Государственное бюджетное учреждение
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогический совет
ГБУ ЦППМСП
Протокол№2 от «25» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ЦППМСП
Л.В.Шкапова
«25» августа 2026 г.

Шкапова Лариса Викторовна
Подписано цифровой подписью: Шкапова Лариса Викторовна
Дата: 2026.10.23 12:04:36 +03'00'

Дополнительная общеразвивающая программа группы для обучающихся младших классов с расстройством аутистического спектра (РАС) и их родителей **«РАССВЕТ»**

Разработчик:
Зылькова Дарья Анатольевна,
педагог-психолог высшей квалификационной категории,
педагог дополнительного образования
ГБУ ЦППМСП Московского района

Санкт- Петербург
2026-2027 учебный год

Пояснительная записка

Актуальность:

Необходимость создания программ для работы с детьми с расстройством аутистического спектра (РАС) подтверждается статистическими данными.

По данным Росстата на основе сведений Минздрава РФ, к концу 2024 года в России было зарегистрировано 76 096 детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) в возрастной группе от 0 до 14 лет. Особенно резкий рост произошёл в период с 2022 по 2024 год — с 44 до 76 тысяч случаев [4].

При этом в фондах помощи детям с инвалидностью отмечают, что реальное количество детей с РАС может быть ещё выше, так как разница в цифрах часто связана с методикой подсчёта и диагностическими критериями.

Следовательно, в настоящее время существует потребность для образовательных учреждений и учреждений дополнительного образования в осуществлении комплексного сопровождения детей с РАС, а значит, и для написания соответствующих программ.

Таким образом, программа группы для детей младшего школьного возраста с расстройством аутистического спектра и их родителей «РАССВЕТ» подтверждает свою актуальность и практическую значимость.

Адресат: обучающиеся младших классов с расстройством аутистического спектра (РАС) Московского района Санкт-Петербурга и их родители.

1. Концептуальные компоненты структуры.

1.1. Целевое назначение программы.

Цели:

1) развитие социально-коммуникативных навыков у детей младшего школьного возраста с расстройством аутистического спектра (РАС);

2) развитие родительской компетентности в семьях с детьми с РАС;

3) психолого-педагогическая поддержка родителей с детьми с РАС.

Задачи:

1) обучать детей младшего школьного возраста с РАС навыкам эффективного взаимодействия со сверстниками;

2) способствовать повышению интереса у детей с РАС к общению с другими людьми;

3) информировать родителей об особенностях развития детей с РАС, способах и видах помощи детям с РАС;

4) формировать у родителей позитивное отношение и принятие к себе и своим детям;

5) обучать родителей навыкам психологической саморегуляции и релаксации, способам улучшения собственного эмоционального состояния;

6) создавать условия для безопасной и благоприятной психологической среды для обмена опытом между родителями с детьми с РАС.

1.2. Ведущие идеи, на которых базируется программа.

Ведущей идеей является понимание значимости проведения занятий для детей с РАС по развитию социально-коммуникативных навыков, а также важности параллельной работы с их родителями, чтобы полученные детьми на занятиях знания и умения обязательно закреплялись в домашней среде. Вторая, не менее важная, ведущая идея состоит в том, что программа подразумевает проведение отдельных занятий с родителями без детей, с целью развития родительской компетентности в семьях с детьми с РАС, оказание психолого-педагогической поддержки этим родителям.

1.3. Особенности программы.

Программа реализуется для двух потоков детей с РАС и их родителей:

1) Первая группа – младшие школьники, обучающиеся по программам АООП 8.1, АООП 8.2; обучающиеся с РАС, чьё личностное, эмоционально-волевое и познавательное развитие существенно приближается к развитию типично развивающихся сверстников. Программа для данной группы обучающихся реализуется в срок с сентября по декабрь 2026 года, включает в себя: 8 занятий с детьми по 40 минут каждое, 2 раза в месяц; 4 занятия с родителями, по 2 часа каждое, 1 раз в месяц. Итого 13 часов.

2) Вторая группа - младшие школьники, обучающиеся по программам АООП 8.3, обучающиеся с РАС с интеллектуальными нарушениями. Программа для данной группы обучающихся реализуется в срок с января по май 2027 года, включает в себя: 8 занятий с детьми по 40 минут каждое, 2 раза в месяц; 4 занятия с родителями, по 2 часа каждое, 1 раз в месяц. Итого 13 часов.

Родители присутствуют на детских занятиях с целью обучения, а также с целью «гашения» при необходимости нежелательного поведения своих детей.

Кроме того, программа «РАССВЕТ» подразумевает, что родители детей, которые посещают занятия группы «РАССВЕТ», помимо «закрытых» встреч для родителей, также посещают встречи клуба для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе», в рамках которого осуществляется обучение родителей «теоретической части программы». На встречах клуба «Вместе» выступают авторитетные специалисты, специализирующиеся по работе с детьми с ОВЗ: психиатры, неврологи, дефектологи, логопеды, нейропсихологи, специалисты по адаптированной физической культуре, АВА-терапевты.

Содержательные компоненты структуры.

1.4. Содержательная характеристика программы.

