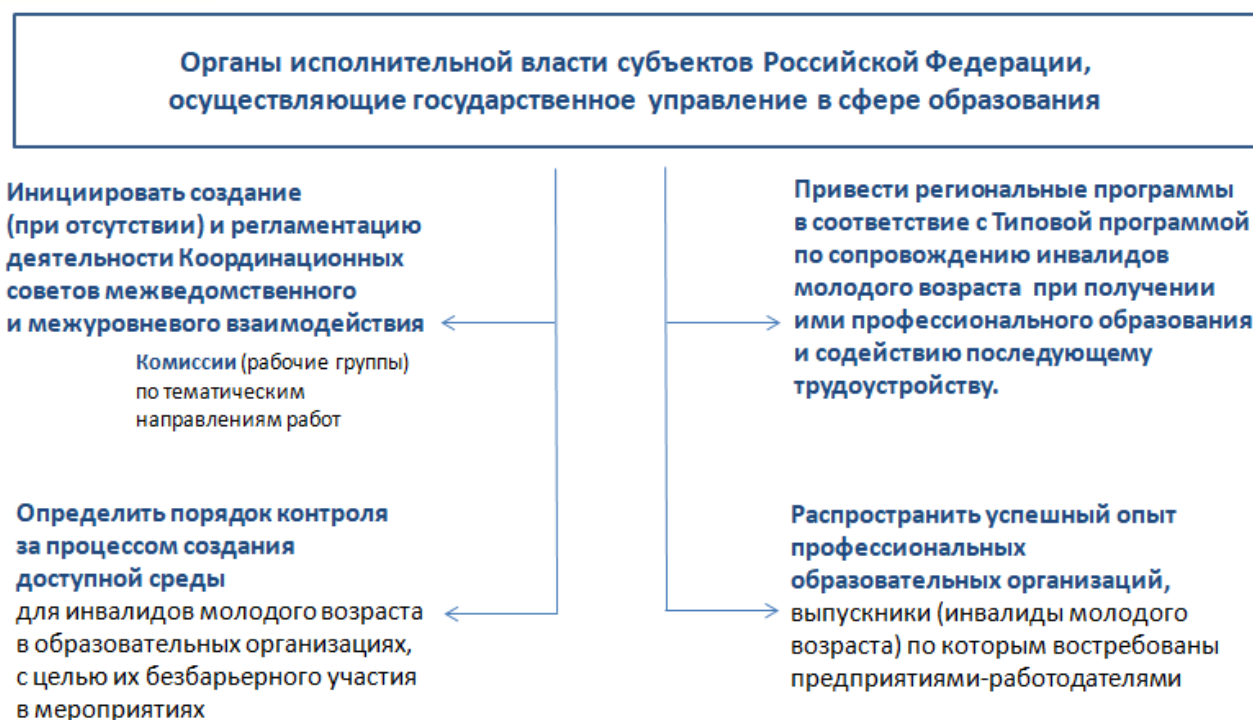
**РАЗДЕЛ 1. Методические рекомендации органам исполнительной  
власти субъектов Российской Федерации, осуществляющим  
государственное управление в сфере образования, по осуществлению  
деятельности в области сопровождения получения среднего  
профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их  
последующего трудоустройства**

На основании результатов анализа 85 региональных программ сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве (далее – региональные программы), деятельности региональных органов исполнительной власти, осуществляющих государственное управление в сфере образования субъектов Российской Федерации, базовых профессиональных образовательных организаций, мнения работодателей и потребностей рынка труда была выявлена необходимость комплексного подхода к направлениям и мероприятиям, ориентированным на повышение эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве в ходе целевой деятельности органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, и сформулированы следующие рекомендации (рисунок 2):

**1. Инициировать создание (при отсутствии) и регламентацию деятельности Координационных советов межведомственного (представители органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, социальной защиты и труда, обладающие уровнем не ниже руководителей подразделений) и межуровневого (представители базовых профессиональных образовательных организаций, ресурсных учебно-**



методических центров в системе среднего профессионального образования и высшего образования, профессиональных образовательных организаций, а также представителей администрации вузов, вузов-партнеров сети РУМЦ, обладающие уровнем не ниже заместителя руководителя/директора) **взаимодействия**, для обеспечения синхронности деятельности всех заинтересованных организаций и учреждений в вопросах содействия трудоустройству инвалидов молодого возраста.



*Рисунок 2 – Мероприятия по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве, рекомендованные к реализации со стороны органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования*

В качестве независимых членов Координационных советов могут быть приглашены представители одного из трех федеральных органов исполнительной власти (Министерства социальной защиты и труда Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации), а также представители общественных организаций.

Одним из наиболее важных вопросов Координационных советов межведомственного и межуровневого взаимодействия представляется обеспечение унификации действующего нормативно-правового поля в субъекте Российской Федерации по направлениям получения инвалидами молодого возраста профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве с целью нейтрализации противоречий и нерегламентированных вопросов, направленное на формирование и продвижение целевых инициатив для рассмотрения на уровне законодательных (представительных) органов государственной власти субъекта Российской Федерации.

Координационные советы должны являться коллегиальными, совещательными и консультативными органами, созданными в целях обеспечения согласованных действий органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, других участников реализации мероприятий по решению вопросов содействия трудоустройству инвалидов молодого возраста, рассмотрения этих вопросов и подготовки по ним рекомендаций.

Деятельность каждого из Координационных советов должна регламентироваться положением о Координационном совете, примерная структура которого приведена в Приложении 1 к настоящим методическим рекомендациям.

В рамках Координационных советов межведомственного и межуровневого взаимодействия рекомендуется создать ряд *Комиссий (рабочих групп) по тематическим направлениям работ*, в том числе:

– комиссию по инклюзивной системе высшего образования (вопросы адаптации образовательных программ и учебно-методического обеспечения образовательного процесса вузов, вопросы профессионального развития педагогических кадров вузов и др.);

– комиссию по инклюзивной системе среднего профессионального образования (вопросы профориентации инвалидов молодого возраста и лиц с ОВЗ; вопросы адаптации профессиональных образовательных программ и учебно-методического обеспечения, вопросы подготовки педагогических кадров системы СПО и др.);

– комиссию по вопросам трудоустройства инвалидов разных возрастных групп (вопросы систематизации информации по кадровым потребностям региональных экономик и др.);

– комиссию по контролю обеспечения доступной среды в образовательных организациях среднего и высшего образования (вопросы развития и популяризации возможностей доступной среды среди населения);

– комиссию по обеспечению информационных коммуникаций и контролю за соблюдением исполнения целевых показателей (индикаторов) эффективности и результативности региональной программы, касающихся профессионального образования и трудоустройства инвалидов молодого возраста (Приложение 1 и 2 Типовой программы по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействию в последующем трудоустройстве<sup>4</sup> (далее – Типовая программа).

В состав комиссий должны войти представители структурных подразделений по вопросам соответствующих уровней общего и профессионального образования, в том числе дополнительного, а также представители администрации вузов, вузов-партнеров сети РУМЦ, созданных на базе 21 образовательной организации высшего образования).

Деятельность Комиссий основывается на общественных началах, регламенты организации и функционирования рассматриваются и

---

<sup>4</sup> Об утверждении Типовой программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве [Электронный ресурс] / Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 14 декабря 2018 г. № 804н/299/1154. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72039590/> (дата обращения: 21.02.2020).

принимаются на уровне субъекта Российской Федерации самостоятельно. Порядок создания, формирования, регламентацию работы конкретной комиссии (рабочей группы) по тематическим направлениям работ рекомендуется определять в положении о Координационном совете, в рамках деятельности которого она образуется.

В деятельность комиссий предлагается включить такие направления, как:

1.1 осуществление контроля и курирование выполнения мероприятий региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействию в последующем трудоустройстве (раздел VII Типовой программы<sup>5</sup>);

1.2 отслеживание и инициирование наличия в субъекте Российской Федерации образовательных организаций, обеспечивающих необходимые специальные условия обучения для каждой из категорий: лица с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нервно-психическими нарушениями, с нарушениями интеллекта; со сложными нарушениями;

1.3 выстраивание коммуникаций с потенциальными работодателями по выявлению востребованных профессий и специальностей, а также по определению готовности работодателей принимать на работу инвалидов молодого возраста, в том числе с работодателями, для которых законами субъектов Российской Федерации устанавливается квота для приема на работу инвалидов<sup>6</sup>;

---

<sup>5</sup> Об утверждении Типовой программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве [Электронный ресурс] / Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 14 декабря 2018 г. № 804н/299/1154. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72039590/> (дата обращения: 21.02.2020).

<sup>6</sup> Федеральный закон от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. от 24.04.2020) "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2020) [Электронный ресурс] / URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8559/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/) (дата обращения: 03.07.2020).

1.4 создание единого информационного ресурса о возможностях получения профессионального образования по уровням (высшее образование, среднее профессиональное образование) для инвалидов молодого возраста с указанием перечня профессиональных образовательных организаций субъекта Российской Федерации, с последующим его продвижением (информационные стенды, стойки для раздаточных материалов) в таких учреждениях, как: центры предоставления государственных и муниципальных услуг (многофункциональные центры), учреждения здравоохранения (поликлиники), отделения Пенсионного фонда Российской Федерации, учреждения медико-социальной экспертизы, в почтовых отделениях связи;

1.5 информационная поддержка обеспечения условий для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ во всех профессиональных образовательных организациях региона, в том числе путем размещения на официальных сайтах органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, интернет-ссылок<sup>7</sup>, обеспечивающих прямой переход на сайты базовых профессиональных образовательных организаций, ресурсных учебно-методических центров в системе среднего профессионального образования (при наличии), профессиональных образовательных организаций, реализующих адаптированные образовательные программы по различным группам нозологий, и являющихся участниками региональной модели сетевого взаимодействия субъекта Российской Федерации;

1.6 организация в субъекте Российской Федерации действующего методического объединения работников профессиональных образовательных организаций (под руководством РУМЦ (при наличии) или БПОО) по

---

<sup>7</sup> Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 52872-2019 «Интернет-ресурсы и другая информация, представленная в электронно-цифровой форме. Приложения для стационарных и мобильных устройств, иные пользовательские интерфейсы. Требования доступности для людей с инвалидностью и других лиц с ограничениями жизнедеятельности» [Электронный ресурс] / Утв. и введен в действие приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 29 августа 2019 г. № 589-ст. URL: <https://base.garant.ru/73664694/> (дата обращения: 21.02.2020).

вопросам получения инвалидами и лицами с ОВЗ профессионального образования и прохождения профессионального обучения<sup>8</sup>;

1.7 привлечь представителей профессиональных сообществ, имеющих опыт трудоустройства инвалидов молодого возраста, для участия в образовательных мероприятиях субъекта Российской Федерации, в том числе в выставках, ярмарках, региональных родительских собраниях, мероприятиях профессиональной навигации и др.;

1.8 обеспечить специализированными информационными рассылками работодателей, включающими перечни рекомендаций по условиям успешной трудовой и социальной адаптации инвалидов молодого возраста, с включением в них тематических интернет-ресурсов и контактов «горячей линии» для сопровождения их обращений, запросов квалифицированной консультационной поддержкой (в том числе с учетом методических рекомендаций по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности<sup>9</sup>).

2. В процессе реализации мероприятий региональных программ, рекомендованных Типовой программой, ответственным лицам, назначенным органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющими государственное управление в сфере образования, рекомендуется обеспечить контроль за **приведением региональных программ<sup>10</sup> в соответствие с Типовой программой**, что предполагает следующее:

---

<sup>8</sup> В субъектах Российской Федерации до принятия региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста и содействию в последующем трудоустройстве исторически сложились профессиональные методические объединения, направленные на решения блока соответствующих задач в профессиональном образовании, также данные методические объединения – в случае их отсутствия – рекомендовано создать в рамках мероприятий Типовой программы.

<sup>9</sup> Приказ Минтруда России №515 от 4 августа 2014 г. «Об утверждении методических рекомендаций по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности» [Электронный ресурс] / URL: <https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/268/> (дата обращения: 03.07.2020).

<sup>10</sup> На основе анализа содержания более 85 региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействию в последующем трудоустройстве, произведённого в 2019 г. в рамках выполнения работ по проекту ««Научно-методическое

2.1. разработать механизм ведения и учёта финансовых показателей по обеспечению реализации мероприятий региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействию в последующем трудоустройстве;

2.2. внести в структуру региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействию в последующем трудоустройстве перечень мероприятий, согласно VII разделу («Перечень программных мероприятий региональной программы») Типовой программы, утверждённого для обеспечения реализации плановых целевых показателей, и являющийся базовым (обязательным) для реализации;

2.3. обеспечить проработку механизмов учёта в мероприятиях региональных программ сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве преемственности всех ступеней образования в вопросах профориентации и профилизации образовательного процесса от поступления обучающегося в профессиональную образовательную организацию до его трудоустройства<sup>11</sup>;

2.4. разработать регламент учёта межведомственного и межуровневого взаимодействия для достижения целевых показателей (индикаторов) эффективности и результативности региональной программы, касающихся профессионального образования и трудоустройства инвалидов молодого возраста (Приложение 1 и 2 Типовой программы), в региональных программах;

---

сопровождение региональных программ субъектов Российской Федерации, а также анализ эффективности реализации мероприятий, направленных на сопровождение инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве», реализуемому по заказу Министерства просвещения Российской Федерации федеральным государственным автономным образовательным учреждением дополнительного профессионального образования «Государственный институт новых форм обучения».

<sup>11</sup> При наличии соответствующих возможностей у работодателей региона рекомендуется учитывать особенности создания условий для трудоустройства выпускников коррекционных школ.

2.5. спланировать все мероприятия субъекта Российской Федерации по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении профессионального образования и содействию их последующего трудоустройства, исходя из стратегии его развития, с учётом экономических особенностей региона, социальной инфраструктуры, сложившейся системы общего и профессионального образования, инициатив общественных объединений, целевой проблематики, приоритетов, целей и задач;

2.6. инициировать (при отсутствии) и расширить включение в региональные программы по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве мероприятий, проводимых ресурсными учебно-методическими центрами по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО;

2.7. сформировать отдельный, дифференцированный блок мероприятий, направленных на трудоустройство выпускников СПО из числа инвалидов молодого возраста, а также учитывающих потребности выпускников СПО, продолжающих обучение в образовательных организациях высшего образования;

2.8. учитывать итоги мониторинга реализации мероприятий региональных программ по сопровождению инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве при актуализации региональных программ и планировании мероприятий для нового отчётного периода (ежегодно в срок до 1 марта и до 1 сентября), которые предоставляются в Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации, Министерство просвещения Российской Федерации, а также – в Министерство науки и высшего образования Российской Федерации;

2.9. отслеживать ежемесячную динамику показателей трудоустройства инвалидов молодого возраста по возрастной



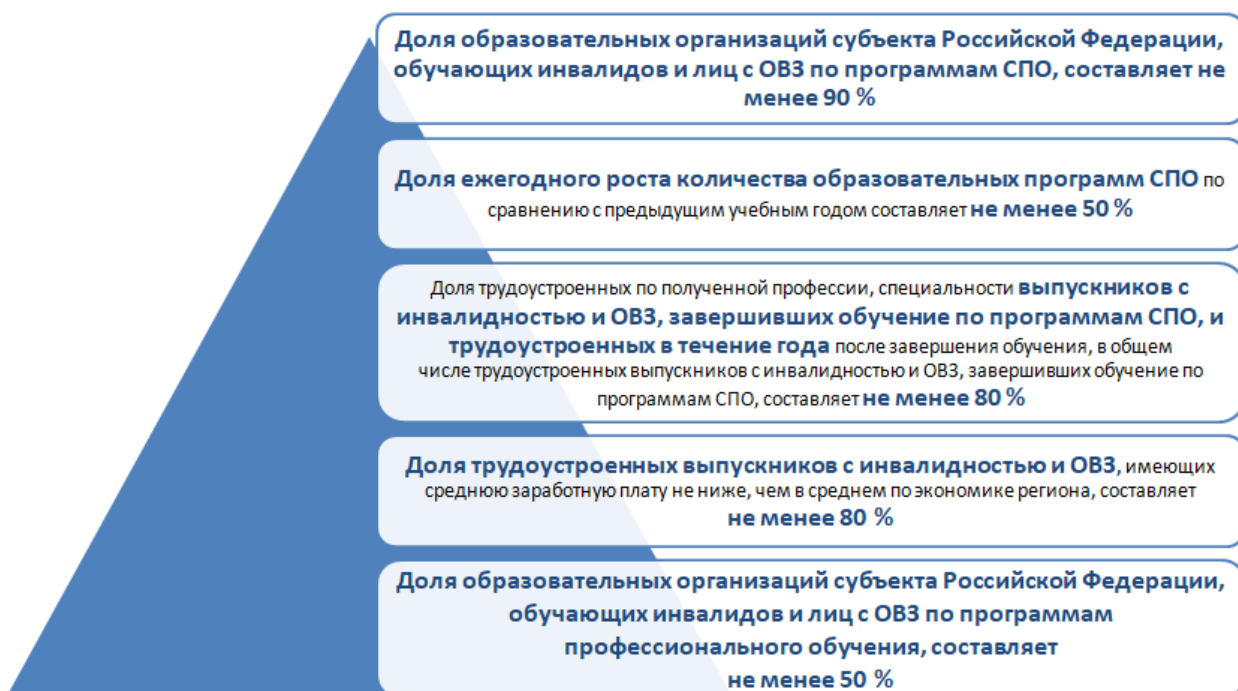
классификации: 14-17 лет; 18-24 года; 25-44 года; координировать и обеспечивать сбор данных ответственными лицами.

