

# Помощь подросткам и молодым людям с РАС в развитии самосознания



- **Костин Игорь**  
Анатольевич, докт.  
психол. наук., старший  
науч. сотр. Отдела  
научных исследований  
ФГБНУ «Институт  
коррекционной  
педагогики  
Российской академии  
образования»

# Устойчивые особенности самосознания

- Трудно выразить вербально свои эмоции, оценки и впечатления от каких-либо событий, отделить при этом свои переживания и впечатления от таковых других людей;
- Трудно сделать выбор, высказать предпочтение.
- Бедность психологического лексикона: названия чувств, настроений, черт характера, нравственных оценок плохо знакомы и мало используются, особенно в спонтанной речи.

**Внутренний мир в целом остается трудно вербализуемым, слабо дифференцированным**

# Особенности структурирования автобиографического опыта

- Отдельные яркие воспоминания – яркие, детализированные, с точной датировкой.
- Недостаточно целостное представление о себе как о континуальном, но все время изменяющемся субъекте, об основных этапах своей жизни.

# Особенности возрастной идентификации

- Достигшие паспортной взрослости аутичные люди часто не воспринимают себя взрослыми: аутичному человеку привычно, что близкие принимают решения относительно его жизни, опекают, заботятся... как правило, нет ответной заботы и ответственности за близких.
- Возможна слабая сформированность представлений о жизненном цикле человека в целом, об отдельных возрастах.

# Развитие содержательного и эмоционально позитивного образа взрослого

- Конспект обсуждения на занятиях в группе социальной адаптации молодых людей с особенностями развития
- **Преимущества жизни взрослого**
- Взрослый **сам выбирает** – что ему делать, готовить, какую одежду покупать, куда ходить;
- У взрослого есть дела, **обязанности**, работа, учеба, но он сам распределяет время между своими делами;
- Взрослый свободно встречается с друзьями;
- Распоряжается деньгами, **планирует свои расходы с учетом своих доходов**. Деньги нужно заработать (на работе надо выполнять свои обязанности, выполнять требования начальника);
- Взрослый выбирает, когда ему ложиться спать (в пределах разумного – ведь ему нужно быть бодрым завтра);
- Взрослый может водить машину, но этому нужно выучиться;
- Зарабатывает деньги;
- Может ходить на свидания, заводить семью;
- Взрослый сам выбирает развлечения (музыку, кино, игры, новости и т.д.).

## Самоконтроль

Взрослый человек умеет себя контролировать. Это означает:

- может контролировать свои желания, то есть понимает, что не все его желания могут быть быстро выполнены;
- может себя ограничивать, например в еде;
- может контролировать свое поведение, проявления своих эмоций, например если он разозлился.

Что отличает по-настоящему взрослого человека:

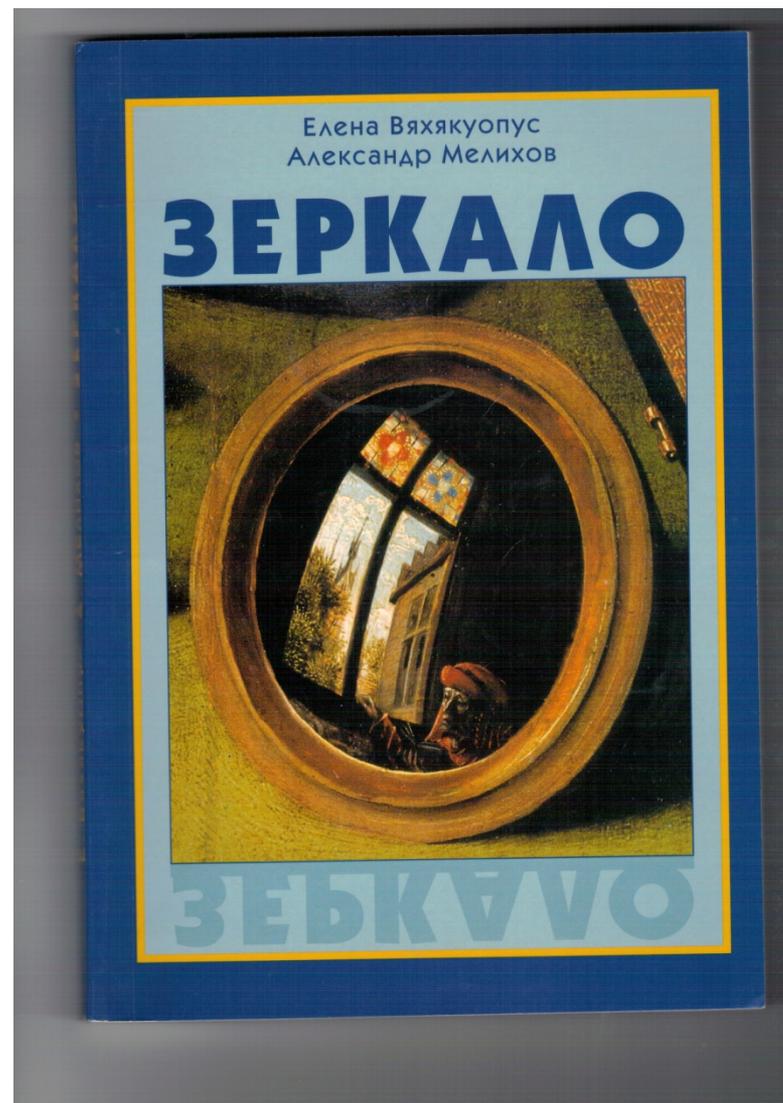
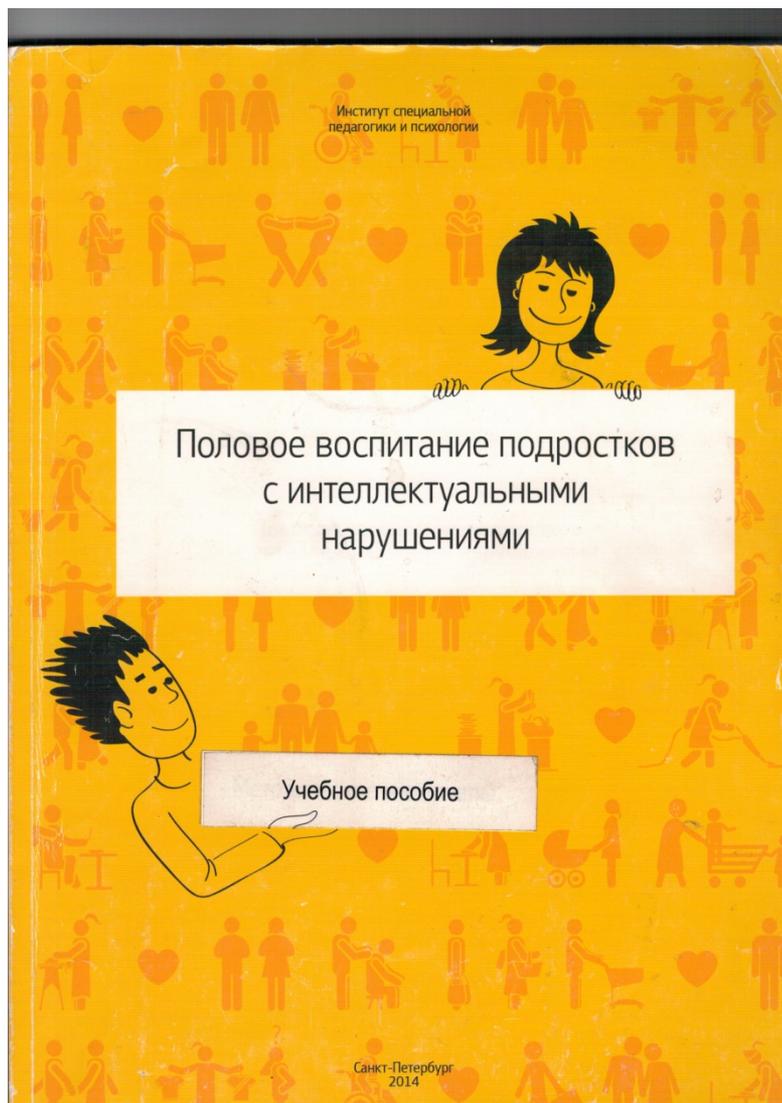
- он выбирает слова;
- мирный, спокойный;
- договаривается с другими людьми;
- выполняет дела (то есть у него есть обязанности).

Взрослого отличают терпение и дисциплина.

Что неприемлемо для поведения по-настоящему взрослого человека:

- ругань;
- драка;
- спор, возмущение;
- слёзы;
- грубость, агрессия;
- каприз.

# Обогащение, усложнение представлений о себе – одно из направлений развития самосознания



# Методы развития самосознания (и не только)

- **Совместная со взрослым дневниковая работа** («Дневник событий и впечатлений»). С включением эмоционально-оценочной лексики, с записью мнений и впечатлений (не только перечисление событий!)
- **Совместная со взрослым проработка художественных текстов** (книг, кино). Развитие возможности идентификации («поставить себя на место» персонажа), обсуждение поступков, мыслей и чувств персонажей, связывание происходящих в тексте событий с личным опытом человека с РАС

## В заключение – две непротиворечивые цитаты

- «Людям с особенностями развития обязательно нужно помогать копать в себе» (С.В. Андреева, Псков)
- Отмечает «малую целесообразность попыток коррекции несовершенного самосознания как такового: оно совершенствуется по мере накопления адекватных представлений, богатства индивидуального опыта» (Е.Л. Инденбаум, Иркутск)

Спасибо за внимание



[kostin@ikp.email](mailto:kostin@ikp.email)