Учебно-тематический план

Занятия с детьми «РАССВЕТ»					
№ пп	**Названия**	**Теория**	**Практика**	**Всего**	**Форма контроля**
1	До начала групповых занятий с каждым ребенком и его родителем проводится индивидуальная консультация с целью выявления «сильных» и «слабых» сторон ребенка. Проводится диагностика: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) - проективная диагностическая методика, которая используется для изучения Я-концепции, самооценки личности, а также для оценки успешности адаптации ребёнка к школьному	0	1 ч на каждого ребенка, 6 чел.	6 ч	Результаты диагностики «на входе»: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера.

	обучению (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера, проективная методика исследования личности с целью диагностики эмоционально-волевой сферы.				
2	Занятие 1. «Знакомство».	0	40 мин	40 мин	Получение устной обратной связи.
3	Занятие 2. «Контакт».	0	40 мин	40 мин	Получение устной обратной связи.
4	Занятие 3. «Эмоции человека».	15 мин	25 мин	40 мин	Получение устной обратной связи.
5	Занятие 4. «Я и другой».	0	40 мин	40 мин	Получение устной обратной связи.
6	Занятие 5. «Я в семье».	10 мин	30 мин	40 мин	Творческие работы: «Семейный круг», «Открытка маме».
7	Занятие 6. «Я в школе».	20 мин	20 мин	40 мин	Получение устной обратной связи.
8	Занятие 7. «Я с незнакомцами».	15 мин	25 мин	40 мин	
9	Занятие 8. «Мы вместе». Подведение итогов работы группы для обучающихся младшего школьного возраста с РАС и их родителей «РАССВЕТ».	0	40 мин	40 мин	Результаты диагностики «на выходе»: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера.
10	После окончания	0	1 ч на каждого	6 ч	Результаты диагностики

	групповых занятий с каждым ребенком и его родителем проводится индивидуальная консультация. Диагностика «на выходе»: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) - проективная диагностическая методика, которая используется для изучения Я-концепции, самооценки личности, а также для оценки успешности адаптации ребёнка к школьному обучению (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера, проективная методика исследования личности с целью диагностики эмоционально-		ребенка, 6 чел.		«на входе»: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера.

	волевой сферы.				
11	**Всего (Занятия с детьми «РАССВЕТ»)**	1 ч, 2 потока = 2 ч.	17 ч, 2 потока = 34 ч.	18 ч, 2 потока = 36 ч.	Аналитический анализ данных по результатам диагностики: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера.
Занятия для родителей детей с РАС «РАССВЕТ» Программа совпадает для родителей первого и второго потока, но проводится в разные промежутки: первый поток детей и родителей – с сентября по декабрь, второй поток детей и родителей – с января по май.					
1	Занятие1. Знакомство в формате чаепития.	0	2	2	Авторская анкета-опросник «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС» «на входе».
2	Занятие 2. «Особенный ребенок – особенное счастье».	0	2	2	Получение устной обратной связи.
3	Занятие 3. Арт-терапевтическое занятие «Я - стихия».	0	2	2	Получение устной обратной связи.
4	Занятие 4. «Мама в релаксе». Подведение итогов работы группы для родителей.	0	2	2	Авторская анкета-опросник «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС» «на выходе».
5	Всего Закрытые занятия для родителей с детьми с РАС (первый и второй поток вместе)	0	8 занятий в каждом потоке, 16 ч.	8 занятий в каждом потоке, 16 ч.	Авторская анкета-опросник «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС» «на выходе».
6	Посещение	9	0	18	Лист регистрации на

	родителями клуба для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе» - как часть программы для родителей с детьми с РАС «РАССВЕТ». Клуб включает в себя следующие открытые встречи: **Сентябрь:** 21.09.26 – встреча с нейропсихологом «Нейропсихологический подход к коррекции развития детей с РАС» **Октябрь:** 05.10.26 – встреча со специалистом по АФК «Особенности организации спортивных игр и упражнений для детей с особенностями развития» **Ноябрь:** 02.11.26 – встреча с детским психиатром «Комплексная абилитация детей с РАС» **Декабрь:** 07.12.26 – встреча с учителем-дефектологом «Развитие когнитивной сферы для детей с ОВЗ» **Январь:** 25.01.27 – встреча с логопедом «Запуск	занятий по 2 ч, 18 ч.			каждой встрече клуба для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе».

	речи: как помочь ребенку с ОВЗ заговорить» **Февраль:** 01.02.27 – встреча с неврологом «Эффективные методы коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)» **Март:** 22.03.27 – встреча с руководителями ТПМПК Московского района «Помощь детям с особыми образовательными потребностями» **Апрель:** 05.04.27 – встреча с АВА-терапевтами «Метод прикладного анализа поведения в коррекции нежелательного поведения у детей с РАС» **Май:** 17.05.27 – встреча с нейропсихологом «Отпуск с пользой: развиваемся играя».				
7	**Всего (Занятия для родителей детей с РАС «РАССВЕТ»)**	18	16 (два потока)	34	Аналитический анализ данных авторской анкеты-опросника «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС» «на входе» и «выходе» (Приложение 2).
8	**ВСЕГО (Вся**	20	50	**70**	Аналитический анализ

	программа группы для обучающихся младших классов с расстройством аутистического спектра (РАС) и их родителей «РАССВЕТ»				данных по результатам диагностики детей: - методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) (Приложение 1); - цветовой тест М. Люшера. Аналитический анализ данных авторской анкеты-опросника для родителей «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС» «на входе» и «выходе» (Приложение 2), анкета обратной связи для родителей группы «РАССВЕТ» (Приложение 3), листы регистрации на каждой встрече клуба для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе».