**3.** Руководителям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, *обеспечить развитие доступной среды для инвалидов молодого возраста во всех образовательных организациях, с целью их безбарьерного участия в мероприятиях*, реализуемых на базе профессиональных образовательных организаций, получивших гранты федерального бюджета в форме субсидий юридическим лицам в рамках реализации мероприятия «Государственная поддержка профессиональных образовательных организаций в целях обеспечения соответствия их материально-технической базы современным требованиям» федерального проекта «Молодые профессионалы» (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)) национального проекта «Образование» государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».

**4.** *Распространить успешный опыт профессиональных образовательных организаций*, реализующих основные профессиональные образовательные программы, адаптированные для обучения инвалидов молодого возраста, выпускники по которым востребованы предприятиями-работодателями субъектов Российской Федерации, на уровне федерального округа и всей Российской Федерации. Обеспечить проведение мероприятий по популяризации опыта субъектов Российской Федерации по выявленным успешным практикам трудоустройства инвалидов молодого возраста с разными нозологиями.

Посредством взаимодействия со службами занятости субъектов Российской Федерации предлагается выявить успешные примеры трудоустройства инвалидов молодого возраста в рамках тематических сессий по популяризации данного опыта на различных уровнях, предложить их включение в повестку совместных заседаний органов исполнительной власти

субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сферах образования, социальной защиты и трудоустройства, органов местного самоуправления, территориальных торгово-промышленных палат, общественных объединений инвалидов. Популяризация успешного опыта должна распространяться по федеральным округам и на уровне Российской Федерации.



*Рисунок 3 – Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста в субъекте Российской Федерации (со стороны органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования): целевые показатели*

Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве в субъектах Российской Федерации может определяться при достижении определённого процентного уровня по каждому из нижеприведённых показателей (рисунок 3):

— доля образовательных организаций субъекта Российской Федерации, обучающих инвалидов и лиц с ОВЗ по программам СПО, в рамках программы развития, в части обучения инвалидов и лиц с ОВЗ, составляет не менее 90 %;

— доля профессиональных образовательных организаций субъекта Российской Федерации, в которых созданы условия по развитию системы специалистов, включённых в систему инклюзивного образования (не менее 6 наименований), осуществляющих сопровождение образовательного процесса, включая штатных работников, внешних совместителей, лиц, работающих по договорам гражданско-правового характера составляет не менее 45%;

— доля образовательных организаций субъекта Российской Федерации, обучающих инвалидов и лиц с ОВЗ по программам профессионального обучения, составляет не менее 50 %;

— доля ежегодного роста количества образовательных программ СПО по сравнению с предыдущим учебным годом составляет не менее 50 %;

— доля трудоустроенных выпускников с инвалидностью и ОВЗ, имеющих среднюю заработную плату не ниже, чем в среднем по экономике региона, составляет не менее 80 %;

— доля трудоустроенных по полученной профессии, специальности выпускников с инвалидностью и ОВЗ, завершивших обучение по программам СПО, и трудоустроенных в течение года после завершения обучения, в общем числе трудоустроенных выпускников с инвалидностью и ОВЗ, завершивших обучение по программам СПО, составляет не менее 80 %.

Реализация вышеприведённых рекомендаций органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющими государственное управление в сфере образования, позволит сформировать необходимые организационные направления в развитии инклюзивной системы субъектов Российской Федерации, направленной на эффективность сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства.

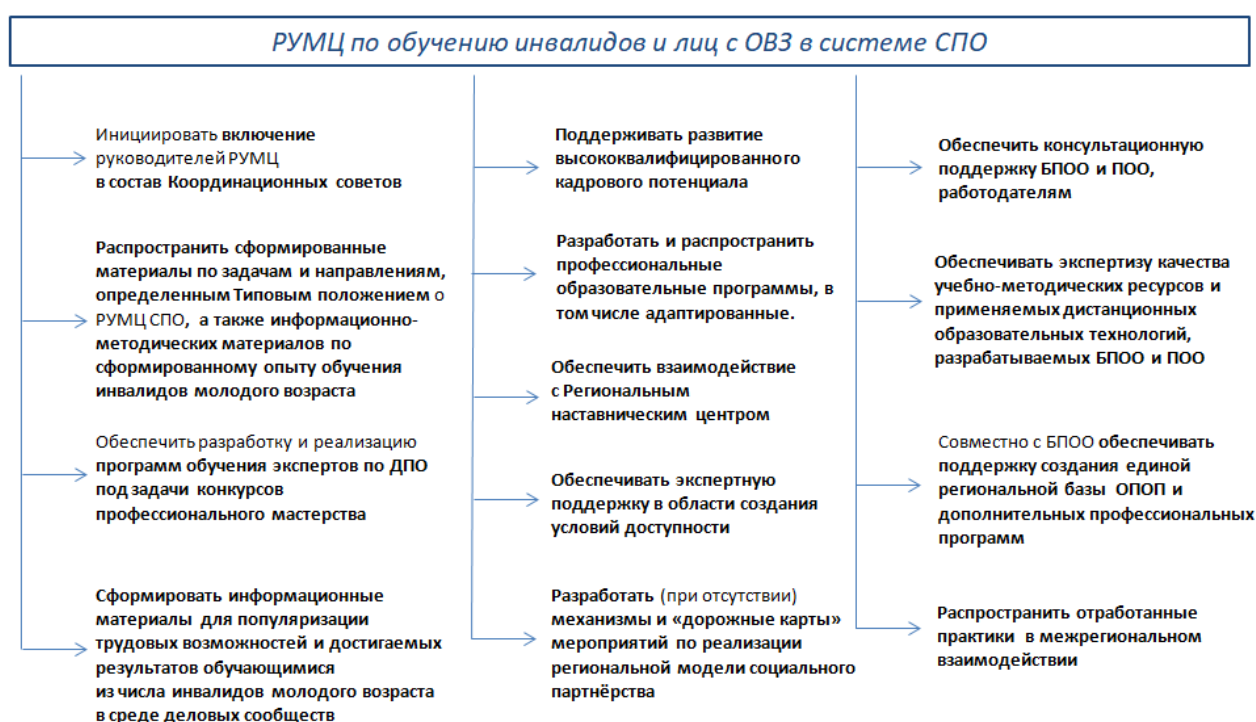
## **РАЗДЕЛ 2. Методические рекомендации ресурсным учебно-методическим центрам по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства**

С 2016 года в субъектах Российской Федерации для методического и экспертного сопровождения модернизации системы инклюзивного профессионального образования посредством совершенствования образовательной, инновационной, методической деятельности образовательных организаций, реализующих программы среднего профессионального образования привлекаются ресурсные учебно-методические центры (далее – РУМЦ), созданные на базе образовательных организаций, реализующих программы СПО. Для повышения эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве, РУМЦ рекомендуется (рисунок 4):

**1. Инициировать *включение* своих руководителей *в состав Координационных советов* (см. Раздел 1, п. 4) с целью популяризации сформированного ими опыта по совершенствованию образовательной, инновационной и методической деятельности.**

**2. *Разработать и распространить основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования, в том числе адаптированные образовательные программы для лиц с инвалидностью и ОВЗ* для образовательных организаций среднего профессионального образования, на базе которых созданы базовые профессиональные образовательные организации по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства.**

**3. Обеспечить распространение информационно-методических материалов по сформированному ими опыту обучения инвалидов молодого возраста среди профессиональных образовательных организаций субъекта Российской Федерации, реализующих основные профессиональные образовательные программы, адаптированные для инвалидов молодого возраста и лиц с ОВЗ, в том числе на уровне Федеральных учебно-методических объединений в среднем профессиональном образовании (ФУМО СПО).**



*Рисунок 4 – Мероприятия по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве, рекомендованные к осуществлению со стороны РУМЦ по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО*

Осуществить информационные рассылки по результатам деятельности РУМЦ с целью привлечения к сотрудничеству организаций – поставщиков (производителей) специализированного оборудования, технических средств, дистанционных образовательных технологий, ориентированных на обучающихся из числа инвалидов молодого возраста, по организации участия РУМЦ в экспертизе, в тестировании уровня качества в предлагаемых

разработках. Обеспечивать регулярный сбор и дальнейшее распространение лучших практик по данному направлению взаимодействия.

**4. Распространить сформированные материалы по задачам и направлениям, определенным Типовым положением о ресурсном учебно-методическом центре по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО<sup>12</sup>, через всероссийские мероприятия Федерального методического центра по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в системе среднего профессионального образования на базе ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», региональные образовательные выставки, тематические совещания.**

Системно поддерживать информационное сопровождение мероприятий для целевой аудитории и в целом деятельности РУМЦ через каналы СМИ и интернет-коммуникации, в том числе на основе специализированного раздела сайта образовательной организации, на базе которой создан РУМЦ.

**5. Распространить сформированные материалы по задачам и направлениям, определенным Типовым положением о ресурсном учебно-методическом центре по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО<sup>13</sup>, через всероссийские мероприятия Федерального методического центра по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в системе среднего профессионального образования на базе ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», региональные образовательные выставки, тематические совещания.**

Системно поддерживать информационное сопровождение мероприятий для целевой аудитории и в целом деятельности РУМЦ через каналы СМИ и

---

<sup>12</sup> Типовое положение о ресурсном учебно-методическом центре по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе среднего профессионального образования (РУМЦ СПО) [Электронный ресурс] / Утв. методическим советом Федерального методического центра по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО от 28 января 2020 г. URL: [https://www.spo-rudn.ru/images/doc/RUMC\\_SPO.pdf](https://www.spo-rudn.ru/images/doc/RUMC_SPO.pdf) (дата обращения: 21.02.2020).

<sup>13</sup> Типовое положение о ресурсном учебно-методическом центре по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе среднего профессионального образования (РУМЦ СПО) [Электронный ресурс] / Утв. методическим советом Федерального методического центра по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО от 28 января 2020 г. URL: [https://www.spo-rudn.ru/images/doc/RUMC\\_SPO.pdf](https://www.spo-rudn.ru/images/doc/RUMC_SPO.pdf) (дата обращения: 21.02.2020).

интернет-коммуникации, в том числе на основе специализированного раздела сайта образовательной организации, на базе которой создан РУМЦ.

**6. Обеспечить разработку и реализацию в субъекте Российской Федерации программ обучения экспертов по дополнительным профессиональным программам под задачи конкурсов профессионального мастерства, Национального Чемпионата «Абилимпикс» в разрезе направлений подготовки СПО, профессий и специальностей, с учётом особенностей нозологических групп<sup>14</sup>.**

**7. Сформировать** на основе материалов, разработанных для проведения конкурсов профессионального мастерства для обучающихся из числа инвалидов молодого возраста, в том числе Национального Чемпионата «Абилимпикс», **информационные материалы для популяризации трудовых возможностей и достигаемых результатов обучающимися из числа инвалидов молодого возраста в среде деловых сообществ**, на заседаниях торгово-промышленных палат, среди руководителей служб занятости и др.

**8. Провести анализ и прогнозирование востребованности педагогических кадров в разрезе актуального спроса на профессии, специальности и направления подготовки СПО**, с учётом особенностей нозологических групп, на основе мониторинга сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими образования, реализуемого профессиональными образовательными организациями в рамках сетевого взаимодействия в субъекте Российской Федерации (см. Раздел III, п.1).

**9. Поддерживать развитие высококвалифицированного кадрового потенциала**, обеспечивающего реализацию адаптированных основных профессиональных образовательных программ, посредством разработки и

---

<sup>14</sup> Федеральный проект «Молодые профессионалы (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)» [Электронный ресурс] / Паспорт национального проекта «Образование». – Протокол Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 24 декабря 2018 г. № 16. URL: <https://bazanpa.ru/sovet-pri-prezidente-rf-po-strategicheskomu-razvitiyu-i-natsionalnym-proektam-pasport-ot24122018-h4323436/4/4.6/> (дата обращения: 21.02.2020).

реализации дополнительных профессиональных программ повышения квалификации / или профессиональной переподготовки для педагогических работников, преподавателей и мастеров производственного обучения в разрезе подготовки по востребованным в субъекте Российской Федерации профессиям и специальностям, с учетом действующей модели для конкретного РУМЦ СПО; поддерживать популяризацию сформированного опыта по развитию кадрового потенциала для обеспечения образовательного процесса при обучении инвалидов молодого возраста в системе СПО.

**10. В рамках реализации мероприятий по внедрению целевой модели наставничества в системе среднего профессионального образования<sup>15</sup> обеспечить взаимодействие с Региональным наставническим центром<sup>16</sup>** с целью выработки образовательных и методических решений при осуществлении данного направления для обучающихся из числа инвалидов молодого возраста<sup>17</sup>.

**11. Обеспечивать экспертную поддержку в области создания условий доступности** при реализации мероприятий на базе центров

---

<sup>15</sup> Методические рекомендации ведомственного проектного офиса национального проекта «Образование» [Электронный ресурс] / Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).

<sup>16</sup> Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. - п. 4.1. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).

<sup>17</sup> Внутренний мониторинг реализации и эффективности программ наставничества в ведении профессиональных образовательных организаций системы СПО [Электронный ресурс] / Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. – п. 4.7. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).



опережающей профессиональной подготовки с возможностью участия в них инвалидов молодого возраста<sup>18,19</sup>.

**12. Разработать** (при отсутствии) **механизмы и «дорожные карты» мероприятий по реализации региональной модели социального партнёрства** с привлечением общественных объединений (организаций инвалидов, родителей/опекунов детей-инвалидов) и социально ориентированных некоммерческих организаций.

**13. Обеспечить консультационную поддержку БПОО и ПОО, работодателям** по вопросам сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и в процессе содействия в трудоустройстве (Раздел I., п. 1.6).

**14. Обеспечить экспертизу качества учебно-методических ресурсов и применяемых дистанционных образовательных технологий, разрабатываемых БПОО и ПОО** для обучения инвалидов молодого возраста, предназначенных для размещения на единых платформах дистанционного обучения субъектов Российской Федерации, в том числе посредством взаимодействия с ЦОПП.

**15. Совместно с БПОО обеспечивать поддержку создания единой региональной базы адаптированных основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ** с учётом обучения инвалидов молодого возраста с дифференциацией по нозологическим группам.

**16\*.** В силу функционирования РУМЦ СПО только в 37 субъектах Российской Федерации представляется закономерным **распространение отработанных практик в межрегиональном взаимодействии** как по отраслевым учебно-методическим направлениям, так и в формате передачи

---

<sup>18</sup> План мероприятий по реализации федерального проекта «Молодые профессионалы (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)» [Текст] / Утв. проектным комитетом по национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018 г. № 3.

<sup>19</sup> Об утверждении методических рекомендаций о создании и функционировании центров опережающей профессиональной подготовки [Электронный ресурс] / Распоряжение Министерства просвещения России от 28 февраля 2019 г. № Р-16 (в редакции от 18 октября 2019 г.). - п. 3. URL: <http://docs.cntd.ru/document/554207472> (дата обращения: 21.02.2020).

универсального опыта ПОО из различных субъектов Российской Федерации в пределах макрорегионов<sup>20</sup>.

Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве в субъектах Российской Федерации может определяться при достижении определённого качественного и процентного уровня по каждому из нижеприведённых показателей (рисунок 5):

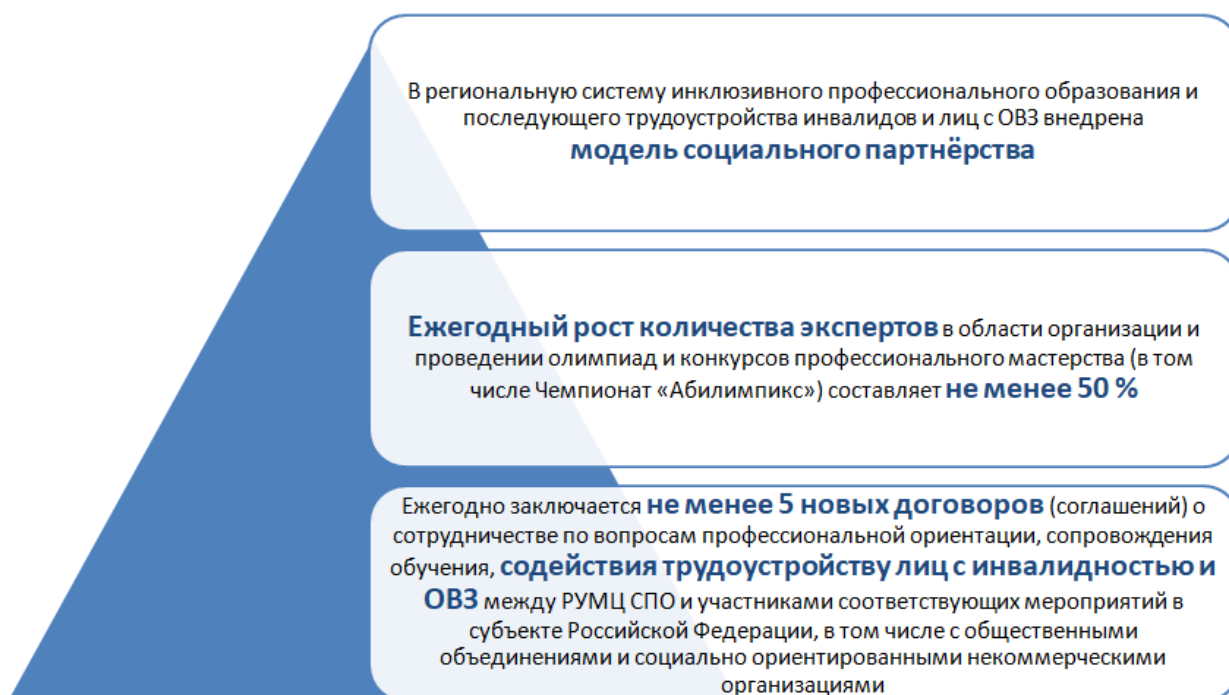


Рисунок 5 – Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста в субъекте Российской Федерации (со стороны РУМЦ СПО): целевые показатели

– в региональную систему инклюзивного профессионального образования и последующего трудоустройства инвалидов и лиц с ОВЗ внедрена модель социального партнёрства;

<sup>20</sup> Об утверждении плана реализации Стратегии пространственного развития Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс] / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 27 декабря 2019 г. № 3227-р. URL: <http://docs.cntd.ru/document/564102919> (дата обращения: 21.02.2020).

