

«Psychological health» and «Psychological immunity» are interrelated. It is analyzed that the media is not only a carrier of information, but also provides the process of information perception. Using a special technique, it is shown that Coping is a type of behavior that reflects a willingness to solve life problems and is aimed at adapting to a specific situation. The methodology made it possible to identify priority coping strategies.

*Keywords:* behavior, media, media education, media literacy, psychological health, stress, media behavior, coping.

Редакцияға 05.07.2021 қабылданды

МРНТИ 14.31.07

<https://doi.org/10.51889/2021-3.2077-6861.10>

Е.Д.КАЛИНИЧЕНКО\*

Казахский национальный педагогический университет имени Абая  
(Алматы, Казахстан), [elena\\_kalinich@mail.ru](mailto:elena_kalinich@mail.ru)\*

## РАЗВИТИЕ ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ У ЛИЦ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ КАК НАПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

### Аннотация

В статье рассматривается развитие жизненных навыков у лиц с особыми потребностями как направление социальной адаптации. Согласно исследованиям и отчетам о клинических случаях показывают относительно стабильную картину проблем в социальной адаптации у детей, подростков и взрослых с особыми образовательными потребностями. Более того, есть некоторые признаки того, что последующие нарушения социализации могут быть связаны с неадекватно сформированными жизненными навыками. Некоторые из них включают неадекватную поведенческую оценку и отсутствие контролируемых исследований. Делается вывод, что будущие исследования могут быть сосредоточены на расширении диапазона социальных навыков, нацеленных на текущие программы; предотвращении социальной дисфункции во взрослой жизни путем более широкого применения жизненных навыков; дальнейшем изучении роли жизненных навыков в социализации личности с особыми потребностями.

*Ключевые слова:* жизненные навыки; потенциал; социальная адаптация; способности; особые потребности.

**Введение.** Жизненные навыки определяются как группа психосоциальных компетенций и межличностных навыков, которые помогают людям принимать обоснованные решения, решать проблемы, критически и творчески мыслить, эффективно общаться, строить здоровые отношения, сопереживать другим, справляться со своей жизнью и управлять ею здоровым и продуктивным образом. Термин «жизненные навыки» обычно используется для обозначения любых навыков, необходимых для успешного и эффективного решения жизненных проблем. Любой навык, который пригодится в вашей жизни, можно считать жизненным навыком. Для большинства людей завязывать шнурки, плавать, водить

машину и пользоваться компьютером — это полезные жизненные навыки. Жизненные навыки могут быть направлены на личные действия или действия по отношению к другим, а также на действия по изменению окружающей среды, чтобы сделать ее благоприятной для здоровья [1]. Принимая во внимание данное определение, необходимо предложить молодежи эмоциональные, социальные и интеллектуальные инструменты, необходимые для достижения успеха в жизни — на личностном уровне, межличностном уровне, а также в рамках их сообщества и рабочих мест.

*Актуальность.* Человек должен чувствовать себя комфортно в своей способности управлять своей жизнью

дома, на работе и в общественных местах. Достижение этой цели требует сочетания концентрированного развития навыков в определенных областях и способности изменять свой подход к повседневным задачам [2]. Способность выполнять задачи с минимальной помощью так же важна дома, как и когда человек находится на работе, в школе или наслаждается развлекательными мероприятиями. Следовательно, функциональность в самых разных ситуациях зависит от жизненных навыков, которые человек развивает с течением времени. Для каждого человека это означает разные вещи. Человек с особыми потребностями может практиковать модифицированные методы выполнения повседневных задач; люди с тяжелыми формами инвалидности могут использовать вспомогательные устройства или нуждаться в помощи ассистента. На людей с разным уровнем способностей возлагаются те же задачи и обязанности, что и на всех остальных, если они хотят жить независимо.

*Цель исследования:* рассмотреть наличие способности справляться с требованиями и проблемами повседневной жизни у подростков с особыми потребностями, обучающихся профессиональным навыкам. Умеют ли они поддерживать состояние психического благополучия и демонстрировать это в адаптивном и позитивном поведении во время взаимодействия с другими людьми, своей культурой и окружающей средой?