1.5. Характеристика целесообразной методики построения программы.

Программа реализуется в формате групповых занятий: с детьми (родители присутствуют на занятиях) и отдельно с родителями.

Параметры результативности и диагностика.

Результативность программы определяется:

1) согласно данным анализа результатов тестирования обучающихся с РАС «на входе» и «на выходе», полученных с помощью следующих методик:

- методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) - проективная диагностическая методика, которая используется для изучения Я-концепции, самооценки личности, а также для оценки успешности адаптации ребёнка к школьному обучению (Приложение 1);

- цветовой тест М. Люшера, проективная методика исследования личности с целью диагностики эмоционально-волевой сферы.

2) согласно данным анализа результатов тестирования родителей обучающихся с РАС «на входе» и «на выходе», полученных с помощью авторской анкеты-опросника (Приложение 2);

2) получением отзывов от родителей детей на заключительном занятии с помощью

анкеты-опросника обратной связи, Приложение 3.

2. Организационно-педагогические условия.

2.1. Временные и материальные ресурсы.

Программа проводится для детей младшего школьного возраста с РАС Московского района Санкт-Петербурга и их родителей. Программа состоит из двух детских групп, двух родительских групп, а также подразумевает, что родители обеих родительских групп посещают клуб для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе» в течение всего учебного года.

Требования к квалификации педагога, реализующего данную программу.

Данную программу может реализовывать специалист, имеющий психолого-педагогическое образование, а также переподготовку на специалиста по работе с детьми с ОВЗ.

Сроки и этапы реализации программы:

Программа группы для обучающихся младших классов с расстройством аутистического спектра (РАС) и их родителей **«РАССВЕТ»** реализуется на базе ГБУ ЦППМСП Московского района согласно календарному учебно-тематическому плану ГБУ ЦППМСП на 2026 - 2027 учебный год.

Длительность одного занятия с детьми: 40 минут. Длительность одного занятия с родителями: 2 часа.

Методы и формы работы, используемые при реализации программы:

В Программе реализуется групповая форма работы, подразумевающая равенство всех его участников.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы:

К участию не допускаются дети с высоким уровнем агрессии, который может нести потенциальную угрозу для других участников программы. Также к участию не допускаются обучающиеся с другими психическими диагнозами, кроме расстройства аутистического спектра: детской шизофренией, с острым психотическим расстройством и другими тяжелыми психическими заболеваниями. При подозрении у ведущего на наличие у ребенка подобных диагнозов, ведущий вправе отказать данному обучающемуся в участие в Группе. Также подразумевается, что родитель ребенка, посещающего Группу является нейротипичным, без психических расстройств.

Требования к условиям реализации программы:

Для проведения групповых занятий по данной программе необходимо помещение от 20 кв.м., оборудованное стульями.

Ожидаемый результат реализации программы:

Предполагается, что по окончанию программы будут достигнуты следующие результаты:

1) дети младшего школьного возраста с РАС обучатся навыкам эффективного взаимодействия со сверстниками и начнут их применять в своей повседневной жизни;
2) у детей с РАС повысится интерес к общению с другими людьми;
3) родители получат достоверную информацию от специалистов-экспертов в области РАС об особенностях развития детей с РАС, способах и видах помощи им;
4) у родителей детей с РАС будет сформировано более позитивное отношение и принятие к себе и своим детям;
5) родители будут обучены навыкам психологической саморегуляции и релаксации, способам улучшения собственного эмоционального состояния;
6) будет реализован обмен опытом между родителями с детьми с РАС в условиях безопасной и благоприятной психологической среды.

Система оценки достижений планируемых результатов:

Аналитический анализ результатов диагностической работы с детьми – сравнение результатов «на входе» и «выходе», анализ анкет-отзывов от родителей по результатам работы группы «РАССВЕТ».

Содержание программы

Группа для детей «РАССВЕТ» первого потока (с сентября по декабрь)

До начала групповых занятий с каждым ребенком и его родителем проводится индивидуальная консультация.

Диагностика «на входе»:

- методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) - проективная диагностическая методика, которая используется для изучения Я-концепции, самооценки личности, а также для оценки успешности адаптации ребёнка к школьному обучению (Приложение 1) [2];

- цветовой тест М. Люшера, проективная методика исследования личности с целью диагностики эмоционально-волевой сферы.

Занятие 1. «Знакомство»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение «Пустой стул»:

Каждый ребенок по очереди называет свое имя и прилагательное, подходящее ему по своему мнению. Далее игра «пустой стул» - каждый ребенок хлопает по пустому стулу и «приглашает» сесть рядом с собой человека, имя и прилагательное которого он назвал.

Упражнение «Фотограф»:

Дети разбиваются по парам. Сидя на стульях, получают задание – «сфотографировать» друг друга глазами в течение 5 минут по таймеру. Далее дети разворачиваются друг к другу спиной. И пишут на листочке ответы на вопросы: «как зовут твоего собеседника?», «какого цвета у него глаза?», «какого цвета у него обувь?». Если дети допустили ошибки, задание выполняется столько раз, сколько потребуется, чтобы получить правильные ответы на все вопросы.