– ежегодный рост количества экспертов в области организации и проведении олимпиад и конкурсов профессионального мастерства (в том числе Чемпионат «Абилимпикс») составляет не менее 50 %;

– ежегодно заключается не менее 5 новых договоров (соглашений) о сотрудничестве по вопросам профессиональной ориентации, сопровождения обучения, содействия трудоустройству лиц с инвалидностью и ОВЗ между РУМЦ СПО и участниками соответствующих мероприятий в субъекте Российской Федерации, в том числе с общественными объединениями и социально ориентированными некоммерческими организациями.

Реализация мероприятий методических рекомендаций ресурсными учебно-методическими центрами по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО будет способствовать качественно новому уровню развития региональной инклюзивной системы и повысит эффективность процесса сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства.

### **РАЗДЕЛ 3. Методические рекомендации базовым профессиональным образовательным организациям по осуществлению деятельности в области сопровождения получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ОВЗ и их последующего трудоустройства**

С 2016 года наличие в субъекте Российской Федерации базовой профессиональной образовательной организации (далее - БПОО), активно включённой в обеспечение функционирования региональной системы инклюзивного профессионального образования, сформировалось в одно из гарантийных условий обеспечения доступности среднего профессионального образования и трудоустройства для инвалидов и лиц с ОВЗ в субъектах Российской Федерации.

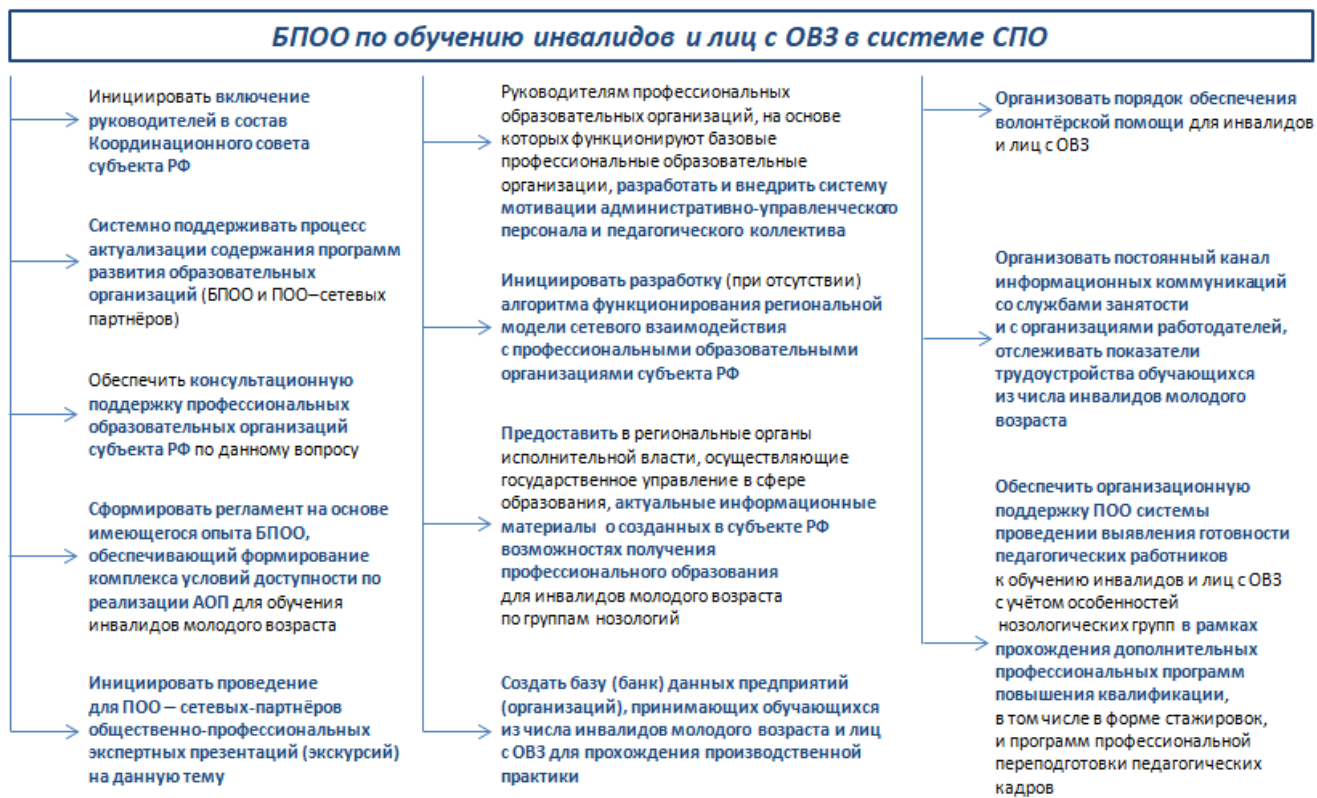
При этом на основе проведённого анализа было выявлено, что более 35 % БПОО не реализуют свои функции в качестве интегратора и координатора деятельности ПОО-сетевых партнёров в региональных системах инклюзивного профессионального образования.

С целью повышения эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве базовым профессиональным образовательным организациям рекомендуется (Рисунок 6):

- 1. Инициировать *включение своих руководителей в состав Координационного совета субъекта Российской Федерации*** (см. Раздел 1 п. 4) с целью представления интересов профессиональных образовательных организаций, реализующих адаптированные образовательные программы для инвалидов молодого возраста.

- 2. Системно поддерживать процесс актуализации содержания программ развития образовательных организаций** (БПОО и ПОО-сетевых

партнёров), реализующих программы среднего профессионального образования, с целью планирования и учёта в деятельности образовательной



*Рисунок 6 – Мероприятия по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве, рекомендованные к осуществлению со стороны базовых профессиональных образовательных организаций (БПОО)*

организации комплекса нижеприведённых направлений и мероприятий, ориентированных на развитие инклюзивного профессионального образования и обеспечение условий при сопровождении трудоустройства инвалидов молодого возраста<sup>21</sup>, включающих:

2.1. наличие мероприятий по обеспечению доступности зданий профессиональной образовательной организации;

<sup>21</sup> Перечень составлен на основе анализа содержания более 885 программ развития ПОО, произведённого в 2019 г. экспертной группой в рамках выполнения видов работ по проекту «Научно-методическое сопровождение региональных программ субъектов Российской Федерации, а также анализ эффективности реализации мероприятий, направленных на сопровождение инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве», реализуемому по заказу Министерства просвещения Российской Федерации федеральным государственным автономным образовательным учреждением дополнительного профессионального образования «Государственный институт новых форм обучения».

2.2. наличие мероприятий по развитию материально-технического обеспечения инклюзивного образовательного процесса;

2.3. наличие мероприятий по сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья и содействию их трудоустройству;

2.4. наличие мероприятий по развитию олимпиад и конкурсов профессионального мастерства, в т. ч. чемпионатов «Абилимпикс», по привлечению обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в этих мероприятиях;

2.5. наличие мероприятий по развитию кадрового потенциала, обеспечивающего условия и реализацию инклюзивного образования (повышение квалификации преподавателей и мастеров производственного обучения, административно-управленческого персонала, учебно-вспомогательного персонала);

2.6. наличие мероприятий по развитию и совершенствованию учебно-методического обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в т. ч. по разработке и реализации адаптированных образовательных программ;

2.7. наличие мероприятий по развитию электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, учитывающих особые образовательные потребности лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;

2.8. соответствие мероприятий программы развития профессиональной образовательной организации мероприятиям региональной программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и последующего трудоустройства;

2.9. соответствие целевых показателей в части развития инклюзивного образования целевым показателям региональной программы сопровождения

инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и последующего трудоустройства;

2.10. внедрение фирменного стиля БПОО, распространение опыта внедрения фирменного стиля для ПОО-сетевых партнёров;

2.11. наличие финансирования на реализацию мероприятий программы развития профессиональной образовательной организации в части развития инклюзивного образования;

2.12. проведение аудита ПОО на предмет соответствия требованиям, предъявляемым к ПОО-сетевым партнёрам, определение статуса «Сетевой партнёр БПОО»: обеспечение условий архитектурной, кадровой и учебно-методической доступности; разработка и внедрение специализированного раздела сайта ПОО, посвящённого деятельности БПОО (или отдельного сайта БПОО – при наличии уже разработанного); внедрение фирменного стиля, электронного каталога образовательных программ БПОО, видеопаспорта архитектурной доступности зданий БПОО; применение инструментов цифрового маркетинга и PR-программ для продвижения и брендирования деятельности БПОО.

Программы развития БПОО и ПОО должны быть размещены в открытом доступе на официальном сайте БПОО и ПОО соответственно. Программу развития профессиональной образовательной организации рекомендуется продублировать в разделе «Нормативное обеспечение инклюзивного образования» сайта профессиональной образовательной организации среднего профессионального образования.

**3. *Сформировать регламент на основе имеющегося опыта БПОО, обеспечивающий формирование комплекса условий доступности по реализации адаптированных образовательных программ для обучения инвалидов молодого возраста.***

**4. *Обеспечить консультационную поддержку профессиональных образовательных организаций субъекта Российской Федерации по***

вопросам совершенствования программ развития в части инклюзивного профессионального образования. Обеспечить контроль за актуализацией программы развития в соответствии с п. 1 данного Раздела профессиональным образовательным организациям (сетевыми партнёрами БПОО), реализующим адаптированные образовательные программы для обучения инвалидов молодого возраста.

**5. Обеспечить развитие внедрения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий**, учитывающих особые образовательные потребности обучающихся с инвалидностью и ОВЗ в фокусе разработки и апробации методического инструментария для применения педагогами и мастерами производственного обучения.

**6. Руководителям профессиональных образовательных организаций**, на основе которых функционируют базовые профессиональные образовательные организации, **разработать и внедрить систему мотивации административно-управленческого персонала и педагогического коллектива** для стимулирования их включённости в реализацию программ профессионального образования и сопровождения процесса трудоустройства инвалидов молодого возраста. Рекомендуется предусмотреть различные формы мотивации сотрудников.

**7. Инициировать проведение для ПОО-сетевых партнёров общественно-профессиональных экспертных презентаций (экскурсий) по сформированным в базовых профессиональных образовательных организациях условиям доступности** (по архитектурной доступности зданий, с демонстрацией учебно-методической и кадровой доступности) с приглашением представителей общественных объединений инвалидов, социально ориентированных некоммерческих организаций (в том числе благотворительных и социальных фондов), территориальных торгово-промышленных палат, служб занятости.



**8. Инициировать разработку (при отсутствии) алгоритма функционирования региональной модели сетевого взаимодействия с профессиональными образовательными организациями субъекта Российской Федерации** для обеспечения условий для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ с описанием регламентов участия для всех профессиональных образовательных организаций региона.

**9. Предоставить** в региональные органы исполнительной власти, осуществляющие государственное управление в сфере образования, **актуальные информационные материалы о созданных в субъекте Российской Федерации возможностях получения профессионального образования** для инвалидов молодого возраста по группам нозологий в целях содержательного наполнения информационных точек распространения (см. Раздел 1, п.7 и п.8).

**10. Организовать постоянный канал информационных коммуникаций со службами занятости и с организациями работодателей** для владения актуальными сведениями по содержанию запросов региональной экономики по профессиям и специальностям, по которым предприятия готовы приглашать выпускников из числа инвалидов молодого возраста разных нозологических групп. Своевременно актуализировать базу адаптированных основных профессиональных образовательных программ в соответствии с данными запросами региональной экономики.

**11. Совместно с РУМЦ обеспечить поддержку создания единой региональной базы адаптированных основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ** с учётом обучения инвалидов молодого возраста с классификацией по нозологическим группам.

**12. Обеспечить информационное взаимодействие с работодателями, имеющими опыт трудоустройства инвалидов**

*молодого возраста*, с целью выявления проблемных зон для последующей корректировки реализации программ профессиональной подготовки обучающихся из числа инвалидов молодого возраста. Проводить методические вебинары по собранным кейсам для выявления действенных профессионально-педагогических решений. Популяризовать отработанные практики среди профессиональных образовательных организаций региональной системы инклюзивного профессионального образования.

**13. Создать базу (банк) данных предприятий (организаций), принимающих обучающихся из числа инвалидов молодого возраста и лиц с ОВЗ для прохождения производственной практики с учётом необходимых условий труда в разрезе нозологий. Системно поддерживать продвижение информации об опыте организации процесса сопровождения трудоустройства инвалидов молодого возраста в региональной системе инклюзивного профессионального образования.**

**14. Отслеживать показатели трудоустройства обучающихся из числа инвалидов молодого возраста по параметру закрепляемости выпускников на рабочих местах, в диапазоне от трёх месяцев до трёх лет, с момента трудоустройства. Оказывать консультационную поддержку всем участникам трудовых отношений.**

**15. Организовать порядок обеспечения волонёрской помощи для обучающихся с инвалидностью и ОВЗ, для родителей/опекунов обучающихся из числа инвалидов; обеспечить популяризацию данного опыта среди профессиональных образовательных организаций субъекта Российской Федерации<sup>22</sup>.**

**16. Обеспечить организационную поддержку профессиональным образовательным организациям системы среднего профессионального**

---

<sup>22</sup> Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).

**образования** субъекта Российской Федерации при проведении выявления готовности педагогических работников к обучению инвалидов и лиц с ОВЗ с учётом особенностей нозологических групп **в рамках прохождения дополнительных профессиональных программ повышения квалификации**, в том числе в форме стажировок, и программ профессиональной переподготовки педагогических кадров.

Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве в субъектах Российской Федерации может определяться при достижении определённого качественного и процентного уровня по каждому из нижеприведённых показателей (Рисунок 7):



Рисунок 7 – Эффективность процесса сопровождения инвалидов молодого возраста в субъекте Российской Федерации (со стороны БПОО): целевые показатели

– на работу базовой профессиональной образовательной организации выделено финансирование на текущий год (источники финансового обеспечения: бюджетные ассигнования федерального бюджета Российской Федерации, бюджетные ассигнования бюджета субъекта Российской Федерации, средства бюджетов муниципальных образований; средства бюджетов бюджетной системы Российской Федерации, а также внебюджетных источников, предусмотренных в рамках финансового обеспечения организаций социального обслуживания, индивидуальных предпринимателей, осуществляющих социальное обслуживание, на предоставление социально-трудовых услуг, направленных на оказание помощи в трудоустройстве и в решении других проблем, связанных с трудовой адаптацией; средства внебюджетных источников, включая средства работодателей, частных агентств занятости, некоммерческих организаций);

– на официальном сайте базовой профессиональной образовательной организации есть специализированный раздел (страница) об условиях обучения лиц с инвалидностью и ОВЗ, в том числе включающей информацию о возможностях получения инклюзивного профессионального образования в ПОО, партнёрах БПОО субъекта Российской Федерации;

– в базовой профессиональной образовательной организации утверждена и реализуется программа развития в части обучения инвалидов и лиц с ОВЗ;

– ежегодно заключается не менее 5 новых договоров (соглашений) о сотрудничестве по вопросам профессиональной ориентации, сопровождения обучения, содействия трудоустройству лиц с инвалидностью и ОВЗ между базовыми профессиональными образовательными организациями и участниками соответствующих мероприятий в субъекте Российской Федерации, в том числе с общественными объединениями и социально ориентированными некоммерческими организациями;

– в базовой профессиональной образовательной организации обеспечиваются все необходимые специальные условия обучения (доступная среда, специальные технические средства обучения, организационная, учебно-методическая база) для обучающихся хотя бы одной из категорий: лица с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нервно-психическими нарушениями, с нарушениями интеллекта;

– в базовой профессиональной образовательной организации созданы условия по развитию системы специалистов, включённых в систему инклюзивного образования (не менее 6 наименований), осуществляющих сопровождение образовательного процесса, включая штатных работников, внешних совместителей, лиц, работающих по договорам гражданско-правового характера;

– за последние три года не менее 70% штатных преподавателей и мастеров производственного обучения профессиональных образовательных организаций прошли обучение по дополнительным программам повышения квалификации и (или) профессиональной переподготовки по вопросам обучения инвалидов и лиц с ОВЗ;

– ежегодный прирост поступающих инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательные организации среднего профессионального образования субъекта Российской Федерации;

– ежегодно присутствует рост количества участников олимпиад и конкурсов профессионального мастерства из числа инвалидов молодого возраста по сравнению с предыдущим учебным годом – не менее 50 %.

Внедрение рекомендаций в деятельность базовых профессиональных образовательных организаций будет содействовать обеспечению развития структурной организации и качественной проработки содержания по видам деятельности, в том числе с выстраиванием более активных партнёрских отношений с иными участниками региональной инклюзивной системы, что

позволит усилить работу по повышению эффективности процесса сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве, с укреплением статусно-ролевых позиций БПОО.