*Научная значимость.* Одна из важных задач образования — обеспечить каждому ребенку достаточные условия для развития и воспитания. Крайне важно, чтобы у детей с особыми потребностями развивались способности, необходимые для самостоятельной жизни. Правильная форма ранних и синхронных усилий общества во многих случаях может предотвратить развитие заболеваний в будущем. На данном этапе необходим комплексный подход к изменению поведения, который концентрируется на развитии навыков, необходимых для жизни, таких как

общение, принятие решений, мышление, управление эмоциями, уверенность в себе, повышение самооценки, сопротивление давлению со стороны сверстников и навыки взаимоотношений. Кроме того, необходимо рассмотреть важные смежные вопросы расширения прав и возможностей детей с особыми образовательными потребностями и направления их к возможностям самостоятельной жизни.

**Методология исследования.** Исследуемая выборка состояла из 32 человек ( $n = 12$  мальчиков,  $n = 20$  девочек) с особыми потребностями в возрасте от 15 до 20 лет, получающих образование в Алматинском колледже полиграфии. Участники ответили на анкету, которая была отправлена в электронном виде через WhatsApp семьям людей с особыми потребностями. В анкете задавались вопросы о сне, еде, физических упражнениях, курении, употреблении алкоголя и наркотиков, общении в кругу сверстников и со взрослыми людьми. Большинство опрошенных показали, что достаточно легко могут общаться со взрослыми людьми, но со сверстниками испытывают сильное стеснение и не могут наладить контакт. Многие ничего не знают о способах приготовления пищи, не умеют стирать и гладить свои вещи. При этом 90 % подростков показали резко отрицательное отношение к курению, алкоголю и наркотикам, никогда не пробовали и не испытывают желания, так как в их окружении нет людей подверженных данным привычкам. Анкета прошла статистическую обработку для извлечения данных для анализа. Анкетирование выявило низкий уровень развития жизненных навыков и самостоятельности у подростков. В общей сложности каждый второй ребенок в исследовании имеет трудности с общением, выполнением домашнего задания и самостоятельным приготовлением пищи в случае необходимости.

Базовые жизненные навыки обеспечивают легкодоступные инструменты для решения проблем или требований повседневной жизни подростков, начиная от управления

своими эмоциями и заканчивая принятием обоснованного решения. Она также помогает развить личность, таланты, умственные и физические способности детей, реализовать их истинный потенциал через познание себя и других, принятие эффективных решений для гармоничной совместной жизни в обществе [3]. Через обучение жизненным навыкам, молодое поколение можно оснастить базовыми навыками, необходимыми для перехода к продуктивной взрослой жизни (научить бороться со стрессом; справляться с тяжелыми эмоциями; повысить самооценку; развить эмпатию; научить внимательно слушать других; научиться ставить личные границы; ставить цели и добиваться их, принимать решения, решать проблемы, мыслить критически и творчески, использовать исполнительные функциональные навыки и научить оправляться от невзгод) [4].

Программа обучения основным жизненным навыкам для подростков должна быть основана на научно-обоснованной психосоциальной методологии, включающей когнитивно-поведенческую терапию, осознанность и деятельность по укреплению жизнестойкости. Эти навыки могут помочь молодежи лучше понять себя, ладить с другими и получить инструменты для преодоления неизбежных жизненных трудностей:

– Самопознание – знание себя самого и жизнь с самим собой. Этот предмет охватывает темы, которые способствуют отношениям и пониманию обучающихся самих себя, включая его мысли, чувства и поведение [5].

– Навыки межличностного общения – знание и жизнь с другими людьми: Уроки этой темы исследуют, как установить здоровые, уважительные отношения; уроки подчеркивают использование ненасильственного общения, самоутверждения и разрешения споров [6].

– Навыки мышления – принятие эффективных решений: Навыки, преподаваемые в этой теме, включают конкретные способы мышления и выполнения задач, чтобы

молодежь могла принимать эффективные решения, ставить соответствующие цели и быть информированными потребителями информации [7].