Упражнение «Я тоже»:

Участники сидят в кругу. Каждый по очереди выходит в круг и говорит о том, что он любит, чем он интересуется, какое у него хобби и т.д. Например: «Я люблю животных», «Я интересуюсь космосом», «Мое хобби – шахматы» и т.д. Дети, которые любят то же самое, что назвал выступающий, должны похлопать. Выступающему нужно запомнить, кто любит то же самое, что и он. Далее ведущая предлагает детям объединиться в группы по интересам, говорит: «Соберитесь вместе все, кто…» и называет что-то из того, что уже говорили ребята. Задача детей – внимательно слушать ведущую, вспоминать кто из детей что назвал, и группироваться по разным признакам.

Упражнение в круге «Подарок»:

С помощью мимики и жестов дети по очереди передают друг другу воображаемый подарок; тот, кто получает подарок – обязательно благодарит в ответ.

Ритуал окончания занятия: Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 2. «Контакт»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение «Представь себя другим»:

Дети разбиваются на пары и рассказывают друг другу о себе по очереди. Все участники слушают каждую пару.

Далее ведущая ставит в центре комнаты стул. Один ребенок садится на стул, другой

становится за стулом. Тот, кто стоит, будет рассказывать о том человеке, кто сидит на стуле. Задача рассказчика – говорить от лица своего партнера, для этого полностью представить себя им, рассказать о том человеке, кто оказался с ним в паре, другим участникам. Задача сидящего на стуле – внимательно и молча слушать партнера. Остальные участники, в том числе и ведущий, после презентации задают вопросы участнику, который сидит на стуле и слушает, но отвечает на них тот, кто рассказывает, отвечает тоже от лица напарника. Рассказчик отвечает на вопросы так, как думает, как чувствует своего напарника. Тот, о ком рассказывают, продолжает молчать и только слушает. Затем тому, кто слушал, задается вопрос: «Насколько точно другой участник изложил информацию о тебе?». Сидящий на стуле дает обратную связь и при необходимости дополняет рассказ о себе. Далее участники меняются местами. Ребята выполняют это упражнение, пока не выступит каждый.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 3. «Эмоции человека»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение «Эмоции человека»:

Ведущий показывает вырезанные смайлики с разными эмоциями. Дети рассказывают, когда люди испытывают такие эмоции.

Далее ведущая работает методом «социальные истории».

Метод социальных историй был разработан психологом Кэрол Грей в 1991 году специально для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Его главная задача — помочь ребёнку с РАС лучше понимать сложные социальные ситуации, осваивать навыки взаимодействия с окружающими и адаптироваться к изменениям [3].

Игра «Угадай эмоцию»:

Каждому ребенку выдается листок со смайликами, у которых не нарисованы рты.

Ведущая показывает ребятам видеоролики из фильмов и мультфильмов. После – задает детям вопросы, какую из эмоций чувствует каждый герой ролика. Задача каждого ребенка – дорисовать смайлику рот с соответствующей эмоцией. Ведущая дает свою «оценку» представленному ей детьми результату - справился ли каждый участник

с поставленной задачей, правильно ли распознал эмоцию.

Далее дети работают в паре со своими родителями. Родитель и ребенок садятся спинами друг к другу. Ведущий зачитывает разные ситуации из реальной жизни. Задача каждого ребенка - «подобрать» к каждой ситуации подходящий смайл, как он думает, что испытывает в данный момент мама. Затем каждый родитель поворачивается к своему ребенку и изображает на своем лице мимикой ту эмоцию, которую он бы действительно испытал. Задача ребенка – назвать эту эмоцию. Далее вместе с детьми и их мамами идет обсуждение «несовпадений»: как думал ребенок, что испытывает мама, и того, что чувствовала мама на самом деле в той или иной ситуации.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 4. «Я и другой»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение «Тест Салли и Энн»:

Понимать ложные убеждения других людей — это способность осознавать, что у окружающих могут быть свои, отличные от ваших, представления о мире, которые при этом не соответствуют действительности. Эта способность лежит в основе модели психического (в зарубежной психологии — *theory of mind*, или «теория разума»). Она позволяет нам не просто реагировать на поступки других, а пытаться их объяснить, прогнозировать и строить эффективное социальное взаимодействие [5].

Суть в том, чтобы отделить своё знание или восприятие ситуации от знания или восприятия другого человека. Нужно понять, что убеждения формируются на основе личного опыта, информации, которой владеет человек, и что эти убеждения могут быть ошибочными.

Выполняется тест Салли и Энн — это психологическая методика, которая используется для оценки способности человека понимать ложные убеждения других (так называемой «теории разума»). Чаще всего его применяют в исследованиях расстройств аутистического спектра (РАС) [5]. В российской практике часто используют адаптированные версии теста, где имена персонажей и предметы заменяют на более

понятные для ребёнка (например, «Наташа и Оля»). Это помогает лучше вовлечь ребёнка в задание. В нашем случае будут Вова и Ваня.