## **РАЗДЕЛ 4. Методики изучения и формирования готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп**

Анализ методик по готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп показал наличие достаточного объёма соответствующего диагностического инструментария, применимого для целевой аудитории, а также отличающегося необходимым уровнем психометрической апробации. В данном разделе представлен примерный перечень методик, направленных на решение поставленных задач.

Для определения готовности педагогов профессиональных образовательных организаций в субъектах Российской Федерации работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп рекомендуется обратиться к следующим методикам её изучения и формирования (Рисунок 8).



Рисунок 8 – Этапы изучения и формирования готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами разных нозологических групп

Методики по изучению готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами молодого возраста разных нозологических групп включают диагностику по следующим направлениям, представленным на рисунке 9.

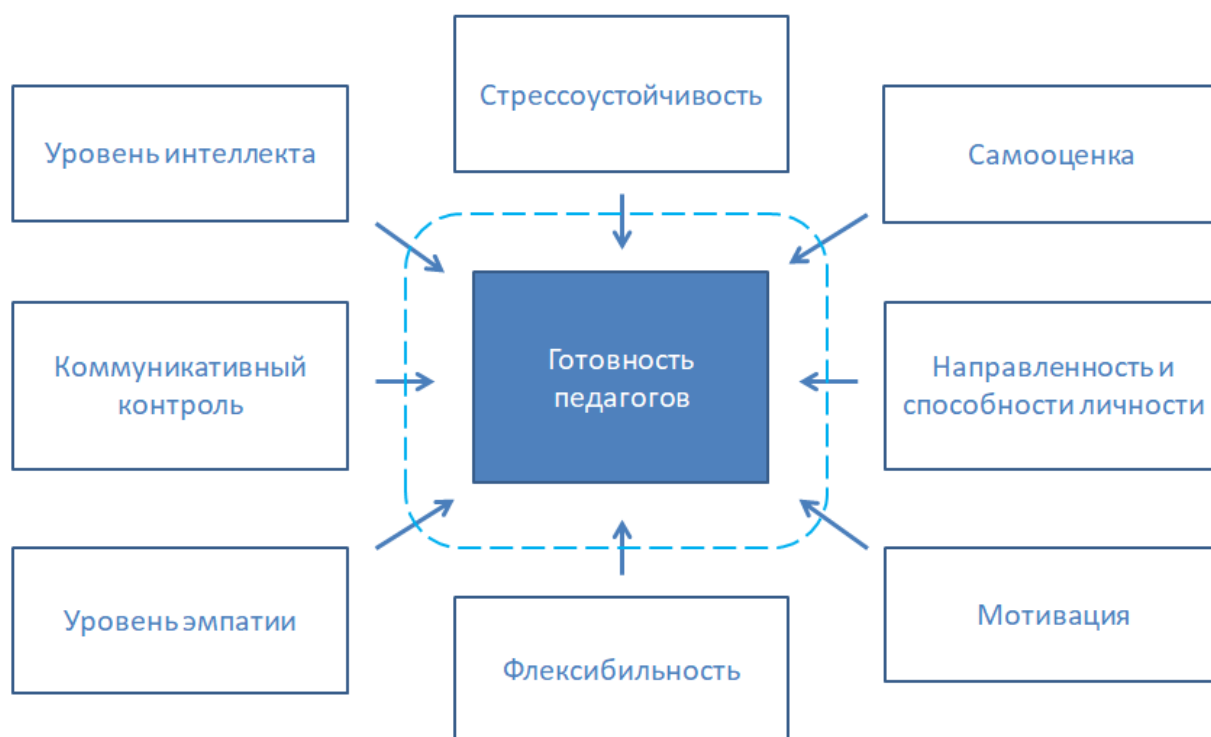


Рисунок 9 – Основные блоки диагностики для определения готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами молодого возраста разных нозологических групп

Для реализации и анализа данных блоков необходимы тесты и методики либо имеющие узкую направленность на изучаемый конструкт, либо включающие в себя соответствующие шкалы.

Существует широкий спектр диагностических инструментов для данных целей, прошедших все этапы психометрической проверки (надежность, валидность и т.д.), а также прошедших апробацию на репрезентативных выборках.

1. *Методики, подходящие для психологической диагностики педагогов ПОО* (Таблица 1), например:



1.1. «Самоактуализационный тест» (САТ) по Э. Шострому (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз) (Приложение 2) - опросник Э. Шострома (Personal Orientation Inventory – POI), был адаптирована сотрудниками кафедры социальной психологии МГУ (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз) в 1987 году, в результате создан «Самоактуализационный тест» (САТ)<sup>23</sup>.

*Базовые шкалы:*

Компетентности во времени и поддержки.

*12 дополнительных шкал:*

Ценность самоактуализации; гибкость поведения; реактивная чувствительность; спонтанность; самоуважение; самопринятие; принятие природы человека; синергия; принятие агрессии; контактность, познавательные потребности, креативность составляют 6 блоков - по две в каждом.

Психометрическая проверка теста была проведена посредством тестирования 222 респондентов различного пола, возраста, образовательного уровня и профессиональной принадлежности, в том числе представителей профессиональных образовательных учреждений. Экспертами при анализе выступали 11 высококвалифицированных психологов. Методика предназначена для обследования взрослых (старше 15–17 лет), психически здоровых людей (имеется в виду отсутствие выраженной психопатологии).

1.2. тест «Уровень субъективного контроля» (УСК) по Дж. Роттеру (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд) – тест носит унифицирующий характер, хотя апробация проводилась на 85 людях (студентов вузов, в том числе педагогических). В целях повышения достоверности результатов

---

<sup>23</sup> Психометрическая проверка теста САТ [Электронный ресурс]/ Инф. Портал «ПСИХОЛОГОС — Энциклопедия практической психологии». 2009 -2020 гг. URL: <https://www.psychologos.ru/articles/view/psihometricheskaya-proverka-testa-sat> (Дата обращения 01.06.2020 года).

опросник сбалансирован по следующим параметрам: 1) по интернальности-экстернальности; 2) по эмоциональному знаку; 3) по направлению атрибуций. Надежность методики представлена двумя показателями: ретестовой надёжностью и внутренней согласованностью пунктов<sup>24</sup>. Уровень субъективного контроля отражает реакцию человека в типичных для него ситуациях, отражает уровень взятия на себя ответственности за происходящие события, зрелость личности.

1.3. Копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкмана (адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык, М.С. Замышляевой) – тест предназначен для анализа реакции человека в различных стрессовых ситуациях, апробация проведена на выборке 1600 человек в возрасте 18–60 лет, что говорит об универсальности данного теста для разных целевых групп, в том числе и педагогов. Типы копингов (шкал): Конфронтационный, Дистанцирование, Самоконтроль, Поиск социальной поддержки, Принятие ответственности, Бегство-избегание, Планирование решения проблемы, Положительная переоценка (Приложение 2).

1.4. опросник «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления» (И.Г. Сизова, С.И. Филиппченкова) (Приложение 2) – опросник активно используется в современных исследованиях в педагогической среде, например в одном из эмпирических исследований педагогов-дефектологов – олигофренопедагоги и логопеды (всего 145 человек), г. Череповца, г. Вологды и Вологодского района, Архангельской области. Анализ проводился по трем итоговым группам: адаптанты, интерналы и мастера<sup>25</sup>.

1.5. методику «Оценка профессионального стресса» (опросник Вайсмана) – методика применена в диссертационной работе «Особенности

---

<sup>24</sup> Психологический инструментарий / Факультет психологии СПбГУ [Электронный ресурс]. URL: <https://u.to/SDo2GQ> (дата обращения 01.06.2020 года)

<sup>25</sup> В. Н. Поникарова Особенности совладающего поведения педагогов-дефектологов на разных этапах профессионального развития/ Текст научной статьи по специальности «Психологические науки»/ [Электронный ресурс]. URL: <https://clck.ru/Pujv4> (Дата обращения 01.06.2020 год).

творческого потенциала, у лиц подверженных стрессу» И.В. Горячкиной<sup>26</sup>, акцент в работе сделан на коллективное взаимодействие и климат в организации, которые сказываются на состоянии работника и его стрессоустойчивость;

1.6. оценка особенностей психоэмоциональных реакций А. Ассингера – предназначена для диагностики общего уровня агрессивности личности, корректности поведения и реакции в коллективе. Методика предназначена для взрослых лиц и является одной из самых популярных;

1.7. тест по оценке способности педагога к эмпатии, разработанный И.М. Юсуповым – эмпатия является ведущим фактор успеха в таких видах деятельности, которые связаны с людьми, прежде всего в обучении и воспитании; это приоритетное профессионально качество педагога (Приложение 2);

1.8. тест по оценке самоконтроля в общении, разработанный М. Снайдером – позволяет установить уровень коммуникативного контроля, который необходим в педагогической деятельности, часто используется для внутренней работы психологических служб образовательных организаций разных уровней;

1.9. методика О.С. Копиной, Е.А. Суловой, Е.В. Заикина «Ваше самочувствие» (Шкала психосоциального стресса Л. Ридера) – позволяет комплексно оценить отношение и восприятие личностью различных сфер жизни, с учетом возможного переноса этого отношения на иные направления, в том числе трудовую деятельность<sup>27</sup>;

1.10. шкала «Оценка Нервно-психического напряжения» (по Т.А. Немчину) – применяется в исследованиях, направленных на изучение

---

<sup>26</sup> И.В. Горячкина Особенности творческого потенциала, у лиц подверженных стрессу/дис.раб./ - Томск, 2017 г. [Электронный ресурс]. URL: file:///C:/Users/User/Downloads/%D0%92%D0%A0.pdf%20(1).pdf (Дата обращения 01.06.2020).

<sup>27</sup> В. Н. Поникарова Психолого-педагогические условия снижения эмоционального напряжения у студентов - будущих дефектологов : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 : [Электронный ресурс] - Череповец, 2005. 212 с. URL: <https://elck.ru/Pgr9C> (Дата обращения 01.06.2020).

нервно-психического напряжения при экстремальных видах трудовой деятельности, апробирован на 40 сотрудниках разных сфер деятельности;

1.11. опросник на «выгорание» МВИ (по К. Маслач и С. Джексон, адаптация Н.Е. Водопьяновой) (Приложение 2) – опросник активно используется для анализа выгорания сотрудников в социальной сфере. Шкалы: Эмоциональное истощение, Деперсонализация, Редукция личных достижений.

1.12. методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды (В.В. Бойко) – анализ по трем типам активности - эйфорическая активность вовне, рефрактерная активность вовнутрь, дисфорическая активность вовне в ответ на положительные или отрицательные средовые стимулы, методика позволит оценить способность педагога контролировать либо транслировать свои эмоции;

1.13. ММПИ (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) – миннесотский многопрофильный личностный опросник, ММИЛ в модификации Березина Ф.Б. и др., СМИЛ в модификации Собчик Л.Н.) – стандартизированная и крайне распространенная методика для оценки особенностей личности в комплексе по направлениям: Шкала ипохондрии, Шкала депрессии, Шкала истерии, Шкала психопатии, Шкала маскулинности - феминности, Шкала паранойи, Шкала психастении, Шкала гипомании, Шкала социальной интроверсии;

1.14. 16 факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла. (Методика многофакторный опросник Кэттелла / Тест Кеттела 187 вопросов / Опросник Кетела 16 pf) – используется для выявления личностных особенностей, скрытых аспектов применяется при отборе на работу, при личностных диагностиках, для определения направления профессионального развития человека;

1.15. Вопросник для анализа учителем особенностей индивидуального стиля педагогической деятельности (А.К. Маркова) – выявляет ведущий стиль деятельности педагога, особенности взаимодействия с учащимися. Часто применяется психологическими службами образовательных организаций разного уровня.

**2. Представляется целесообразным использовать экспертный анализ содержания портфолио профессиональных достижений педагогического работника с целью определения:**

- 2.1. уровня профессионального мастерства;
- 2.2. уровня личностного и профессионального роста<sup>28</sup>;
- 2.3. способности к проведению самоанализа;
- 2.4. наличия материалов, отражающих опыт работы педагога ПОО с лицами с ОВЗ и инвалидами молодого возраста, в том числе дифференциации имеющегося опыта работы с учётом нозологических групп.

**3. Рекомендуется предусмотреть публикацию информационной справки на сайте ПОО с целью презентации кадровой готовности ПОО для реализации адаптированных основных профессиональных образовательных программ для обучения инвалидов молодого возраста.**

**4. Осуществить опрос/анкетирование обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, их родителей (законных представителей) по вопросам удовлетворенности работой педагога, для анализа полученной обратной связи от обучающихся с ОВЗ и инвалидностью с целью выявления актуальных проблемных зон.**

---

<sup>28</sup> В том числе обучение по основным профессиональным образовательным программам или дополнительным профессиональным программам профессиональной переподготовки, разработанных с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования в рамках укрупненной группы специальностей и направлений подготовки 44.00.00 «Образование и педагогические науки» по направлениям подготовки бакалавриата (44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование») и магистратуры (44.04.03 «Специальное (дефектологическое) образование»), разработанных Министерством образования и науки Российской Федерации, которые учитывают необходимые компетенции по вопросам организации реабилитации и абилитации инвалидов и лиц с ОВЗ, а также реализуют федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования по непрофильным направлениям подготовки бакалавриата и специалитета (без учета магистратуры), где введена обязательная универсальная компетенция «УК-9. Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах». - Поручение Правительства Российской Федерации от 31 января 2019 г. № ТГ-П44-5261.

5. Обеспечить проведение на регулярной основе **методик самооценки и самоанализа развития готовности педагога ПОО** по таким направлениям, как:

- 5.1. выявление дополнительных эмоциональных затрат;
- 5.2. повышение эффективности достигаемых результатов обучающимися от применения выбранных методов, приемов и технологий обучения;
- 5.3. проведение анализа результатов профессиональной деятельности;
- 5.4. выявление профессиональных затруднений и определение путей их решения.

6. Осуществлять **отбор курсов повышения квалификации педагогических работников** с учетом инновационных подходов в области инклюзивной подготовки<sup>29</sup>.

7. **Проходить повышение квалификации педагогическими кадрами ПОО не реже одного раза в три года**, в разрезе развития профессиональной готовности к работе с различными нозологическими группами.

Таким образом, готовность педагогов ПОО к работе с обучающимися с ОВЗ и с инвалидами молодого возраста является мультипликационной характеристикой кадрового потенциала образовательной организации.

Таблица 1.

**Рекомендуемые методики для диагностики характеристик готовности педагогов ПОО работать с лицами с ОВЗ и инвалидами молодого возраста разных нозологических групп**

| №  | Наименование   | Направленность                              | Интернет-ссылка   |
|----|--|---|---|
| 1. | «Самоактуализационный тест» (САТ) по Э. Шострому (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз) | Оценка многомерного личностного потенциала. | <a href="https://studfile.net/preview/2229889/">https://studfile.net/preview/2229889/</a> |

<sup>29</sup> Обучение в федеральных ресурсных центрах комплексного сопровождения обучающихся с ОВЗ : статья [Электронный ресурс] / Институт коррекционной педагогики Российской академии образования // Электр. периодич. журнал «Вести образования». - 2020. - № 1. URL: <https://cutt.ly/ry9boRs> (дата обращения: 21.02.2020).

|     |   |  |   |
|-----|---|--|---|
|     | (см. Приложение 2)  |  |   |
| 2.  | Тест «Уровень субъективного контроля» (УСК) по Дж. Роттеру (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд)                        | Определение типа и особенности сохранения самоконтроля в ситуациях достижения, в ситуациях неудачи, в области производственных и семейных отношений, в области здоровья. | <a href="https://cutt.ly/6y9njPn">https://cutt.ly/6y9njPn</a>   |
| 3.  | Копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкмана (адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой)<br><br>(см. Приложение 2) | Оценка действий в стрессовой ситуации  | <a href="https://psylab.info/Опросник_«Способы_совладающего_поведения»_Лазаруса">https://psylab.info/Опросник_«Способы_совладающего_поведения»_Лазаруса</a> |
| 4.  | Опросник «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления» (И.Г. Сизова, С.И. Филиппченкова)<br><br>(см. Приложение 2)       | Оценка действий в стрессовой ситуации.   | <a href="https://cutt.ly/oy9bx21">https://cutt.ly/oy9bx21</a>   |
| 5.  | Методика «Оценка профессионального стресса» (опросник Вайсмана)   | Оценка действий в стрессовой ситуации.   | <a href="https://cutt.ly/my9bDzu">https://cutt.ly/my9bDzu</a>   |
| 6.  | Методика О.С. Копиной, Е.А. Сусловой, Е.В. Заикина «Ваше самочувствие» (Шкала психосоциального стресса Л. Ридера)           | Оценка действий в стрессовой ситуации.   | <a href="https://cutt.ly/Ty9bL0i">https://cutt.ly/Ty9bL0i</a>   |
| 7.  | Тест «Оценка Нервно-психического напряжения» по Т.А. Немчину  | Диагностика нервно-психического напряжения и его проявлений.   | <a href="https://cutt.ly/hy9bVAi">https://cutt.ly/hy9bVAi</a>   |
| 8.  | Оценка особенностей психоэмоциональных реакций А. Ассингера   | Оценка корректности педагога относительно коллег и обучающихся.  | <a href="https://cutt.ly/Zy9nrBw">https://cutt.ly/Zy9nrBw</a>   |
| 9.  | Тест по оценке способности педагога к эмпатии (И.М. Юсупов)<br><br>(см. Приложение 2)                                       | Определение способности личности к сопереживанию и пониманию окружающих  | <a href="https://cutt.ly/8y9nqD1">https://cutt.ly/8y9nqD1</a>   |
| 10. | Опросник на «выгорание» МВІ (по К. Маслач и С. Джексон, адаптирован Н.Е. Водопьяновой)                                      | Предназначен для выявления выраженности проявлений выгорания у специалистов различных профессий, прежде  | <a href="https://cutt.ly/Iy9b09E">https://cutt.ly/Iy9b09E</a>   |

|     |   |  |   |
|-----|---|--|---|
|     | (см. Приложение 2)  | всего, коммуникативных.  |   |
| 11. | Методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды (В.В. Бойко)   | Оценка свойств личности и эмоциональных компонентов.   | <a href="https://cutt.ly/2y9b8ZZ">https://cutt.ly/2y9b8ZZ</a>   |
| 12. | Тест по оценке самоконтроля в общении (М. Снайдер)  | Выявление уровня коммуникативного контроля личности  | <a href="https://cutt.ly/9y9ndq9">https://cutt.ly/9y9ndq9</a>   |
| 13. | ММРІ (Миннесотский многопрофильный личностный опросник, ММИЛ в модификации Ф.Б. Березина и др., СМИЛ в модификации Л.Н. Собчик)                   | Оценка самочувствия, привычке, особенностей поведения, отношения к жизненным явлениям и ценностям, нравственности и специфики межличностных отношений, направленности интересов, уровня активности и настроения и т.п. | <a href="http://psy-diagnoz.com/typological/1-mmpi.html">http://psy-diagnoz.com/typological/1-mmpi.html</a>   |
| 14. | 16 факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла. (Методика многофакторный опросник Кэттелла / Тест Кеттелла 187 вопросов / Опросник Кетела 16 pf) | Позволяет выяснить особенности характера, склонности и интересы личности.  | <a href="https://vsetesti.ru/354/">https://vsetesti.ru/354/</a>   |
| 15. | Вопросник для анализа учителем особенностей индивидуального стиля педагогической деятельности (А.К. Маркова)                                      | Определение ведущего стиля педагогической деятельности   | <a href="https://multiurok.ru/files/voprosnik-dlia-analiza-uchitelem-osobnostei-indi.html">https://multiurok.ru/files/voprosnik-dlia-analiza-uchitelem-osobnostei-indi.html</a> |

Данная таблица может стать опорным листом для подбора рабочих методик. Представленный перечень не ограничивает выбор образовательной организации, а только предлагает возможные для решаемых ею задач варианты.