Жизненные навыки – это различные способности, которые человек развивает в повседневной жизни. Они могут пересекаться и частично совпадать с профессиональными навыками, поскольку обычно являются общими навыками, которые вооружают вас миром. Самое лучшее в жизненных навыках, в отличие от других профессиональных или личных навыков, – это то, что их можно получить, просто живя [8]. Опыт, который человек переживает, помогает ему овладеть определенными способностями, такими как общение, самоуправление, этикет и другие мягкие навыки. Это могут быть широкие компетенции, которые проявляются во многих сферах жизни, что делает их жизненными навыками, а не просто профессиональными, техническими или личными навыками.

Ни для кого не секрет, что наша система образования не идеальна. Многим жизненным навыкам, которые нужны детям, не учат в школах или колледжах; вместо этого мы ориентируемся на программирование молодежи с отраслевыми навыками, чтобы подготовить их к трудовой деятельности [9]. Слишком часто это означает, что дети оканчивают среднюю школу или колледж, плохо подготовленные к решению более широких жизненных проблем. Хотя это важно, изучение структуры ячейки не научит, как снизить эскалацию конфликта, пока он не зайдет слишком далеко, и умение определять значение  $x$  – не научит человека не сдаваться под давлением. Жизненные навыки не только улучшают качество жизни, но и привлекательны для работодателей, которым нужны работники с психической стабильностью и хорошо подготовленными для решения задач и выполнения обязанностей, не указанных в описании должности [10].

Несмотря на то, что в своей жизни человек может приобрести множество навыков, от знаний до опыта, жизненные навыки, как

правило, особенно полезны. Поскольку они приобретаются по мере выполнения повседневных задач, жизненным навыкам всегда можно научиться. Ниже приведены некоторые из наиболее важных жизненных навыков, которые работодатели ищут в резюме и на собеседовании:

1. *Общительность.* Каждый может общаться, но именно общение эффективно отличает одного человека от остальных соискателей. Общение — это больше, чем просто четкое изложение своей точки зрения, это еще и умение слушать, уважать мысли других людей, быть дружелюбным и чутким, а также иметь уверенность в том, что высказать свое мнение. Работодатели постоянно ищут эффективных коммуникаторов, поэтому подросток должен знать о том, как применять эти навыки в личной и профессиональной жизни [11].

2. *Стрессоустойчивость.* Насколько человек может оправиться от неудач или критики? Работодатели хотят знать, что нового работника не отпугнут комментарии или критические замечания к его работе, поэтому они ищут устойчивых кандидатов [12]. Интервьюеры любят спрашивать на собеседовании, когда возникали проблемы в профессиональном плане или в чем заключалась самая большая проблема.

3. *Навыки принятия решений.* Это один из тех универсальных навыков, поскольку он затрагивает многие другие навыки и способности. Люди принимают решения каждый день, но важно то, как они подходят к ним. Решения включают рассуждения, логику, решение проблем и многое другое, поэтому работодатели ищут людей, которые учтут все факторы и выберут лучший вариант. Реализация этих решений также важна, поскольку требует командной работы, общения и лидерства — всех важных качеств, которые следует учитывать при выборе кандидата [13].

4. *Сотрудничество.* Хотя сотрудничество может показаться пассивным термином, на самом деле это очень активный навык. Сотрудничество с командой, начальством и всеми, с кем человек должен

профессионально взаимодействовать, поможет координировать, сотрудничать и выполнять работу. Работодатели хотят знать, что их потенциальные сотрудники — гибкие командные игроки, поскольку большая часть работы вращается вокруг совместных усилий команды. Выделение опыта работы в команде и того, чего человек уже достиг, может стать отличным способом выделиться среди других кандидатов.

5. *Умение принимать конструктивную критику.* Подобно устойчивости, позитивное отношение к конструктивной критике — это отличительная черта, которую ценят работодатели. Никто не совершенен, и иногда человек допускает ошибки или просто делает то, что не соответствует ожиданиям начальника — и это нормально. Более важно, чтобы человек мог принять эту обратную связь, интегрировать ее в свою работу и улучшить работу в следующий раз. При приеме на работу работодатели ищут людей с определенными техническими или профессиональными навыками, но не менее важно найти людей, которые готовы учиться и хотят учиться на работе. В конечном итоге к этому и сводится принятие критики. И здесь жизненные навыки идут рука об руку с развитием и могут помочь ребенку с особыми потребностями добиться успеха в дальнейшей жизни [14].