Процедуру организуют с помощью кукол и предметов. Вот как разворачивается сюжет:

1. Экспериментатор знакомит ребёнка с куклами и даёт им имена — Вова и Ваня.
2. Вова кладёт шарик в свою корзинку и уходит.
3. Пока Вовы нет, Ваня перекладывает шарик из корзинки в свою коробку и тоже уходит.
4. Вова возвращается.
5. Ребёнку задают ключевой вопрос: «Где Вова будет искать свой шарик?».

Правильный ответ — в корзинке. Каждый ребенок должен понять, что Вова, уйдя, не знал о перемещении шарика и, соответственно, будет искать его там, где оставил.

В качестве контрольных спрашивают:

«Где шарик находится на самом деле?» (проверка на понимание реальности).

«Где Вова положил шарик в начале?» (проверка на память).

Заключение о способности понимать ложные убеждения делается только в том случае, если каждый ребёнок правильно ответил и на ключевой, и на оба контрольных вопроса.

На становление понимания ложных убеждений влияет несколько факторов:

1. Социальный опыт. Активное обсуждение с ребёнком мыслей, убеждений, намерений в семье (использование «языка психического») способствует более раннему развитию этой способности.
2. Когнитивный контроль. Для того чтобы понять ложное убеждение другого, нужно уметь подавлять своё знание о ситуации и гибко переключаться между своей точкой зрения и точкой зрения другого человека.
3. Развитие других когнитивных навыков. Понимание ложных убеждений связано с умением различать кажущееся и реальное, понимать эмоции, а также с развитием рабочей памяти.

Эта способность критически важна для успешной социальной жизни. Она позволяет нам:

1. объяснять поступки других людей;
2. предсказывать их поведение;
3. строить диалог, даже если у нас разные точки зрения;
4. избегать конфликтов, учитывая контекст и убеждения другого человека.

Трудности с пониманием ложных убеждений часто наблюдаются при некоторых нейроразвивающих особенностях, например, при расстройствах аутистического спектра. Также на эту способность могут влиять другие факторы: травмы мозга, некоторые психические расстройства.

Таким образом, понимание ложных убеждений — это не просто «угадывание мыслей», а сложный когнитивный процесс, который развивается на протяжении всей жизни и лежит в основе нашего социального взаимодействия.

Упражнение на «неожиданное содержимое»:

Цель упражнения: научить видеть разницу между вашим знанием и знанием другого человека.

Это классические психологические тесты, которые проверяют способность понимать, что у другого человека может быть ошибочное представление о чём-либо.

Ребятам демонстрируется коробка из под конфет, показывается, что внутри там - пуговицы. Дальше задается вопрос: «Что этот человек (который не знает содержимого) подумает, что внутри?» Например, одна из мам, которая присутствует на занятии.

Правильный ответ: что внутри конфеты. Ведь мама не знала, что в коробке – пуговицы.

Упражнения на понимание ложных убеждений с иллюстрациями:

1. «Что хочет мальчик?»
2. «Кто знает, что лежит в коробке?»
3. «Кто будет играть с собакой?»
4. «Девочка хочет играть»

Игры на развитие эмпатии:

1. «Что хочет другой?»

Один участник загадывает предмет или действие (например, мороженое),

а остальные задают вопросы, чтобы угадать, чего хочет загадавший.

2. «Угадай персонажа».

Один участник подробно описывает какого-нибудь известного персонажа из мультфильма, фильма или просто известную всем личность по характеристикам: внешность, характер, что он любит или не любит, чем знаменит и т.д. Задача остальных участников – отгадать этого персонажа.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит

в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 5. «Я в семье»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Обсуждение: Что такое семья? Для чего нужна семья? В чем отличия других людей и членов твоей семьи по значимости для тебя?

Упражнение: «Семейный круг»:

Каждый ребенок рисует на листке круг. Задача – нарисовать в этом кругу членов своей семьи.

Далее ведется обсуждение: Что этот круг значит для тебя? Круг доверия, круг любви, круг защиты? Дается определение каждого понятия.

Рисунки дети забирают с собой на память.

Парная игра для ребенка и его мамы «Спасибо тебе»:

Дети разбиваются по парам: ребенок и его мама. Участники по очереди кидают друг другу мяч и делают комплименты друг другу: ребенок говорит добрые и приятные слова маме, а мама – ему.

Следующий этап: мама и ребенок по очереди говорят друг другу «спасибо» за что-либо, также кидая мяч.

Творческая работа «Подарок маме»:

Каждому ребенку выдаются материалы: картон, цветная бумага, фломастеры, карандаши, ножницы, клей и т.д.

Задача для каждого ребенка – сделать открытку с добрыми словами и пожеланиями своей маме.

Презентация открытки:

Каждый ребенок вручает открытку своей маме и зачитывает добрые слова, которые написал для нее. Остальные участники слушают и по окончанию презентации – апплодируют каждому ребенку.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит

в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 6. «Я в школе»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение в формате «визуального расписания», «Сначала/потом»:

Перед ребятами установлена доска с ватманом, на котором нарисованы 2 столбца: «сначала» и «потом».

Ребятам по очереди выдаются картинки с изображениями различных школьных занятий и действий: «слушаю учителя», «ем в столовой», «решаю примеры по математике», «играю с ребятами» и т.д.

Ребенок выходит к доске и приклеивает картинку с действием в первый столбик «Сначала».