Комплексный подход к формированию готовности педагогов ПОО работать с инвалидами, включающий этап диагностики педагогического состава, грамотный подбор курсов повышения квалификации (с учетом потребностей педагогов), а также интеграция в образовательную среду,



позволит выстроить гармоничное взаимодействие участников образовательного процесса.

### Список используемых источников:

1. Об утверждении Типовой программы сопровождения инвалидов молодого возраста при получении ими профессионального образования и содействия в последующем трудоустройстве [Электронный ресурс] / Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 14 декабря 2018 г. № 804н/299/1154. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72039590/> (дата обращения: 21.02.2020).
2. Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 52872-2019 «Интернет-ресурсы и другая информация, представленная в электронно-цифровой форме. Приложения для стационарных и мобильных устройств, иные пользовательские интерфейсы. Требования доступности для людей с инвалидностью и других лиц с ограничениями жизнедеятельности» [Электронный ресурс] / Утв. и введен в действие приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 29 августа 2019 г. № 589-ст. URL: <https://base.garant.ru/73664694/> (дата обращения: 21.02.2020).
3. Типовое положение о ресурсном учебно-методическом центре по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе среднего профессионального образования (РУМЦ СПО) [Электронный ресурс] / Утв. методическим советом Федерального методического центра по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ в системе СПО от 28 января 2020 г. URL: [https://www.sporudn.ru/images/doc/RUMC\\_SPO.pdf](https://www.sporudn.ru/images/doc/RUMC_SPO.pdf) (дата обращения: 21.02.2020).
4. Федеральный проект «Молодые профессионалы (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)» [Электронный ресурс] / Паспорт национального проекта «Образование». – Протокол Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по

стратегическому развитию и национальным проектам от 24 декабря 2018 г. № 16. URL: <https://bazanpa.ru/soviet-pri-prezidente-rf-po-strategicheskomu-razvitiuu-i-natsionalnym-proektam-pasport-ot24122018-h4323436/4/4.6/> (дата обращения: 21.02.2020).

5. Методические рекомендации ведомственного проектного офиса национального проекта «Образование» [Электронный ресурс] / Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).

6. Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. - п. 4.1. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).

7. Внутренний мониторинг реализации и эффективности программ наставничества в ведении профессиональных образовательных организаций системы СПО [Электронный ресурс] / Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом

- между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. – п. 4.7. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).
8. План мероприятий по реализации федерального проекта «Молодые профессионалы (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)» [Текст] / Утв. проектным комитетом по национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018 г. № 3.
9. Об утверждении методических рекомендаций о создании и функционировании центров опережающей профессиональной подготовки [Электронный ресурс] / Распоряжение Министерства просвещения России от 28 февраля 2019 г. № Р-16 (в редакции от 18 октября 2019 г.). - п. 3. URL: <http://docs.cntd.ru/document/554207472> (дата обращения: 21.02.2020).
10. Об утверждении плана реализации Стратегии пространственного развития Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс] / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 27 декабря 2019 г. № 3227-р. URL: <http://docs.cntd.ru/document/564102919> (дата обращения: 21.02.2020).
11. Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися [Электронный ресурс] / Утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 25 декабря 2019 г. № Р-145. URL: <https://cutt.ly/ny9vWMу> (дата обращения: 21.02.2020).
12. Обучение в федеральных ресурсных центрах комплексного сопровождения обучающихся с ОВЗ : статья [Электронный ресурс] / Институт коррекционной педагогики Российской академии образования //

Электр. периодич. журнал «Вести образования». - 2020. - № 1. URL: <https://cutt.ly/ry9boRs> (дата обращения: 21.02.2020).

13. Самоактуализационный тест (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика, М. В. Кроз) [Электронный ресурс] / Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка // Образовательный портал – файловый архив студентов «Studfiles». URL: <https://studfile.net/preview/2229889/> (дата обращения: 21.02.2020).

14. Психологический инструментарий / Факультет психологии СПбГУ [Электронный ресурс]. URL: <https://u.to/SDo2GQ> (дата обращения 01.06.2020).

15. Психометрическая проверка теста САТ [Электронный ресурс]/ Инф. Портал «ПСИХОЛОГОС — Энциклопедия практической психологии». 2009-2020 гг. URL: <https://www.psychologos.ru/articles/view/psihometricheskaya-proverka-testa-sat> (Дата обращения 01.06.2020).

16. Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, адаптировано Н.Е. Водопьяновой) [Электронный ресурс] / Инф. портал «Социальная сеть работников образования», 2017. URL: <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2017/06/14/metodika-diagnostika-professionalnogo-vygoraniya-k> (дата обращения: 21.02.2020).

17. И.В. Горячкина Особенности творческого потенциала, у лиц подверженных стрессу: Магистр....дис.раб./ [Электронный ресурс] - Томск, 2017 г. URL: [file:///C:/Users/User/Downloads/%D0%92%D0%A0.pdf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/%D0%92%D0%A0.pdf%20(1).pdf) (Дата обращения 01.06.2020).

18. В. Н. Поникарова Психолого-педагогические условия снижения эмоционального напряжения у студентов - будущих дефектологов : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 : [Электронный ресурс] - Череповец, 2005. 212 с. URL: <https://clck.ru/Pyr9C> (Дата обращения 01.06.2020).

19. Н.В. Поникарова, Особенности совладающего поведения педагогов-дефектологов на разных этапах профессионального развития/ Текст научной

статьи по специальности «Психологические науки»/ [Электронный ресурс]. URL: <https://clck.ru/Pujv4> (Дата обращения 01.06.2020).

20. Фетискин, Н.П., Козлов, В.В., Мануйлов, Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. - С-М., 2002. - С.360-362.

21. Опросник «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления» (И.Г. Сизова, С.И. Филиппченкова) [Электронный ресурс] / Энциклопедия психодиагностики «Psylab». URL: <https://cutt.ly/eu9EubY> (дата обращения: 21.02.2020).

22. Копинг-тест Лазаруса, Р. и Фолкмана, С. (адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой) [Электронный ресурс] / Энциклопедия психодиагностики «Psylab». URL: <https://cutt.ly/sy9TkOI> (дата обращения: 21.02.2020).

## **ПРИМЕРНАЯ СТРУКТУРА ПОЛОЖЕНИЯ О КООРДИНАЦИОННОМ СОВЕТЕ**

### **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

- статус Координационного совета
- цель деятельности Координационного совета
- нормативные правовые акты, которыми руководствуется Координационный совет в своей деятельности
- порядок принятия и внесения изменений в положение о Координационном совете

### **II. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ КООРДИНАЦИОННОГО СОВЕТА**

- блоки задач, решаемых Координационным советом

### **III. ПОРЯДОК ФОРМИРОВАНИЯ И СОСТАВ КООРДИНАЦИОННОГО СОВЕТА**

- численный и функциональный состав Координационного совета
- порядок формирования и изменения состава Координационного совета
- принципы деятельности членов Координационного совета (на общественных началах)
- порядок формирования и порядок регламентации деятельности комиссий (рабочих групп) по тематическим направлениям работы Координационного совета

### **IV. ПОЛНОМОЧИЯ КООРДИНАЦИОННОГО СОВЕТА И ЕГО ЧЛЕНОВ**

- права, которыми обладает Координационный совет в целом в целях решения возложенных на него задач
- права, которыми обладают члены Координационного совета (при необходимости)

### **V. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ КООРДИНАЦИОННОГО СОВЕТА**

- порядок проведения заседаний Координационного совета
- порядок принятия и оформления решений Координационного совета
- порядок участия иных заинтересованных лиц в работе Координационного совета

**Примеры методик из рекомендованного перечня**

***1. Самоактуализационный тест***

***(Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика и М. В. Кроз)<sup>30</sup>***

В основе методики лежит опросник личностной ориентации Э. Шострома.

Методика может быть использована как для индивидуального, так и для группового обследования. Инструкция к методике не ограничивает времени ответов, хотя практика показывает, что в норме оно обычно не превышает 30-35 минут.

При использовании САТ в качестве исследовательской методики можно пользоваться и одними «сырыми» баллами, Т-баллы необходимы лишь для применения теста как инструмента индивидуальной диагностики.

***Инструкция:*** Вам предлагается тест-опросник, каждый пункт которого содержит два высказывания, обозначенные буквами «А» и «Б». Внимательно прочитайте каждую пару и пометьте на регистрационном бланке напротив номера соответствующего вопроса то из них, которое в большей степени соответствует Вашей точке зрения.

***Бланк методики***

|    |  |   |
|----|--|---|
| 1. | А) Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами. | Б) Я верю в себя даже тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами. |
| 2. | А) Я часто внутренне смущаюсь,   | Б) Я редко внутренне смущаюсь, когда  |

<sup>30</sup> Самоактуализационный тест (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика, М. В. Кроз) [Электронный ресурс] / Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка // Образовательный портал – файловый архив студентов «Studfiles». URL: <https://studfile.net/preview/2229889/> (дата обращения: 21.02.2020).



|     |  |   |
|-----|--|---|
|     | когда мне говорят комплименты.   | мне говорят комплименты.  |
| 3.  | А) Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.   | Б) Мне кажется, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как ему хочется.             |
| 4.  | А) Я всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.  | Б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.                   |
| 5.  | А) Я чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.   | Б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.                           |
| 6.  | А) В сложных ситуациях надо действовать уже испытанными способами, так как это гарантирует успех.                  | Б) В сложных ситуациях надо всегда искать принципиально новые решения.                          |
| 7.  | А) Для меня важно, разделяют ли другие мою точку зрения.   | Б) Для меня не слишком важно, чтобы другие разделяли мою точку зрения.                          |
| 8.  | А) Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других. | Б) Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.                         |
| 9.  | А) Я могу безо всяких угрызений совести отложить до завтра то, что я должен сделать сегодня.                       | Б) Меня мучают угрызения совести, если я откладываю до завтра то, что я должен сделать сегодня. |
| 10. | А) Иногда я бываю так зол, что мне хочется «бросаться» на людей.   | Б) Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось "бросаться" на людей.                   |
| 11. | А) Мне кажется, что в будущем меня ждет много хорошего.  | Б) Мне кажется, что мое будущее сулит мне мало хорошего.  |
| 12. | А) Человек должен оставаться честным во всем и всегда.   | Б) Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.                                   |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 13. | А) Взрослые никогда не должны сдерживать любознательность ребенка, даже если ее удовлетворение может иметь отрицательные последствия. | Б) Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, когда оно может привести к дурным последствиям.  |
| 14. | А) У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется. | Б) У меня почти никогда не возникает потребности найти обоснование тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется. |
| 15. | А) Я всячески стараюсь избегать огорчений.  | Б) Я не стремлюсь всегда избегать огорчений.  |
| 16. | А) Я часто испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.   | Б) Я редко испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.   |
| 17. | А) Я не хотел бы отступать от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто, за что люди были бы мне благодарны.              | Б) Я хотел бы совершить нечто, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы несколько отойти от своих принципов.      |
| 18. | А) Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как будто готовлюсь к тому, чтобы по-настоящему начать жить в будущем.         | Б) Мне кажется, что большую часть времени я не готовлюсь к будущей «настоящей» жизни, а живу по-настоящему уже сейчас.                          |
| 19. | А) Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с другом.                        | Б) Я стараюсь не говорить и не делать такого, что может грозить осложнениями в отношениях с другом.   |
| 20. | А) Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают.  | Б) Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня   |

|     |   |  |
|-----|---|--|
|     |   | симпатию.  |
| 21. | А) Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях.   | Б) Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.  |
| 22. | А) Я часто задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.  | Б) Я редко задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.   |
| 23. | А) Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.  | Б) Я не думаю, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.  |
| 24. | А) Главное в нашей жизни – это создавать что-то новое.  | Б) Главное в нашей жизни – приносить людям пользу.   |
| 25. | А) Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин – традиционно женские.                        | Б) Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины и женщины сочетали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские свойства характера.                        |
| 26. | А) Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается, прежде всего, доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств. | Б) Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому. |
| 27. | А) Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы.  | Б) Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, не являются проявлениями их человеческой природы.  |

|     |   |  |
|-----|---|--|
| 28. | А) Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня друзья.                                   | Б) Осуществление моих планов в будущем лишь в незначительной степени зависит от того, будут ли у меня друзья.        |
| 29. | А) Я уверен в себе.   | Б) Я не уверен в себе.   |
| 30. | А) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.   | Б) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является счастливая семейная жизнь.                                 |
| 31. | А) Я никогда не сплетничаю.   | Б) Иногда мне нравится сплетничать.  |
| 32. | А) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.  | Б) Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.   |
| 33. | А) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему.   | Б) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему.                                   |
| 34. | А) Иногда мне трудно быть искренним даже тогда, когда мне этого хочется.  | Б) Мне всегда удается быть искренним, когда мне этого хочется.   |
| 35. | А) Меня редко беспокоит чувство вины.   | Б) Меня часто беспокоит чувство вины.  |
| 36. | А) Я постоянно чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение. | Б) Я не чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение. |
| 37. | А) Мне кажется, что каждый человек должен иметь представление об основных законах физики.                                   | Б) Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.  |
| 38. | А) Я считаю необходимым   | Б) Я не считаю необходимым   |

|     |  |  |
|-----|--|--|
|     | следовать правилу «не трать времени даром».  | следовать правилу «не трать времени даром».  |
| 39. | А) Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.   | Б) Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.  |
| 40. | А) Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.                 | Б) Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.                             |
| 41. | А) Я предпочитаю оставлять приятное «на потом».  | Б) Я не оставляю приятное «на потом».  |
| 42. | А) Я часто принимаю спонтанные решения.  | Б) Я редко принимаю спонтанные решения.  |
| 43. | А) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства, даже если это может привести к каким-либо неприятностям. | Б) Я стараюсь не выражать открыто своих чувств в тех случаях, когда это может привести к каким-либо неприятностям. |
| 44. | А) Я не могу сказать, что я себе нравлюсь.   | Б) Я могу сказать, что я себе нравлюсь.  |
| 45. | А) Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах.  | Б) Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.  |
| 46. | А) Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в общении с другими свое недовольство ими.           | Б) Мне кажется, что в общении с другими люди должны скрывать свое недовольство ими.                                |
| 47. | А) Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди.                            | Б) Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя другие люди.                                     |
| 48. | А) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимым для настоящего ученого.      | Б) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.                                 |

|     |   |  |
|-----|---|--|
| 49. | А) При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей.                       | Б) Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.   |
| 50. | А) Мне бывает трудно отличить любовь от простого сексуального влечения.                                     | Б) Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.                                       |
| 51. | А) Меня постоянно волнует проблема самоусовершенствования.  | Б) Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.  |
| 52. | А) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.   | Б) Достижение счастья – это главная цель человеческих отношений.                                   |
| 53. | А) Мне кажется, я могу вполне доверять своим собственным оценкам.   | Б) Мне кажется, я не могу доверять в полной мере своим собственным оценкам.                        |
| 54. | А) При необходимости человек может достаточно легко избавиться от своих привычек.                           | Б) Человеку крайне трудно избавиться от своих привычек.  |
| 55. | А) Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого.  | Б) Мои чувства никогда не повергают меня в недоумение.   |
| 56. | А) В некоторых случаях я считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным. | Б) Я никогда не считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным. |
| 57. | А) Можно судить со стороны, насколько счастливо складываются отношения между людьми.                        | Б) Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько удачно складываются отношения между людьми.      |
| 58. | А) Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по   | Б) Я думаю, что лучше прочесть какую-либо новую книгу, чем   |