Упражнения по развитию жизненных навыков, которые нужно включить в распорядок дня подростка, осваивающего рабочую квалификацию:

1. *Сосредоточенность и самоконтроль.* Дети должны следовать расписанию и распорядку дня, которые не только создают чувство безопасности, но и помогают научиться самоконтролю и сосредоточенности [15]. Необходимо сообщать подростку о том, что он должен сделать в течение дня. Необходимо организовать учебное помещение так, чтобы он знал, куда класть инструменты, рабочую одежду и личные вещи.

2. *Взгляд на себя со стороны.* Большинство детей не думают о чужой точке зрения, но это можно развить. Наблюдайте за тем, что



чувствуют другие, например: «Арсен очень огорчился, что не смог выполнить задание. Интересно, что мы можем сделать, чтобы ему стало лучше».

3. *Личное общение.* Дети нуждаются в личном общении с близкими контактами каждый день, чтобы развивать здоровые социально-эмоциональные навыки, включая способность понимать других и общаться с ними. Хотя темп, с которым они развивают эти навыки, может быть разным, детям необходимо научиться распознавать социальные сигналы и внимательно слушать. Они должны продумать то, что они хотят сообщить, и наиболее эффективный способ этим поделиться. Каждый день необходимо уделять время тому, чтобы слушать ребенка и отвечать ему, не отвлекаясь [16].

4. *Установление связей.* Настоящее обучение, происходит, когда человек может видеть связи и закономерности между, казалось бы, разрозненными вещами. Чем больше связей человек устанавливает, тем больше смысла он придает миру. Маленькие дети начинают замечать связи и закономерности при сортировке основных предметов домашнего обихода, таких как игрушки и носки [17]. При освоении профессии, простые действия, такие как выбор бумаги, подходящей для бланочной продукции, помогают им налаживать связи. Можно указать на более абстрактные связи в жизни или в профессии, которые вы замечаете, например: «Эту бумагу еще используют для печати школьных тетрадей».

5. *Критическое мышление.* Мы живем в сложном мире, в котором взрослые должны ежедневно анализировать информацию и принимать решения по множеству вещей. Один из лучших способов развить критическое мышление – это насыщенная, открытая игра. Важно убедиться, что у ребенка есть время каждый день играть одному или с друзьями. Эта игра может включать в себя выполнение ролей (пожарных или супергероев), собирание конструктора, настольные игры или физические игры, такие как метки или прятки. В процессе игры дети формулируют гипотезы, рискуют,

пробуют свои идеи, совершают ошибки и находят решения – все это важные элементы построения критического мышления [18].

6. *Умение принимать вызов.* Одна из самых важных черт, которую люди могут развить в жизни, – это способность противостоять трудностям, восстанавливаться после неудач и продолжать попытки. Дети учатся принимать вызовы, когда взрослые создают среду с правильной структурой – не столько, чтобы ограничивать, но достаточно, чтобы они чувствовали себя в безопасности. Важно поощрять ребенка пробовать что-то новое и допускать разумный риск, например, подготовить доклад или презентацию. Предложить новый вызов, сосредоточиться больше на усилиях, чем на достижениях, например: «Научиться писать доклад, было действительно сложно, но вы продолжали пытаться. Отлично сработано» [19].

7. *Самостоятельное, заинтересованное обучение.* Ребенок, который любит учиться, становится взрослым, которому в жизни редко бывает скучно. Чтобы поощрять любовь к учебе, поощряйте чтение, игры и открытые исследования. Необходимо проявлять любопытство и энтузиазм к обучению в своей собственной жизни, вместе посещая библиотеку, подбирая доступные игры для урока, и позволяя навести порядок в кабинете.