После этого ведущая выдает ребенку второй листок – на нем изображено то, что получит ребенок как результат, выполняя данное действие: «похвала», «взрослый счастливый и здоровый человек», «оценка 5», «ребята, которые дружат».

Ребенок приклеивает соответствующую карточку во второй столбик.

Дальше вышедший к доске ребенок «читает» полученную цепочку: «сначала я…, потом я…».

Получаются цепочки, например: «Сначала я слушаю учителя, потом я получаю похвалу», «Сначала я ем в столовой, потом я вырастаю здоровы взрослым», «Сначала я решаю примеры по математике, потом я получаю пятерку», «Сначала я играю с ребятами, потом у меня появляются друзья».

Упражнение проводится, пока не «выступит» каждый ребенок и пока не сформируются все логические цепочки «сначала/потом».

При выполнении упражнения используется метод «визуальное расписание».

Визуальное расписание — это наглядный план действий, который помогает детям с расстройствами аутистического спектра (РАС) ориентироваться в последовательности событий, снижать тревожность и развивать самостоятельность. Оно представляет собой последовательность картинок, фотографий, предметов или слов, отображающих этапы занятия или всего дня [1].

Упражнение «Школьная история»:

Ребята вместе с ведущей сочиняют вместе сказку-школьную историю. Придумывается история про вымышленного героя, который попадает в разные школьные ситуации и успешно «проживает» их.

С помощью метода сказкотерапии у ребят создается положительный образ школы, упражнение способствует формированию уверенного учебного поведения, прорабатываются школьные страхи.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 7. «Я с незнакомцами»

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнение «Реальные истории»:

С ребятами проигрываются истории на тему общения с незнакомыми людьми. Дети на примерах учатся, как безопасно себя вести, а как – нет.

Родители принимают активное участие на занятии: играют роли незнакомых взрослых и дают свои комментарии.

В конце занятия ведущая знакомит детей с телефонными номерами, которые должен знать наизусть каждый ребенок (с уточнениями, в каких ситуациях данный телефонный номер может использоваться):

1. Свой номер
2. Номера родителей
3. 112 - единый номер экстренных служб. Его можно использовать, если на счёте нет денег, заблокирована сим-карта или возникли другие сложности. Оператор примет сообщение и перенаправит его в нужную службу, в том числе в полицию.
4. 102 — прямой номер полиции. Звонок бесплатный с любого телефона.
5. 103, 03 – телефон скорой помощи. Скорая помощь в городе оказывается круглосуточно и бесплатно.
6. 101 — прямой номер пожарной охраны. Звонок с мобильного и стационарного телефона бесплатный.
7. 8-800-2000-122 - единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Работает круглосуточно, анонимно, бесплатно.

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

Занятие 8. «Мы вместе». Подведение итогов работы группы для обучающихся младшего школьного возраста с РАС и их родителей «РАССВЕТ».

Ритуал начала занятия: упражнения методом телесноориентированной терапии в круге («волна», «передай сигнал», «узоры снежинки», «ладошки»).

Упражнения на командообразование.

Упражнение «Вавилонская башня»:

Каждому участнику дается индивидуальное задание.

Индивидуальные задания: кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» – листок с такой надписью вручается одному участнику тренинга, он не имеет права никому его показывать, должен сделать так, чтобы нарисованная совместно башня имела именно 10 этажей. Второе задание: «Вся башня имеет коричневый контур» – это задание для следующего участника. «Над башней развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т.д. Участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос.

Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню. Время выполнения ограничено.

Обсуждение: Трудно ли было выполнять задание? Что показалось трудным? Успешно ли было взаимодействие в группе? Благодаря чему?

Упражнение «Необитаемый остров»:

Представьте себе, что в результате кораблекрушения вы оказались на необитаемом острове. В ближайшие 20 лет вы не сможете вернуться к нормальной жизни, в ваши родные края. Ваша задача – создать для себя условия, которые смогли бы вас устроить. Вам необходимо:

1. освоить остров, организовать на нем хозяйство;

2. наладить на нем социальную жизнь (создать организацию, распределить функции, роли, обязанности и т.п.);

3. установить правила и нормы совместной жизни на острове (в форме 10 основных предписаний).

На это вам дается 10 мин. и полная свобода действий в рамках пунктов 1-3.

Обсуждение: Что вы чувствовали во время организации жизни на острове?

Какую роль вы выполняли на острове?

Вы были довольны этой ролью?

Если нет, то какая роль вам больше бы подошла?

Как воспринималось поведение других на острове?

Ритуал окончания занятия. Упражнение «День рождения»:

Работа в круге. В центр круга выходит один из участников. В его руках – свеча «именинника». Задача остальных – по очереди сказать комплимент тому, кто стоит в круге, или пожелать ему что-нибудь хорошее. Также можно поблагодарить другого участника за что-нибудь. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в центре круга.

После окончания групповых занятий с каждым ребенком и его родителем проводится индивидуальная консультация.

Диагностика «на выходе»:

- методика «дерево» (автор — Д. Лампен, адаптация — Л. П. Пономаренко) - проективная диагностическая методика, которая используется для изучения Я-концепции, самооценки личности, а также для оценки успешности адаптации ребёнка к школьному обучению (Приложение 1);

- цветовой тест М. Люшера, проективная методика исследования личности с целью диагностики эмоционально-волевой сферы.