|     |   |  |
|-----|---|--|
|     | несколько раз.  | возвращаться к уже прочитанному.   |
| 59. | А) Я очень увлечен своей работой.   | Б) Я не могу сказать, что увлечен своей работой.   |
| 60. | А) Я недоволен своим прошлым.   | Б) Я доволен своим прошлым.  |
| 61. | А) Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду.  | Б) Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.  |
| 62. | А) Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.                      | Б) Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.  |
| 63. | А) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают излишне бестактны. | Б) Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и поэтому может оправдать бестактность. |
| 64. | А) Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.                        | Б) Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.  |
| 65. | А) Я чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.                     | Б) Я не чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.   |
| 66. | А) Интерес к самому себе всегда необходим для человека.   | Б) Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.   |
| 67. | А) Иногда я боюсь быть самим собой.   | Б) Я никогда не боюсь быть самим собой.  |
| 68. | А) Большая часть того, что мне приходится делать, доставляет мне удовольствие.                  | Б) Лишь немного из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.   |
| 69. | А) Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках.                  | Б) Не только тщеславные люди думают о своих достоинствах.  |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 70. | А) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.                                | Б) Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.   |
| 71. | А) Человек должен раскаиваться в своих поступках.  | Б) Человек совсем не обязательно должен раскаиваться в своих поступках.   |
| 72. | А) Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств.  | Б) Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.  |
| 73. | А) В большинстве ситуаций я, прежде всего, хочу понять, чего хочу я сам.                               | Б) В большинстве ситуаций я, прежде всего, пытаюсь понять, чего хотят окружающие.   |
| 74. | А) Я стараюсь никогда не быть «белой вороной».   | Б) Я позволяю себе быть «белой вороной».  |
| 75. | А) Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим.                             | Б) Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.   |
| 76. | А) Мое прошлое в значительной степени определяет мое будущее.  | Б) Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.  |
| 77. | А) Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.                        | Б) Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.  |
| 78. | А) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы, так как они приносят пользу людям. | Б) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы хотя бы тем, что они доставляют человеку эмоциональное удовлетворение. |
| 79. | А) Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.                                       | Б) Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.   |



|     |   |  |
|-----|---|--|
| 80. | А) Я доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.                              | Б) Я не доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.                              |
| 81. | А) Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья.                           | Б) Пожалуй, я не могу сказать, что я живу с ощущением счастья.                           |
| 82. | А) Довольно часто мне бывает скучно.  | Б) Мне никогда не бывает скучно.   |
| 83. | А) Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно. | Б) Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.  |
| 84. | А) Я легко принимаю рискованные решения.  | Б) Обычно мне бывает трудно принимать рискованные решения.                               |
| 85. | А) Я стараюсь во всем и всегда поступать честно.                                      | Б) Иногда я считаю возможным мошенничать.  |
| 86. | А) Я готов примириться со своими ошибками.  | Б) Мне трудно примириться со своими ошибками.  |
| 87. | А) Обычно я чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.                       | Б) Обычно я не чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.                       |
| 88. | А) Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.         | Б) Детям не обязательно осознавать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых. |
| 89. | А) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.                   | Б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.            |
| 90. | А) Я думаю, что большинству людей можно доверять.                                     | Б) Я думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.                       |
| 91. | А) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне как единое                         | Б) Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и                          |

|      | целое.  | будущим.  |
|------|---|---|
| 92.  | А) Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими неудобствами. | Б) Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортабельных условиях.               |
| 93.  | А) Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю.                                   | Б) Мне почти никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.                    |
| 94.  | А) Людям от природы свойственно понимать друг друга.  | Б) По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.    |
| 95.  | А) Мне никогда не нравятся сальные шутки.   | Б) Мне иногда нравятся сальные шутки.   |
| 96.  | А) Меня любят потому, что я сам способен любить.  | Б) Меня любят потому, что я стараюсь заслужить любовь окружающих.                     |
| 97.  | А) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.         | Б) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.  |
| 98.  | А) Я чувствую себя уверенным в отношениях с другими людьми.                                     | Б) Я чувствую себя неуверенным в отношениях с другими людьми.                         |
| 99.  | А) Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих.                     | Б) Защищая собственные интересы, люди обычно не забывают интересы окружающих.         |
| 100. | А) Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.                     | Б) Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации. |
| 101. | А) Я считаю, что способность к творчеству – природное свойство человека.                        | Б) Я считаю, что далеко не все люди одарены природой способностью к творчеству.       |
| 102. | А) Обычно я не расстраиваюсь, если  | Б) Я часто расстраиваюсь, если мне не   |

|      |   |   |
|------|---|---|
|      | мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.  | удается добиться совершенства в чем-либо.                                     |
| 103. | А) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.  | Б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.                              |
| 104. | А) Мне легко смириться со своими слабостями.  | Б) Мне трудно смириться со своими слабостями.                                 |
| 105. | А) Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.                        | Б) Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю. |
| 106. | А) Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.                              | Б) Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.          |
| 107. | А) Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько это необходимо. | Б) Человек должен всегда заниматься только тем, что ему интересно.            |
| 108. | А) Я могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.                            | Б) Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.     |
| 109. | А) Иногда я не против того, чтобы мной командовали.   | Б) Мне никогда не нравится, когда мной командуют.                             |
| 110. | А) Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.                                      | Б) Мне не легко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.               |
| 111. | А) Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность.   | Б) Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.                              |
| 112. | А) Наибольшее удовлетворение человек получает, добившись желаемого результата в работе.           | Б) Наибольшее удовлетворение человек получает в самом процессе работы.        |
| 113. | А) О человеке никогда с уверенностью нельзя сказать,  | Б) Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.                       |

|      |   |   |
|------|---|---|
|      | добрый он или злой.   |   |
| 114. | А) Я почти всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия. | Б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия. |
| 115. | А) Люди часто раздражают меня.  | Б) Люди редко раздражают меня.  |
| 116. | А) Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг.                               | Б) Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.                         |
| 117. | А) Зрелый человек всегда должен осознавать причины каждого своего поступка.                         | Б) Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.              |
| 118. | А) Я воспринимаю себя таким, каким видят меня окружающие.   | Б) Я вижу себя не совсем таким, каким видят меня окружающие.  |
| 119. | А) Бывает, что я стыжусь своих чувств.  | Б) Я никогда не стыжусь своих чувств.   |
| 120. | А) Мне нравится участвовать в жарких спорах.  | Б) Мне не нравится участвовать в жарких спорах.   |
| 121. | А) У меня не хватает времени на то, чтобы следить за новинками в мире искусства и литературы.       | Б) Я постоянно слежу за новинками в мире искусства и литературы.  |
| 122. | А) Мне всегда удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.          | Б) Мне не часто удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.            |
| 123. | А) Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.              | Б) Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.                  |
| 124. | А) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой   | Б) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью,                                |

|      |   |   |
|------|---|---|
|      | деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области. | человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области. |
| 125. | А) Я боюсь неудач.  | Б) Я не боюсь неудач.   |
| 126. | А) Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.               | Б) Меня редко беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.         |

### ***Обработка результатов***

Предельное значение параметров – свидетельствует о слишком сильном влиянии на результат обследования фактора социальной желательности или о намерении испытуемых выглядеть в наиболее благоприятном свете.

### ***Ключ***

Каждый ответ респондента, совпадающий с вариантом, указанным в ключах, оценивается в 1 балл. Затем подсчитывается сумма баллов, набранных испытуемым по каждой шкале.

#### ***Базовые шкалы:***

**Шкала Ориентации во времени (Тс):** 11а, 16б, 18б, 21а, 28б, 38б, 40б, 41б, 45б, 60б, 64б, 71б, 76б, 82б, 91а, 106б, 126б

**Шкала Поддержки (I):** 1б, 2б, 3а, 4а, 5б, 7б, 8а, 9а, 10а, 12б, 14б, 15б, 17а, 19а, 22б, 23а, 25б, 26б, 27б, 29а, 31б, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 39б, 42а, 43а, 44б, 46а, 47б, 49б, 50б, 51б, 52а, 53а, 55а, 56а, 57б, 59а, 61б, 62б, 65б, 66а, 67б, 68а, 69б, 70а, 72б, 73а, 74б, 75б, 77а, 79б, 80а, 81а, 83а, 85б, 86а, 87б, 88б, 89б, 90а, 93а, 94а, 95б, 96а, 97а, 98а, 99б, 100а, 102а, 103б, 104а, 105б, 108б, 109а, 110а, 111б, 113а, 114а, 115а, 116б, 117б, 118а, 119б, 120а, 122а, 123б, 125б.

#### ***Дополнительные шкалы:***

**1. Шкала Ценностной ориентации (SAV):** 17а, 29а, 42а, 49б, 50б, 53а, 56а, 59а, 67б, 68а, 69б, 80а, 81а, 90а, 93а, 97а, 99б, 113а, 114а, 122а.

**2. Шкала Гибкости поведения (Ex):** 3а, 9а, 12б, 33б, 36б, 38б, 40б, 47б, 50б, 51б, 61б, 62б, 65б, 68а, 70а, 74б, 82б, 85б, 95б, 97а, 99б, 102а, 105б, 123б.

**3. Шкала Сензитивности (Fr):** 2б, 5б, 10а, 43а, 46а, 55а, 73а, 77а, 83а, 89б, 103б, 119б, 122а.

**4. Шкала Спонтанности (S):** 5б, 14б, 15б, 26б, 42а, 62б, 67б, 74б, 77а, 80а, 81а, 83а, 95б, 114а.

**5. Шкала Самоуважения (Sr):** 2б, 3а, 7б, 23а, 29а, 44б, 53а, 66а, 69б, 98а, 100а, 102а, 106б, 114а, 122а.

**6. Шкала Самопринятия (Sa):** 1б, 8а, 14б, 22б, 31б, 32а, 34а, 39б, 53а, 61б, 71б, 75б, 86а, 87б, 104а, 105б, 106б, 110а, 111б, 116б, 125б.

**7. Шкала Представлений о природе человека (Nc):** 23а, 25б, 27б, 50б, 66а, 90а, 94а, 97а, 99б, 113а.

**8. Шкала Синергии (Sy):** 50б, 68а, 91б, 93а, 97а, 99б, 113а.

**9. Шкала Принятия агрессии (A):** 5б, 8а, 10а, 15б, 19а, 29а, 39б, 43а, 46а, 56а, 57б, 67б, 85б, 93а, 94а, 115а.

**10. Шкала Контактности (C):** 5б, 7б, 17а, 26б, 33б, 36б, 46а, 65б, 70а, 73а, 74б, 75б, 79б, 96а, 99б, 103б, 108б, 109а, 120а, 123б.

**11. Шкала Познавательных потребностей (Cog):** 13а, 20б, 37а, 48а, 63б, 66а, 78б, 82б, 92а, 107б, 121б.

**12. Шкала Креативности (Cr):** 6б, 24а, 30а, 42а, 54а, 58а, 59а, 68а, 84а, 101а, 105б, 112б, 123б, 124б.

### ***Интерпретация результатов***

В зависимости от целей использования тест может быть интерпретирован полностью или частично. Интерпретация результатов обследования производится в соответствии с приведенным ниже описанием шкал САТ.

#### ***Базовые шкалы:***

**Шкала Ориентации во времени (Tc)** включает 17 пунктов. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, во-первых, о способности субъекта жить

настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не просто как фатальное следствие прошлого или подготовку к будущей «настоящей жизни»; во-вторых, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной. Именно такое мироощущение, психологическое восприятие времени субъектом свидетельствует о высоком уровне самоактуализации личности.

Низкий балл по шкале означает ориентацию человека лишь на один из отрезков временной шкалы (прошлое, настоящее или будущее) и (или) дискретное восприятие своего жизненного пути.

**Шкала поддержки (I)** – самая большая шкала теста (91 пункт) – измеряет степень независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне («внутренняя-внешняя поддержка»). Человек, имеющий высокий балл по этой шкале, относительно независим в своих поступках, стремится руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами, что, однако, не означает враждебности к окружающим и конфронтации с групповыми нормами. Он свободен в выборе, не подвержен внешнему влиянию («изнутри направляемая» личность).

Низкий балл свидетельствует о высокой степени зависимости, конформности, несамостоятельности субъекта («извне направляемая» личность), внешнем локусе контроля.

#### *Дополнительные шкалы:*

В отличие от базовых, измеряющих глобальные характеристики самоактуализации, дополнительные шкалы ориентированы на регистрацию отдельных ее аспектов.

**1. Шкала Ценностных ориентации (SAV)** (20 пунктов) измеряет, в какой степени человек разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности (Здесь и далее высокий балл по шкале характеризует высокую степень самоактуализации).

**2. Шкала Гибкости поведения (Ex)** (24 пункта) диагностирует степень, гибкости субъекта в реализации своих ценностей в поведении, взаимодействии с окружающими людьми, способность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

*Шкалы Ценностной ориентации и Гибкости поведения, дополняя друг друга, образуют блок ценностей.* Первая шкала характеризует сами ценности, вторая – особенности их реализации в поведении.

**3. Шкала Сензитивности к себе (Fr)** (13 пунктов) определяет, в какой степени человек отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, насколько хорошо ощущает и рефлексивует их.

**4. Шкала Спонтанности (S)** (14 пунктов) измеряет способность индивида спонтанно и непосредственно выражать свои чувства. Высокий балл по этой шкале не означает отсутствия способности к продуманным, целенаправленным действиям, он лишь свидетельствует о возможности и другого, не рассчитанного заранее способа поведения, о том, что субъект не боится вести себя естественно и раскованно, демонстрировать окружающим свои эмоции.

*Шкалы 3 и 4 составляют блок чувств.* Первая определяет то, насколько человек осознает собственные чувства, вторая – в какой степени они проявляются в поведении.

**5. Шкала Самоуважения (Sr)** (15 пунктов) диагностирует способность субъекта ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них.

**6. Шкала Самопринятия (Sa)** (21 пункт) регистрирует степень принятия человеком себя таким, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков, возможно, вопреки последним.

*Шкалы 5 и 6 составляют блок самовосприятия.*

**7. Шкала Представлений о природе человека (Nc)** состоит из 10 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о склонности субъекта воспринимать природу человека в целом как положительную («люди в массе своей скорее



добры») и не считать дихотомии мужественности – женственности, рациональности – эмоциональности и т.д. антагонистическими и непреодолимыми.

**8. Шкала Синергии (Sy)** (7 пунктов) определяет способность человека к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связанности противоположностей, таких как игра и работа, телесное и духовное и др.

*Шкалы 7 и 8 очень близки по содержанию, их лучше анализировать совместно. Они составляют блок концепции человека.*

**9. Шкала Принятия агрессии (A)** состоит из 16 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о способности индивида принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы. Конечно же, речь не идет об оправдании своего антисоциального поведения.

**10. Шкала Контактности (C)** (20 пунктов) характеризует способность человека к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально-насыщенных контактов с людьми или, используя ставшую привычной в отечественной социальной психологии терминологию, к субъект-субъектному общению.

*Шкалы Принятия агрессии и Контактности составляют блок межличностной чувствительности.*

**11. Шкала Познавательных потребностей (Cog)** (11 пунктов) определяет степень выраженности у субъекта стремления к приобретению знания об окружающем мире.

**12. Шкала Креативности (Cr)** (14 пунктов) характеризует выраженность творческой направленности личности.

*Шкалы Познавательных потребностей и Креативности составляют блок отношения к познанию.*

## *Регистрационный бланк*

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ лет Пол \_\_\_\_\_ Должность \_\_\_\_\_

| Номер<br>утверждения | А | Б | Номер<br>утверждения | А | Б | Номер<br>утверждения | А | Б | Номер<br>утверждения | А | Б |
|----------------------|---|---|----------------------|---|---|----------------------|---|---|----------------------|---|---|
| 1                    |   |   | 32                   |   |   | 64                   |   |   | 96                   |   |   |
| 2                    |   |   | 33                   |   |   | 65                   |   |   | 97                   |   |   |
| 3                    |   |   | 34                   |   |   | 66                   |   |   | 98                   |   |   |
| 4                    |   |   | 35                   |   |   | 67                   |   |   | 99                   |   |   |
| 5                    |   |   | 36                   |   |   | 68                   |   |   | 100                  |   |   |
| 6                    |   |   | 37                   |   |   | 69                   |   |   | 101                  |   |   |
| 7                    |   |   | 38                   |   |   | 70                   |   |   | 102                  |   |   |
| 8                    |   |   | 39                   |   |   | 71                   |   |   | 103                  |   |   |
| 9                    |   |   | 40                   |   |   | 72                   |   |   | 104                  |   |   |
| 10                   |   |   | 41                   |   |   | 73                   |   |   | 105                  |   |   |
| 11                   |   |   | 42                   |   |   | 74                   |   |   | 106                  |   |   |
| 12                   |   |   | 43                   |   |   | 75                   |   |   | 107                  |   |   |
| 13                   |   |   | 44                   |   |   | 76                   |   |   | 108                  |   |   |
| 14                   |   |   | 45                   |   |   | 77                   |   |   | 109                  |   |   |
| 15                   |   |   | 46                   |   |   | 78                   |   |   | 110                  |   |   |
| 16                   |   |   | 47                   |   |   | 79                   |   |   | 111                  |   |   |
| 17                   |   |   | 48                   |   |   | 80                   |   |   | 112                  |   |   |
| 18                   |   |   | 49                   |   |   | 81                   |   |   | 113                  |   |   |
| 17                   |   |   | 50                   |   |   | 82                   |   |   | 114                  |   |   |
| 19                   |   |   | 51                   |   |   | 83                   |   |   | 115                  |   |   |
| 20                   |   |   | 52                   |   |   | 84                   |   |   | 116                  |   |   |
| 21                   |   |   | 53                   |   |   | 85                   |   |   | 117                  |   |   |
| 22                   |   |   | 54                   |   |   | 86                   |   |   | 118                  |   |   |
| 23                   |   |   | 55                   |   |   | 87                   |   |   | 119                  |   |   |
| 24                   |   |   | 56                   |   |   | 88                   |   |   | 120                  |   |   |
| 25                   |   |   | 57                   |   |   | 89                   |   |   | 121                  |   |   |
| 26                   |   |   | 58                   |   |   | 90                   |   |   | 122                  |   |   |
| 27                   |   |   | 59                   |   |   | 91                   |   |   | 123                  |   |   |
| 28                   |   |   | 60                   |   |   | 92                   |   |   | 124                  |   |   |
| 29                   |   |   | 61                   |   |   | 93                   |   |   | 125                  |   |   |
| 30                   |   |   | 62                   |   |   | 94                   |   |   | 126                  |   |   |
| 31                   |   |   | 63                   |   |   | 95                   |   |   |                      |   |   |

**2. Опросник на определение уровня психического выгорания (МВІ)**  
**(Авторы методики: американские психологи К. Маслач и С. Джексон.**  
**Данный вариант адаптирован Н.Е. Водопьяновой)<sup>31,32</sup>**

**Инструкция:** Ответьте, пожалуйста, как часто Вы испытываете чувства, перечисленные ниже в опроснике. Для этого на бланке для ответов отметьте по каждому пункту позицию, которая соответствует частоте Ваших мыслей и переживаний: «никогда», «очень редко», «иногда», «часто», «очень часто», «каждый день».