Таким образом, обучение жизненным навыкам приводит к преодолению барьеров общения с родителями и другими людьми. Это позволяет молодым людям эффективно справляться со стрессовыми ситуациями, не теряя самообладания и не впадая в уныние, учиться вежливо не соглашаться с использованием соответствующих сообщений “Я”, а навыки самоутверждения важны для развития самооценки, позитивного отношения, твердой позиции на ценностях, убеждениях и культурных различиях. Когда индивид овладеет всеми основными навыками справляться с трудностями, он почувствует себя более уверенным, мотивированным и выработает позитивное отношение к жизни, таким образом, примет более зрелое и взрослое решение, начнет

брать на себя ответственность за свои действия и, в свою очередь, воздержится от принятия риска и рискованного поведения и станет более полезным человеком для следующего поколения.

**По результатам** этого исследования был сделан вывод, что развитие жизненных навыков способствует развитию социальной сплоченности и компетентности подростков с особыми потребностями. По этой причине его следует включать в индивидуальный план обучения необходимые жизненные навыки, которые должны повышать и поддерживать уровни социального развития подростков с особыми потребностями, чтобы они могли адаптироваться к среде, в которой они живут.

**При обсуждении результатов** был сделан вывод, что будущие исследования должны быть сосредоточены на: 1) расширении диапазона социальных навыков, нацеленных на существующие программы обучения в

профессионально-техническом образовании, 2) предотвращении социальной дисфункции во взрослой жизни путем более широкого применения жизненных навыков в процессе обучения, и 3) необходимо дальнейшее изучение роли жизненных навыков в социализации личности с особыми потребностями.

**В заключении** можно сказать, что жизненные навыки необходимы для: содействия здоровому развитию детей и подростков, первичной профилактики некоторых ключевых причин детской и подростковой смертности, болезней и инвалидности, социализации, подготовки молодежи к изменяющимся социальным обстоятельствам. Обучение жизненным навыкам способствует: базовому образованию, содействию обучению на протяжении всей жизни; качеству жизни; укреплению межличностных отношений.

*Список использованных источников*

- [1] Чеснокова Е.Н. Формирование жизненных навыков подростков в процессе занятий спортивным ориентированием // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского, 2012. – №28. – С.1111-1113.
- [2] Устенко Л.А. Социально-педагогические аспекты социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. – Ростов-на-Дону. – № 2. – 2011. – С.47-52.
- [3] Чечельницкая С.М. Теория и практика обучения жизненным навыкам // С.М. Чечельницкая, С.Г. Косарецкий, Д.А. Шалаева, В.А. Родионов // Школа здоровья. – 2002. – № 1. – С.5-11.
- [4] Игумнова О.В. «Жизненные» и «гибкие» навыки обучающихся: границы применимости понятий в педагогике // Теория и практика научных исследований: психология, педагогика, экономика и управление. – Новокузнецк. – 2019. – №4 (8). – С. 25-38.
- [5] Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
- [6] Суворова Р.А. Психология деятельности: Учеб. пособие для вузов. – М.: МГУ, 2003. – 406 с.
- [7] Общая психология: Курс лекций для первой ступени педагогического образования/ Сост. Е. И. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 448 с.
- [8] Столяренко Л.Д. Основы психологии. 4-е изд. – Ростов н/Д: Феникс, 2001. – 672 с.
- [9] Шипилов В. Перечень навыков soft-skills и способы их развития [Электронный ресурс] – 2018. – URL: [https://www.cfin.ru/management/people/dev\\_val/soft-skills.shtml](https://www.cfin.ru/management/people/dev_val/soft-skills.shtml) (дата обращения 25.01.2021).
- [10] Stepanov, Victor I. (2018). Развитие творческого потенциала личности студентов в процессе обучения. Tomsk State Pedagogical University Bulletin. 166-174. 10.23951/1609-624X-2018-5-166-174.
- [11] Манелис Н.Г., Аксенова Е.И., Богорад П.Л., Волгина Н.Н., Загуменная О.В., Калабухова А.А., Панцырь С.Н., Феррои Л.М. Формирование жизненных компетенций у обучающихся с расстройствами аутистического спектра: Методическое пособие / Под общ. ред. Хаустова А.В. – М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2016. – 57 с.
- [12] Мартин Ланик. Привычки лидера. Самые важные навыки за несколько минут в день. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.
- [13] Формирование социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра: Методические рекомендации / Авт.-сост. О.Ф. Богатая, 2019. – Сургут. С – 67.