Группа для родителей «РАССВЕТ»

Занятие 1. Знакомство в формате чаепития.

Установление контакта и первые пробы доверительного диалога между участниками группы. Определение целей и задач работы группы для детей с РАС и их родителей. Уточнение индивидуальных запросов от родителей с целью модификации программы с учетом запросов. Обсуждение правил для работы в группе: детей и родителей.

Диагностика: Авторская анкета-опросник «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС».

Упражнение с целью самопрезентации родителей с помощью метафор «Если бы я была предметом, то каким?». Мини-рассказ о своем ребенке с помощью метафор «Если мой ребенок был предметом, то каким?». Определение запросов родителей на работу в группе: себя и своего ребенка.

Занятие 2. «Особенный ребенок – особенное счастье».

Проработка негативных убеждений в особенном родительстве. Групповая работа с помощью техники «зигзаг» методом рационально-эмоционально-поведенческой терапии.

Занятие 3. Арт-терапевтическое занятие «Я - стихия».

Упражнение-медитация по проработке негативных эмоций, индивидуальная работа с каждой участницей группы с одноименными метафорическими картами «Я - стихия», создание памятных рисунков с целью выражения чувств и эмоций мам, поиск и «якорение» внутренних ресурсов.

Занятие 4. «Мама в релаксе». Подведение итогов работы группы для родителей.

Выездное мероприятие. Посещение соляной пещеры (зимой) или релакс-пикник в Московском парке Победы (летом) с целью проведения упражнений по релаксации с использованием авторских упражнений и медитаций «Мама в релаксе». Подведение итогов работы группы для родителей.

Диагностика: Авторская анкета-опросник «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС», анкета обратной связи от родителей.

Также родители группы для обучающихся младшего школьного возраста с РАС «РАССВЕТ» посещают встречи клуба для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе» вместе с другими заинтересованными в данных темах родителями обучающихся и педагогами ОУ и ДОУ Московского района Санкт-Петербурга. Встречи клуба «Вместе» проходят с сентября по май, один раз в месяц, каждое занятие длится 2 часа.

Родительский Клуб для родителей с детьми с ОВЗ «Вместе» включает в себя следующие открытые встречи:

Сентябрь:

21.09.26 – встреча с нейропсихологом «Нейропсихологический подход к коррекции развития детей с РАС»

Октябрь:

05.10.26 – встреча со специалистом по АФК «Особенности организации спортивных игр и упражнений для детей с особенностями развития»

Ноябрь:

02.11.26 – встреча с детским психиатром «Комплексная абилитация детей с РАС»

Декабрь:

07.12.26 – встреча с учителем-дефектологом «Развитие когнитивной сферы для детей с ОВЗ»

Январь:

25.01.27 – встреча с логопедом «Запуск речи: как помочь ребенку с ОВЗ заговорить»

Февраль:

01.02.27 – встреча с неврологом «Эффективные методы коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)»

Март:

22.03.27 – встреча с руководителями ТПМПК Московского района «Помощь детям с особыми образовательными потребностями»

Апрель:

05.04.27 – встреча с АВА-терапевтами «Метод прикладного анализа поведения в коррекции нежелательного поведения у детей с РАС»

Май:

17.05.27 – встреча с нейропсихологом «Отпуск с пользой: развиваемся играя».

Таким образом, программа группы «РАССВЕТ» включает в себя работу с детьми младшего школьного возраста с РАС, а также с их родителями.

Список использованной литературы:

1) Мелешкевич О., Эрц Ю. Введение в прикладной анализ поведения (ABA): принципы коррекции проблемного поведения и стратегии обучения детей с расстройствами аутистического спектра и другими особенностями развития. Самара: Изд. дом «Барах-М», 2015.