**Регистрационный бланк**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ лет Пол \_\_\_\_\_ Должность \_\_\_\_\_

| Вопросы  | Никогда | Очень редко | Иногда | Часто | Очень часто | Каждый день |
|--|---------|-------------|--------|-------|-------------|-------------|
| 1. Я чувствую себя эмоционально опустошенным   |         |             |        |       |             |             |
| 2. После работы я чувствую себя, как «выжатый лимон»   |         |             |        |       |             |             |
| 3. Утром я чувствую усталость и нежелание идти на работу   |         |             |        |       |             |             |
| 4. Я хорошо понимаю, что чувствуют мои коллеги и стараюсь учитывать это в интересах дела           |         |             |        |       |             |             |
| 5. Я чувствую, что общаюсь с некоторыми коллегами без теплоты и расположения к ним                 |         |             |        |       |             |             |
| 6. После работы мне на некоторое время хочется уединиться  |         |             |        |       |             |             |
| 7. Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях, возникающих при общении с коллегами |         |             |        |       |             |             |

<sup>31</sup> Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, адаптировано Н.Е. Водопьяновой) [Электронный ресурс] / Инф. портал «Социальная сеть работников образования», 2017. URL: <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2017/06/14/metodika-dagnostika-professionalnogo-vygoraniya-k> (дата обращения: 21.02.2020).

<sup>32</sup> Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. - С-М., 2002. - С.360-362.

|   |  |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 8. Я чувствую угнетенность и апатию   |  |  |  |  |  |  |
| 9. Я уверена, что моя работа нужна людям  |  |  |  |  |  |  |
| 10. В последнее время я стала более черствой по отношению к тем, с кем я работаю  |  |  |  |  |  |  |
| 11. Я замечаю, что моя работа ожесточает меня   |  |  |  |  |  |  |
| 12. У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление   |  |  |  |  |  |  |
| 13. Моя работа все больше меня разочаровывает   |  |  |  |  |  |  |
| 14. Мне кажется, что я слишком много работаю  |  |  |  |  |  |  |
| 15. Бывает, что мне действительно безразлично то, что происходит с некоторыми моими подчиненными/ воспитанниками и коллегам   |  |  |  |  |  |  |
| 16. Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и всех  |  |  |  |  |  |  |
| 17. Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества в коллективе   |  |  |  |  |  |  |
| 18. Во время работы я чувствую приятное оживление   |  |  |  |  |  |  |
| 19. Благодаря своей работе я уже сделал в жизни много действительно ценного   |  |  |  |  |  |  |
| 20. Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня в моей работе                                       |  |  |  |  |  |  |
| 21. На работе я спокойно справляюсь с эмоциональными проблемам  |  |  |  |  |  |  |
| 22. В последнее время мне кажется, что коллеги и подчиненные все чаще перекадывают на меня груз своих проблем и обязанностей. |  |  |  |  |  |  |

### **Обработка результатов**

Опросник имеет 3 шкалы «психоэмоциональное истощение» (9 утверждений), «деперсонализация» (5 утверждений) и «редукция личных достижений» (8 утверждений). Ответы испытуемого оцениваются: 0 баллов –

«никогда», 1 балл – «очень редко», 3 балла – «иногда», 4 балла – «часто», 5 баллов – «очень часто», 6 баллов – «каждый день».

### **Ключ**

**«Психоэмоциональное истощение»** – ответы «да» по пунктам 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20 (максимальная сумма баллов – 54).

**«Деперсонализация»** – ответы «да» по пунктам 5, 10, 11, 15, 22 (максимальная сумма баллов – 30).

**«Редукция личных достижений»** – ответы да по пунктам 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21 (максимальная сумма баллов – 48).

Чем больше сумма баллов по первой и второй шкале в отдельности, тем больше у обследуемого выражены различные стороны «выгорания».

Чем меньше сумма баллов по третьей шкале, тем меньше профессиональное «выгорание».

*Таблица норм*

| Компонент  | Крайне низкие           | Низкие значения          | Средние значения | Высокие значения         | Крайне высокие          |
|--|-------------------------|--------------------------|------------------|--------------------------|-------------------------|
| «Психоэмоциональное истощение»                               | <b>0 - 10</b>           | <b>11 - 20</b>           | <b>21 - 30</b>   | <b>31 - 40</b>           | <b>41 - 54</b>          |
| «Деперсонализация»<br>(личностное отдаление)                 | <b>0 - 5</b>            | <b>6 - 11</b>            | <b>12 - 17</b>   | <b>18 - 23</b>           | <b>24 - 30</b>          |
| «Редукция личных достижений»<br>(профессиональная мотивация) | 39 – 48<br><b>0 - 8</b> | 29 – 38<br><b>9 - 18</b> | <b>19 – 28</b>   | 9 – 18<br><b>29 - 38</b> | 0 – 8<br><b>39 - 48</b> |
| <b><i>Психическое выгорание</i></b>                          | <b>0 - 23</b>           | <b>24 - 49</b>           | <b>50 - 75</b>   | <b>76 - 101</b>          | <b>102 - 132</b>        |

Для подсчета индекса **«психического выгорания»** значения по всем трём компонентам («психоэмоциональное истощение», «деперсонализация», «редукция личных достижений») суммируются.

Однако по третьему компоненту «Редукция личных достижений» при определении итогового индекса используются его обратные значения (в таблице они указаны жирным шрифтом).

Содержательные характеристики шкал:

**«Психоэмоциональное истощение»** - процесс истощения эмоциональных, физических, энергетических ресурсов профессионала, работающего с людьми. Истощение проявляется в хроническом эмоциональном и физическом утомлении, равнодушии и холодности по отношению к окружающим с признаками депрессии и раздражительности.

**«Деперсонализация» (личностное отдаление)** - специфическая форма социальной дезадаптации профессионала, работающего с людьми. Личностное отдаление проявляется в уменьшении количества контактов с окружающими, повышении раздражительности и нетерпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к другим людям.

**«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)** – снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Возникновение чувства вины за собственные негативные проявления или чувства, снижение профессиональной и личной самооценки, появление чувства собственной несостоятельности, безразличия к работе. Снижение уровня рабочей мотивации и энтузиазма по отношению к работе альтруистического содержания. Состояние мотивационной сферы оценивается таким показателем, как продуктивность профессиональной деятельности, оптимизм и заинтересованность в работе, самооценка профессиональной компетентности и степени успешности в работе с людьми.

### 3. Тест по оценке способности педагога к эмпатии

(И.М. Юсупов)

**Инструкция:** Для выявления уровня эмпатийных тенденций необходимо, отвечая (соглашаясь или нет) на каждое из 36 утверждений, оценивать ответы следующим образом: при ответе: «не знаю» – 0 баллов, «нет, никогда» – 1, «иногда» – 2, «часто» – 3, «почти всегда» – 4 и при ответе: «да, всегда» – 5 баллов. Отвечать нужно на все пункты.

#### *Текст опросника*

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.
4. Среди всех музыкальных телепередач предпочитаю «Современные ритмы».
5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.
9. Когда я в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.
11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами,
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были неправы.

14. Если лошадь плохо тянет, ее надо хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, будто это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.
19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.
23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-нибудь помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.
32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.



33. Молодежь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.

34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники были так задумчивы.

35. Беспорядочных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.

36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

### ***Обработка результатов***

Подсчитывается сумма баллов. Но прежде нужно проверить степень откровенности обследуемого. Если он ответил «не знаю» на утверждения под номерами 3, 9, 11, 13, 28, 36 и «да, всегда» на утверждения 11, 13, 15 и 27, то это свидетельствует о его желании выглядеть лучше и о недостаточной откровенности. Результатам тестирования можно доверять, если опрошиваемый дал не больше трех неискренних ответов.

При сумме от 82 до 90 баллов у человека очень высокий уровень эмпатийности, от 63 до 81 балла – **высокий уровень**, от 37 до 62 баллов – **средний уровень**, от 12 до 36 баллов – **низкий уровень**, 11 баллов и менее – очень низкий уровень эмпатийности.

#### **4. Опросник «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления»<sup>33</sup>**

**(И.Г. Сизова, С.И. Филиппченкова)**

**Инструкция:** Вам предлагается несколько вопросов об особенностях Вашего поведения и Ваших чувств. На прилагаемом регистрационном бланке ответов после номера вопроса приводятся варианты ответов: «никогда», «иногда», «трудно сказать», «часто», «очень часто». Вы выбираете один из вариантов ответа, в зависимости от того, насколько часто в Вашей жизни встречаются такие переживания и поведение, и в соответствующей графе ставите знак «+». Работайте быстро, не тратя слишком много времени на обдумывание вопросов, так как наиболее интересна Ваша первая реакция, а не результат слишком долгих размышлений. Помните, что отвечать нужно на каждый вопрос, не пропуская ни одного. Здесь нет хороших или плохих ответов. Это не испытание Ваших способностей, а лишь выявление особенностей Вашего поведения.

##### ***Текст опросника***

1. В рискованной ситуации, прежде чем принять решение, я тщательно продумываю и анализирую свои действия.
2. Случается, что я представляю себя актёром и начинаю играть роль, что помогает мне в трудной ситуации.
3. В безвыходной ситуации легче думать, что ничего не случилось.
4. Я считаю, что все ситуации в принципе разрешимы.
5. Я думаю, со мной ничего плохого случиться не может.
6. В случае неразрешимой проблемы я чаще всего отказываюсь от своих целей и ставлю перед собой менее сложные задачи.
7. В трудной ситуации мысль о моих успехах и достижениях в жизни поддерживает меня.

---

<sup>33</sup> Опросник «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления» (И.Г. Сизова, С.И. Филиппченкова) [Электронный ресурс] / Энциклопедия психодиагностики «Psylab». URL: <https://cutt.ly/ey9EubY> (дата обращения: 21.02.2020).

8. Я задумывался о том, что буду делать в случае войны или землетрясения.
9. Удары и превратности судьбы я испытывал на себе.
10. Когда люди попадают в больницу, они получают возможность для отдыха, соблюдения диеты, размышлений.
11. Если человек, болеющий раком или СПИДом, поверит в то, что он может полностью излечиться, то это произойдёт.
12. В случае неудачи людям свойственно вспоминать о своих менее удачливых друзьях и соседях, которые не имеют даже малого.
13. Я думаю, что для успеха в жизни важно иметь удачливых партнёров – баловней судьбы.
14. В трудной ситуации я проигрываю в уме все свои шаги и намечаю цели, которых хочу добиться.
15. С любым человеком, независимо от его качеств, могут произойти тяжёлые и трагические события.
16. Я считаю, что жизнь потеряет смысл, если перестанет каждую минуту пробовать нас на прочность.
17. Вспоминая трудности, я думаю о том, что ни один человек не испытывал того, что я испытал.
18. В случае неудачи я никогда не отказываюсь от своих целей и всегда стремлюсь достичь их любой ценой.
19. Если я терплю поражение, то мысль о моих успехах даёт мне силы.
20. Часто я думаю о тех испытаниях, что ждут любого человека в жизни, и представляю своё поведение в них.
21. В жизни бывают случаи, когда лишь отказ поверить в случившееся помогает выжить.
22. В любой группе для достижения успеха должен быть «талисман» - человек, которому улыбается судьба.

23. Чтобы изменить мир и добиться успеха, нужно в первую очередь изменить себя.
24. Немало смертельно больных людей излечивалось чудесным образом.
25. Когда я оказываюсь в проигрыше, я думаю о том, что мои проблемы – ничто по сравнению с войной и стихийными бедствиями.
26. Я стараюсь избегать ситуаций, подобных той, в которой я когда-то оказался не на высоте.
27. С трудной ситуацией легче справиться, если тщательно продумать план своих дальнейших действий.
28. Я с тревогой думаю о том, что в любой момент с моими близкими может произойти несчастье.
29. Успех в жизни во многом зависит от способностей человека и прилагаемых им усилий.
30. Думая о будущем, люди стремятся представить своё поведение в случае несчастья.
31. Люди несчастны оттого, что они не могут достичь невозможного.
32. Из любого безвыходного положения можно найти выход, если верить в это.
33. С трудной ситуацией легче справиться, если не думать о ней.
34. Мне кажется, что ни один человек на земле не знает больше горя, чем знаю я.
35. В безвыходной ситуации для обретения уверенности в себе я вспоминаю о людях, у которых гораздо больше сложностей в жизни.
36. Когда мне тяжело, я вспоминаю всё то хорошее, что имею в жизни.
37. Бывает, что я попадаю в трудные или безвыходные ситуации.
38. Я стараюсь, чтобы меня окружали удачливые люди.
39. Любую неудачу я воспринимаю как новый шанс добиться успеха.

40. Если у меня возникает проблема с руководством, я всегда стараюсь нейтрализовать конфликт, изменить мнение начальника, убеждая и аргументируя свою позицию.

41. В ситуации, когда трудно добиться успеха, я вспоминаю о неудачниках, которые не могут добиться в жизни даже того, что есть у меня.

42. Строя жизненные планы я думаю о том, как предотвратить несчастливые повороты судьбы.

43. В тяжёлых трагических обстоятельствах необходимо жить так, как будто ничего не произошло.

44. Для преодоления трудностей я думаю о том, как бы на моём месте поступил мой любимый герой, и пытаюсь действовать так же.

45. Я думаю, что произойдёт, если я вдруг останусь без близких мне людей.

46. Мне кажется, что ни один человек не страдал в жизни так, как страдал я.

47. Нам всем следовало бы иногда полагаться на счастливое провидение.

48. Если меня постигает неудача, чаще всего я пересматриваю свои возможности и ставлю другие цели.

49. Я думаю, что трудности в жизни – это вызов судьбы.

50. Успех в жизни всегда сопутствует тем, кто принадлежит к крупной и могущественной организации.

51. Если в жизни меня постигает неудача, я вспоминаю о том, чего достиг и чем могу гордиться.

52. Я могу отказаться от выгодного предложения, чтобы избежать связанных с ним осложнений и проблем.

53. Если я обманываюсь в своих ожиданиях, то ставлю перед собой реалистичные цели.

### **Обработка результатов**

Баллы подсчитываются по следующей схеме: «никогда» - 0 баллов, «иногда» - 1 балл, «трудно сказать» - 2 балла, «часто» - 3 балла, «очень часто» - 4 балла. Таким образом, по каждой стратегии можно набрать от 0 до 16 баллов.

### **Ключ**

| <b>Код стратегии</b>  | <b>Название стратегии</b>               | <b>Номера утверждений</b> |
|---|---|---------------------------|
| <b>Конструктивные преобразующие стратегии</b>                 |   |                           |
| C1.   | Когнитивная репетиция                   | 1, 14, 40, 27             |
| C2.   | Коррекция ожиданий и надежд             | 6, 18, 31, 48, 53         |
| C3.   | Идущее вниз сравнение                   | 12, 25, 41, 35            |
| C4.   | Идущее вверх сравнение                  | 7, 19, 36, 51             |
| C5.   | Антиципирующее преодоление              | 8, 20, 30, 42             |
| C6.   | Предвосхищающая печаль                  | 5*, 15, 28, 45            |
| <b>Конструктивные приспособительные стратегии преодоления</b> |   |                           |
| C7.   | Позитивное истолкование ситуации        | 10, 16, 39, 49            |
| C8.   | Придание нетривиального смысла ситуации | 9, 17, 34, 46             |
| C9.   | Изменение личностных свойств            | 2, 23, 29, 44             |
| C10.  | Идентификация со счастливыми            | 13, 2, 38, 50             |
| <b>Неконструктивные стратегии преодоления</b>                 |   |                           |

|      |                                      |                |
|------|--------------------------------------|----------------|
| C11. | Фиксированная на эмоциях стратегия   | 11, 24, 32, 47 |
| C12. | Уход или бегство из трудной ситуации | 4*, 26, 37, 52 |
| C13. | Стратегия отрицания                  | 3, 21, 33, 43  |

\* — *обратный вопрос*, т.е. «никогда» - 4 баллов, «иногда» - 3 балла, «трудно сказать» - 2 балла, «часто» - 1 балла, «очень часто» - 0 балла.

