



**МИНИСТЕРСТВО
СОЦИАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ
АЛТАЙСКОГО КРАЯ**

**КГБУСО «Краевой
реабилитационный центр для
детей и подростков с
ограниченными возможностями
«Журавлики»**

ПРОФИЛАКТИКА ВЫУЧЕННОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ У МОЛОДЫХ ИНВАЛИДОВ 18-44 лет.

Андреева Татьяна Владимировна,
Психолог КГБУСО «Краевой реабилитационный центр
для детей и подростков с ограниченными возможностями «Журавлики»



Дистанцированность людей-инвалидов от общества и общества от них, исключение из активного участия в социальной жизни огромной группы людей с отличиями основаны на действии социально-психологического феномена «мы и они», сущность которого в разделении (дискриминации) людей по внешним признакам на «своих» (понятных, предсказуемых, безопасных) и «чужих» (иных, непонятных и потому опасных).

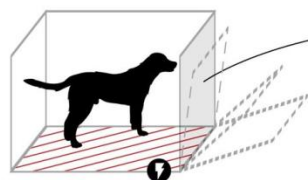
Для оказания более «адресной», лично-ориентированной, а значит, наиболее результативной помощи вам как специалистам необходимо при первом же контакте помочь осознать важность, потребность для молодого инвалида в социальных услугах. Предпринимать направленные усилия в привлечении инвалидов к социальному обслуживанию.



Основными условиями успешной социально-психологической реабилитации мы считаем обязательную **психопрофилактику выученной беспомощности** у молодых инвалидов.

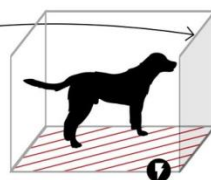
Эксперимент Мартина Селигмана

Первая фаза Две группы собак подвергались действию электрошока одинакового напряжения и в течение равного периода времени



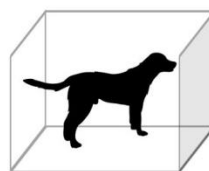
Группа 1

Собака при ударе током может выбежать из клетки, открыв носом дверь



Группа 2

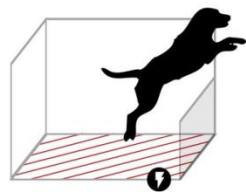
Собака при ударе током ничего не может сделать. А дверь открывается только тогда, когда собака из первой группы откроет свою дверь. То есть собакам из второй группы непонятна причина спасения



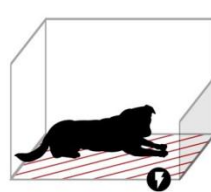
Группа 3

Это контрольная группа собак, которые не получают удара током

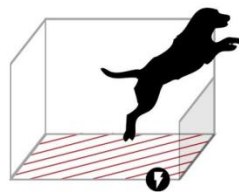
Вторая фаза Все группы собак переводятся в ящики с низкой перегородкой, через которую любая из них может легко перепрыгнуть и прекратить мучения



Собака выпрыгивает из ящика



Собака ложится, скулит и просто переносит удары током все большей и большей силы



Собака выпрыгивает из ящика



Категория молодых инвалидов склонны к страху перед трудностями, поддаются сомнениям, не способны предпринимать активные действия для устранения последствий негативной жизненной ситуации, не уверены в себе и в собственных силах плохо адаптируется к современным жизненным условиям.

Выученная беспомощность





Состоянию психологической беспомощности подвержены все люди, но инвалиды в большей степени. Физический недуг для человека является дополнительным фактором, негативно влияющим на его общий психоэмоциональный фон. Проявляется в психоэмоциональном состоянии и стратегиях поведения человека в трудных жизненных ситуациях.





Состоянию психологической беспомощности подвержены все люди, но инвалиды в большей степени. Физический недуг для человека является дополнительным фактором, негативно влияющим на его общий психоэмоциональный фон. Проявляется в психоэмоциональном состоянии и стратегиях поведения человека в трудных жизненных ситуациях.





Для профилактики выученной беспомощности у молодых инвалидов была составлена программа, направленная на коррекцию и улучшение данного состояния.

Цель программы: профилактика выученной беспомощности.

Задачи:

- повысить самооценку;
- научить молодых инвалидов правильно выходить из конфликтных и стрессовых ситуаций;
- развить волевые качества: обучить навыкам саморегуляции, постановки цели, асертивности;
- обучить коммуникативным навыкам;
- изменение внутреннего отношения к уровню своих возможностей.