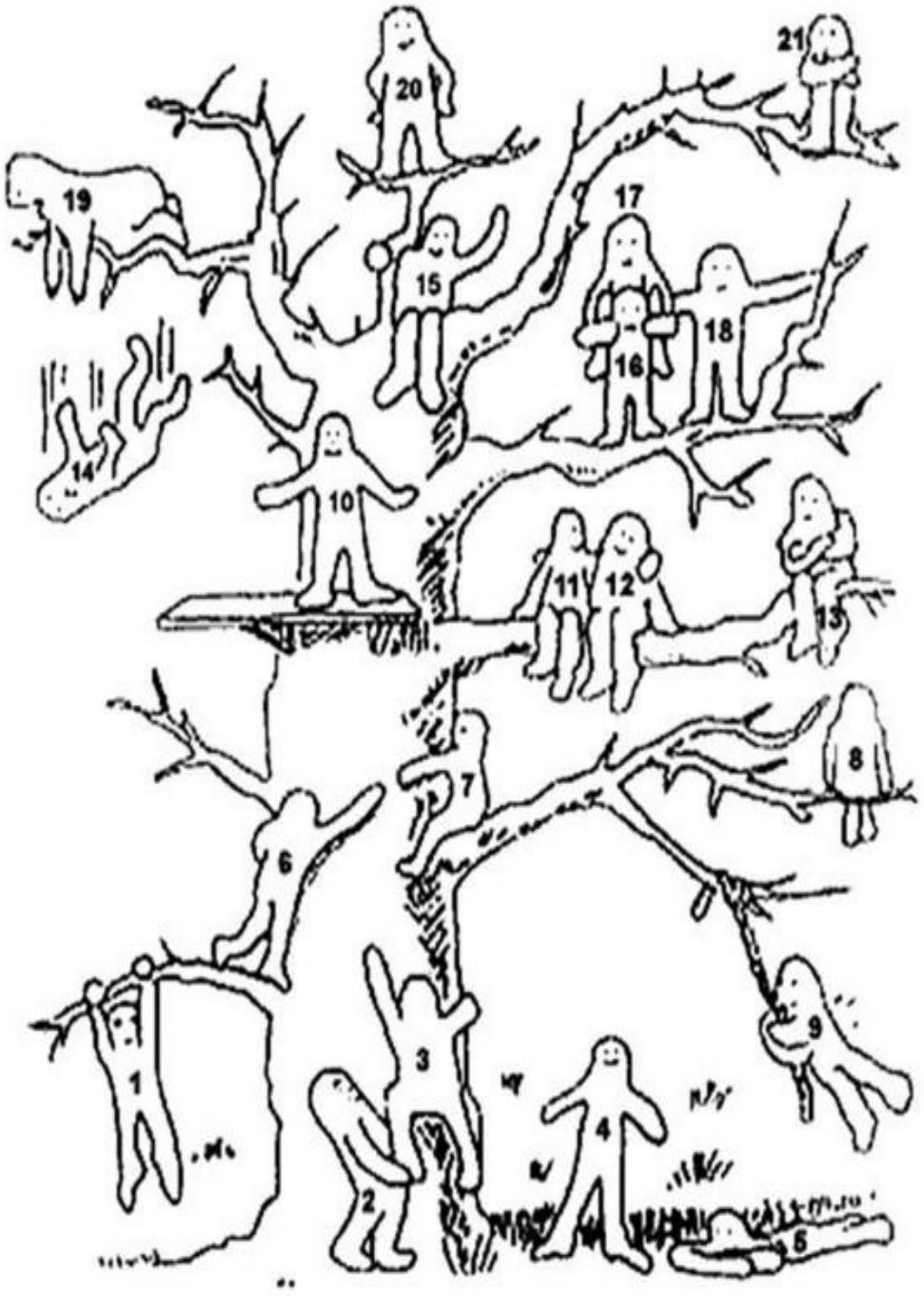
2) Пономаренко Л. П. Проективная методика «Дерево» // Общая психодиагностика / Под ред. А. А. Бодалёва, В. В. Столина. — М.: МГУ, 1987. — С. 228–230.

3) Кац Е. Э. «Социальные истории» [Электронный ресурс]. — URL: ibin24.ru./ /(дата обращения: 05.06.2026).

4) Статистика аутизма – Антон тут рядом [Электронный ресурс] // URL: https://antontut.ru/project/statistika-autizma/ /(дата обращения: 05.06.2026).

5) Wimmer H., Perner J. (1983). Test of theory formation: the role of context. In W. Friedman (Ed.), Origins of intelligence (pp. 281–303). Lawrence Erlbaum Associates.

Приложение 1



Приложение 2

Авторская анкета «Компоненты родительской компетентности для родителей детей с РАС»

Уважаемые родители! Просим вас ответить на несколько вопросов, касающихся Вашей родительской компетенции. Отвечайте, пожалуйста, честно. Ваше мнение очень важно для нас!

Просим вас оценить от 0 до 10, насколько каждый пункт, представленный ниже, соответствует Вашим компетенциям, где 0 – абсолютно не соответствует, 5 – соответствует в средней степени, 10 – абсолютно соответствует. Обведите «в кружок» выбранную вами цифру.

1. Уровень моих знаний об особенностях развития детей с РАС, способах и видах помощи им
   0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Уровень принятия к особенностям моего ребенка
   0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Уровень умения улучшать собственное эмоциональное состояние (знание способов и умение применять их на практике)
   0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Обмен опытом в воспитании ребенка с другими родителями
   0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Уровень эмоциональной поддержки, которую я получаю от других людей
   0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Благодарим Вас за участие!

Приложение 3

Анкета обратной связи для родителей группы «РАССВЕТ»

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты.

Ф.И.О.:_____

1.Что для Вас было важным во время занятий для родителей? (оцените по десятибалльной шкале):

Возможность получить новые знания об особенностях развития детей с РАС, способах и видах помощи им	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Возможность обучиться навыкам психологической саморегуляции и релаксации, способам улучшения собственного эмоционального состояния	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Возможность получить эмоциональную поддержку	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Возможность поделиться своими переживаниями	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Возможность получить рекомендации разных специалистов-экспертов в области РАС	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. На Ваш взгляд, повысился ли уровень социально-коммуникативных навыков у Вашего ребенка после прохождения им программы занятий группы «РАССВЕТ» для детей? Какие позитивные изменения Вы отмечаете в своем ребенке? Пожалуйста, дайте развернутый ответ.

_____

_____

_____

3. Насколько Вы удовлетворены своим участием и участием Вашего ребенка в группе «РАССВЕТ» в целом? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Поясните Ваш ответ

_____

4.Пожалуйста, дайте свои комментарии по программе «РАССВЕТ» для обучающихся младшего школьного возраста с РАС и их родителей:

_____

_____

Дата «___» _____ 20__ г. Подпись _____ /