### *Интегральные показатели*

**A – конструктивные преобразующие стратегии копинга:**

$$A=(C1+C2+C3+C4+C5+C6)/6$$

**B – конструктивные приспособительные стратегии копинга:**

$$B=(C7+C8+C9+C10)/4$$

**C – неконструктивные стратегии копинга:**

$$C=(C11+C12+C13)/3$$

**K – коэффициент конструктивности:**

$$(A+B)/(A+B+C).$$

По каждой стратегии преодоления предполагаются следующие нормы:

- 0-4 балла – никогда не используемая стратегия;
- 5-7 баллов – редко используемая стратегия;
- 8-11 баллов – часто используемая стратегия;
- 12-16 баллов – очень часто используемая стратегия (на уровне стереотипа).

•

### *Описание стратегий*

Каждый из классов копинг-поведения включает в себя несколько стратегий. Конструктивные стратегии преодоления являются активным преобразованием трудных жизненных условий. Это преобразование может быть направлено на ситуацию, и тогда говорят о конструктивных

преобразующих стратегиях преодоления. Либо, попав в трудную ситуацию, человек приходит к выводу, что только намеренное, сознательное изменение им своих особенностей может привести к благополучию. В этом случае говорят о конструктивных приспособительных стратегиях преодоления (соответственно аналог симптомо-фокусированных стратегий).

*Конструктивными преобразующими* стратегиями преодоления являются следующие:

1. **«Когнитивная репетиция».** Приняв решение о возможности позитивного изменения трудной ситуации, субъект начинает формировать её как проблему, он определяет конечную и промежуточные цели, намечает план решения, определяет способы достижения цели. Затем проигрывает в уме свои действия и их возможные последствия. После этого человек может попытаться практически решить трудную ситуацию по намеченному плану. Иногда он не использует практические действия, а заменяет их вербальными формами реагирования.

4. **«Коррекция ожиданий и надежд».** Во многих случаях продолжительные, но неудачные попытки преобразовать травмирующую ситуацию приводят человека к тому, что все его ресурсы оказываются исчерпанными, наблюдается предельное оскудение ценностного содержания сознания. Обычно деятельность начинает побуждаться только той единственной ценностью, которая составляет суть проблемы. Человек пытается также создать новую систему психологической регуляции. Саморегуляция на какое-то время занимает центральное место в поведении человека и является самостоятельной деятельностью. Такая перестройка даёт субъекту шанс справиться со стрессовой ситуацией. Но проблема может остаться нерешённой. В этом случае человек вынужден признать, что потерпел неудачу. Поражение несёт за собой снижение самооценки, требует пересмотра позитивного отношения к себе. Всё это крайне болезненно для человека, в таких случаях он отказывается временно от поставленной цели и



снижает планку своих намерений. Человек ставит перед собой менее сложные задачи и прикладывает усилия для их достижения.

5. **«Идущее вниз сравнение».** Стратегия ориентирована на восстановление позитивного отношения к себе, чувства личного благополучия. Она часто используется людьми, попавшими в безвыходное положение. Применяя её, человек сравнивает себя с людьми, находящимися в ещё более незавидном положении.

6. **«Идущее вверх сравнение».** Человек для восстановления позитивного отношения к себе и сохранения самооценки может прибегнуть к данной стратегии и вспомнить о своих успехах в других областях и ситуациях. Человек вспоминает всё то хорошее, что он имеет в жизни, все те достижения, которыми он может гордиться. Этот приём обесценивает неудачу, не требует негативной перестройки отношения к себе.

7. **«Антиципирующее преодоление».** Эта стратегия позволяет человеку психологически подготовиться к возможным нелёгким испытаниям и заранее наметить способы предотвращения трудностей. Человек начинает думать о тех негативных изменениях в жизни, которые могут произойти с ним, и представлять своё поведение в них.

8. **«Предвосхищающая печаль».** Человек начинает думать о том, что произойдёт, если он вдруг останется без близких людей или лишится одного из родственников. Это является мощной психологической защитой в случае, если данное событие произойдёт в реальной действительности.

*Конструктивные приспособительные стратегии* включают изменение собственных характеристик и отношения к ситуации. К ним относятся следующие.

1. **«Позитивное истолкование».** Стратегия часто используется людьми, которые в случае неудачи говорят о том, что для них это новый шанс добиться успеха, и жизнь тем и интересна, что постоянно пробует их на прочность, предлагая всё новые и новые испытания.

2. **«Придание ситуации нетривиального смысла».** Человек может сказать о том, что никто другой не страдал в жизни и не видел больше горя, чем он. В таком случае трудное положение оказывается для него просто ещё одним испытанием, выпавшим на его долю, и тем самым оно утрачивает свой резко негативный смысл.

3. **«Изменение личностных свойств».** Стратегия, направленная на изменение собственных характеристик личности. В трудной ситуации, чтобы не снизить самооценку и не относить неудачу к самому себе, человек зачастую принимает на себя определённую роль и ведёт себя в соответствии с этой ролью. Ролевое поведение является одним из эффективных примеров преодоления трудностей человеком с некоторыми нежелательными чертами личности, например, застенчивостью. Вместе с тем он выявляет влияние роли на личность. Как бы ни отчуждал от себя человек разыгрываемую им роль, она всё равно изменяет личность.

4. **«Идентификация со счастливыми».** К этой стратегии прибегают люди, перенесшие много неудач и разочарований, причину которых они видят в отсутствии у себя качества удачливости. Обычно это очень суеверные люди, придающие особое значение народным приметам. Идентифицируясь с преуспевающими людьми, «неудачники» как бы дополняют себя особыми способностями. Им важно, чтобы их окружали удачливые люди. Они верят в то, что для достижения успеха в любой группе должен быть «талисман» - человек, которому «улыбается судьба». Становясь функционерами авторитетных организаций, такие люди не только получают право говорить «о наших успехах», они на самом деле начинают ощущать себя сильными и действуют более уверенно.

При использовании *неконструктивных стратегий* субъект остаётся пассивным и считает негативные события неустранимыми. Эти стратегии направлены на борьбу с эмоциональными нарушениями, вызванными травмирующим событием, поэтому их называют эмоционально-фокусированными.

1. **«Фиксированная на эмоциях стратегия»** - это стратегия психологической борьбы с негативными эмоциями и болезненными ощущениями. Человек не может ни практически преобразовывать ситуацию, ни уйти от источника опасности и страдания. Такие ситуации часто возникают в сфере здоровья. И тогда человек «не замечает» симптомов болезни, старается относиться с юмором к своему положению, надеется на помощь сверхъестественных сил. Примерами этой стратегии могут служить случаи, когда люди верят в то, что смертельно больные люди излечиваются чудесным образом, что одним желанием выздороветь, поверив в излечение, можно искоренить смертельную болезнь. Эти приёмы неконструктивны в том, что не устраняют трудную проблему, но всё же они адаптивны, поскольку облегчают психологическое состояние человека.

2. **«Уход или бегство из трудной ситуации».** Эта стратегия может осуществляться не только в практической, но и в чисто психологической форме – путём внутреннего отчуждения от ситуации или подавления мыслей о ней. Субъекты «ухода» - это индивиды, пережившие много разочарований и неудач. Будучи достаточно способными, они могут от казаться от повышения по службе и заманчивого предложения, мотивируя это тем, что таким образом они избегут связанных с этим осложнений и проблем. Избегание всех сомнительных ситуаций становится у таких людей личной особенностью. И тогда они стараются избегать ситуации, подобной той, в которой они когда-то оказались не на высоте. Конечно, в определённых случаях такая стратегия может быть оправданной и конструктивной, но в любом случае она остаётся пассивной, без стремления человека что-либо сделать для своего благополучия.

3. **«Стратегия отрицания»** - отказ признать, что произошло травмирующее событие. Своеобразие отрицания заключается в следующем: люди знают, что произошло нечто тяжёлое, но они не переживают острых негативных чувств и ведут себя так, как будто ничего не случилось. Отрицание является психологическим барьером на пути разрушительного

проникновения трагедии во внутренний мир человека, в его ценностно-смысловую систему. Отрицание позволяет человеку перерабатывать трагические ситуации «малыми дозами», постепенно ассимилируя их смысловой сферой личности. После ассимиляции события меняется сознание человека, его отношение к миру, появляется новая оценка жизни и собственных возможностей, в его сознании увеличивается пространство личного будущего. Это является адаптивным компонентом в данной, в целом неконструктивной стратегии преодоления.

## 5. Копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкмана<sup>34</sup>

(адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой)

**Инструкция:** Выберите категорию для заполнения пропуска в утверждениях.

|    | Оказавшись в трудной ситуации, я ...   | никогда | редко | иногда | часто |
|----|--|---------|-------|--------|-------|
| 1  | ... сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше – на следующем шаге                      | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 2  | ... начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное - делать хоть что-нибудь | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 3  | ... пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение                                | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 4  | ... говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 5  | ... критиковал и укорял себя   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 6  | ... пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть                                      | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 7  | ... надеялся на чудо   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 8  | ... смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 9  | ... вел себя, как будто ничего не произошло  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 10 | ... старался не показывать своих чувств  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 11 | ... пытался увидеть в ситуации что-то положительное  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 12 | ... спал больше обычного   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 13 | ... срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 14 | ... искал сочувствия и понимания у кого-нибудь   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 15 | ... во мне возникла потребность выразить себя творчески  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 16 | ... пытался забыть все это   | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 17 | ... обращался за помощью к специалистам  | 0       | 1     | 2      | 3     |
| 18 | ... менялся или рос как личность в положительную сторону   | 0       | 1     | 2      | 3     |

<sup>34</sup>Копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкмана (адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой) [Электронный ресурс] / Энциклопедия психодиагностики «Psylab». URL: <https://cutt.ly/sy9TkOI> (дата обращения: 21.02.2020).

|    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 19 | ... извинялся или старался все загладить  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | ... составлял план действия   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 21 | ... старался дать какой-то выход своим чувствам                                 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 22 | ... понимал, что сам вызвал эту проблему  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 23 | ... набирался опыта в этой ситуации   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24 | ... говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации                | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 25 | ... пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26 | ... рисковал напропалую   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27 | ... старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому порыву          | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28 | ... находил новую веру во что-то  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29 | ... вновь открывал для себя что-то важное                                       | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30 | ... что-то менял так, что все улаживалось                                       | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31 | ... в целом избегал общения с людьми  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32 | ... не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться          | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33 | ... спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал                   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34 | ... старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела                    | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35 | ... отказывался воспринимать это слишком серьезно                               | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36 | ... говорил о том, что я чувствую   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37 | ... стоял на своем и боролся за то, чего хотел                                  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 38 | ... вымещал это на других людях   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 39 | ... пользовался прошлым опытом - мне приходилось уже попадать в такие ситуации  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 40 | ... знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить            | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 41 | ... отказывался верить, что это действительно произошло                         | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 42 | ... я давал обещание, что в следующий раз все будет по-другому                  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 43 | ... находил пару других способов решения проблемы                               | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 44 | ... старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах               | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 45 | ... что-то менял в себе   | 0 | 1 | 2 | 3 |

|    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 46 | ... хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 47 | ... представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 48 | ... молился   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 49 | .. прокручивал в уме, что мне сказать или сделать   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 50 | ... думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему | 0 | 1 | 2 | 3 |

### ***Ключ***

- **Конфронтационный копинг** - пункты: 2, 3, 13, 21, 26, 37.
- **Дистанцирование** - пункты: 8, 9, 11, 16, 32, 35.
- **Самоконтроль** - пункты: 6, 10, 27, 34, 44, 49, 50.
- **Поиск социальной поддержки** - пункты: 4, 14, 17, 24, 33, 36.
- **Принятие ответственности** - пункты: 5, 19, 22, 42.
- **Бегство-избегание** - пункты: 7, 12, 25, 31, 38, 41, 46, 47.
- **Планирование решения проблемы** - пункты: 1, 20, 30, 39, 40, 43.
- **Положительная переоценка** - пункты: 15, 18, 23, 28, 29, 45, 48.

### ***Описание стратегий***

**Конфронтация.** Стратегия конфронтации предполагает попытки разрешения проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий, направленных либо на изменение ситуации, либо на отреагирование негативных эмоций в связи с возникшими трудностями. При выраженном предпочтении этой стратегии могут наблюдаться импульсивность в поведении (иногда с элементами враждебности и конфликтности), враждебность, трудности планирования действий, прогнозирования их результата, коррекции стратегии поведения, неоправданное упорство. Копинг-действия при этом теряют свою целенаправленность и становятся преимущественно результатом разрядки эмоционального напряжения. Часто стратегия конфронтации рассматривается

как неадаптивная, однако при умеренном использовании она обеспечивает способность личности к сопротивлению трудностям, энергичность и предприимчивость при разрешении проблемных ситуаций, умение отстаивать собственные интересы, справляться с тревогой в стрессогенных условиях.

Положительные стороны: возможность активного противостояния трудностям и стрессогенному воздействию.

Отрицательные стороны: недостаточная целенаправленность и рациональная обоснованность поведения в проблемной ситуации.

**Дистанцирование.** Стратегия дистанцирования предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Характерно использование интеллектуальных приемов рационализации, переключения внимания, отстранения, юмора, обесценивания и т.п.

Положительные стороны: возможность снижения субъективной значимости трудноразрешимых ситуаций и предотвращения интенсивных эмоциональных реакций на фрустрацию.

Отрицательные стороны: вероятность обесценивания собственных переживаний, недооценка значимости и возможностей действенного преодоления проблемных ситуаций.

**Самоконтроль.** Стратегия самоконтроля предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на оценку ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию. При отчетливом предпочтении стратегии самоконтроля у личности может наблюдаться стремление скрывать от окружающих свои переживания и побуждения в связи с проблемной ситуацией. Часто такое поведение свидетельствует о боязни самораскрытия, чрезмерной требовательности к себе, приводящей к сверхконтролю поведения.



Положительные стороны: возможность избегания эмоциогенных импульсивных поступков, преобладание рационального подхода к проблемным ситуациям.

Отрицательные стороны: трудности выражения переживаний, потребностей и побуждений в связи с проблемной ситуацией, сверхконтроль поведения.

**Поиск социальной поддержки.** Стратегия поиска социальной поддержки предполагает попытки разрешения проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки. Характерны ориентированность на взаимодействие с другими людьми, ожидание внимания, совета, сочувствия. Поиск преимущественно информационной поддержки предполагает обращение за рекомендациями к экспертам и знакомым, владеющим с точки зрения респондента необходимыми знаниями. Потребность преимущественно в эмоциональной поддержке проявляется стремлением быть выслушанным, получить эмпатичный ответ, разделить с кем-либо свои переживания. При поиске преимущественно действенной поддержки ведущей является потребность в помощи конкретными действиями.

Положительные стороны: возможность использования внешних ресурсов для разрешения проблемной ситуации.

Отрицательные стороны: возможность формирования зависимой позиции и/или чрезмерных ожиданий по отношению к окружающим.

**Принятие ответственности.** Стратегия принятия ответственности предполагает признание субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение, в ряде случаев с отчетливым компонентом самокритики и самообвинения. При умеренном использовании данная стратегия отражает стремление личности к пониманию зависимости между собственными действиями и их последствиями, готовность анализировать свое поведение, искать причины актуальных трудностей в личных недостатках и ошибках. Вместе с тем, выраженность данной стратегии в

поведении может приводить к неоправданной самокритике, переживанию чувства вины и неудовлетворенности собой. Указанные особенности, как известно, являются фактором риска развития депрессивных состояний.

Положительные стороны: возможность понимания личной роли в возникновении актуальных трудностей.

Отрицательные стороны: возможность необоснованной самокритики и принятия чрезмерной ответственности.

**Бегство-избегание.** Стратегия бегства-избегания предполагает попытки преодоления личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т.п. При отчетливом предпочтении стратегии избегания могут наблюдаться неконструктивные формы поведения в стрессовых ситуациях: отрицание либо полное игнорирование проблемы, уклонение от ответственности и действий по разрешению возникших трудностей, пассивность, нетерпение, вспышки раздражения, погружение в фантазии, переедание, употребление алкоголя и т.п., с целью снижения мучительного эмоционального напряжения. Большинство исследователей эту стратегию рассматривает как неадаптивную, однако это обстоятельство не исключает ее пользы в отдельных ситуациях, в особенности в краткосрочной перспективе и при острых стрессогенных ситуациях.

Положительные стороны: возможность быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса.

Отрицательные стороны: невозможность разрешения проблемы, вероятность накопления трудностей, краткосрочный эффект предпринимаемых действий по снижению эмоционального дискомфорта.

**Планирование решения проблемы.** Стратегия планирования решения проблемы предполагает попытки преодоления проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся

ресурсов. Стратегия рассматривается большинством исследователей как адаптивная, способствующая конструктивному разрешению трудностей.

Положительные стороны: возможность целенаправленного и планомерного разрешения проблемной ситуации.

Отрицательные стороны: вероятность чрезмерной рациональности, недостаточной эмоциональности, интуитивности и спонтанности в поведении.

**Положительная переоценка.** Стратегия положительной переоценки предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет ее положительного переосмысления, рассмотрения ее как стимула для личностного роста. Характерна ориентированность на надличностное, философское осмысление проблемной ситуации, включение ее в более широкий контекст работы личности над саморазвитием.

Положительные стороны: возможность положительного переосмысления проблемной ситуации.

Отрицательные стороны: вероятность недооценки личностью возможностей действенного разрешения проблемной ситуации.