[14] Чирова, Т.А. Формирование социально-бытовых навыков младших школьников с ограниченными возможностями здоровья в условиях школы-интерната //Актуальные вопросы современной педагогики: Материалы X Междунар. науч. конф. – Самара: АСГАРД, 2017. – С.75-77. – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/212/11889/> (дата обращения: 13.07.2021).

[15] Организация работы по социально-бытовой адаптации детей-инвалидов: Учебное пособие. – М.: ФГАОУ АПК и ППРО, 2017. – 416 с.

[16] Черепанова О.Г., Башкатова Е.В. Образовательная среда как фактор формирования профессиональных компетенций обучающихся //В сборнике: Научно-исследовательские решения современной России в условиях кризиса. Материалы XXVI Всероссийской научно-практической конференции: в 2-х ч. – Ростов-на-Дону, 2020. – С.213-218.

[17] Калиниченко Е.Д. Развитие творческих способностей учащихся в профессиональном образовании // Особенности технолого-технической подготовки молодых специалистов [Электронный ресурс]: Сб. науч. ст. – Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2021. – 328 с.

[18] Prajapati, Ravindra & Sharma, Bosky & Sharma, Dharmendra. (2016). Significance Of Life Skills Education. Contemporary Issues in Education Research (CIER). 10. 1. 10.19030/cier.v10i1.9875.

[19] Life skill education for creative and productive citizens Dr. AR. Saravanakumar Assistant Professor, Department of Education (DDE), Alagappa University, Tamil Nadu, India. Journal of Critical Reviews, ISSN- 2394-5125 Vol.7, Issue 9, 2020.

#### References

[1] Chesnokova E.N. Formirovanie zhiznennykh navykov podrostkov v processe zanyatij sportivnym orientirovaniem //Izvestiya PGPU im. V.G. Belinskogo, 2012. – №28. – S.1111-1113.

[2] Ustenko L. A. Social'no-pedagogicheskie aspekty socializacii detej-sirot i detej, ostavshihsiya bez popecheniya roditel'ej. – Rostov-na-Donu. – № 2. – 2011. – S.47-52.

[3] Chechel'nickaya S.M. Teoriya i praktika obucheniya zhiznennym navykam //S.M. Chechel'nickaya, S.G. Kosareckij, D.A. Shalaeva, V.A. Rodionov //Shkola zdorov'ya. – 2002. – № 1. – S.5-11.

[4] Igumnova O.V. «Zhiznennyye» i «gibkie» navyki obuchayushchihsiya: granicy primenimosti ponyatij v pedagogike //Teoriya i praktika nauchnykh issledovaniy: psihologiya, pedagogika, ekonomika i upravlenie. – Novokuzneck.– 2019. – №4 (8).– S. 25-38.

[5] Leont'ev A.N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost'. – М.: Politizdat, 1977. – 304 s.

[6] Suvorova R.A. Psihologiya deyatel'nosti: Ucheb. posobie dlya vuzov. – М.: MGU, 2003. – 406 s.

[7] Obshchaya psihologiya: Kurs lekciy dlya pervoy stupeni pedagogicheskogo obrazovaniya/Sost. E.I. Rogov. – М.: VLADOS, 2000.– 448 s.

[8] Stolyarenko L.D. Osnovy psihologii. 4-e izd. – Rostov n/D: Feniks, 2001. – 672 s.

[9] Shipilov V. Perechen' navykov soft-skills i sposoby ih razvitiya [Elektronnyj resurs] – 2018. – URL: [https://www.cfin.ru/management/people/dev\\_val/soft-skills.shtml](https://www.cfin.ru/management/people/dev_val/soft-skills.shtml) (data obrashcheniya 25.01.2021).

[10] Stepanov, Victor I. (2018). Razvitie tvorcheskogo potenciala lichnosti studentov v processe obucheniya. Tomsk State Pedagogical University Bulletin. 166-174. 10.23951/1609-624X-2018-5-166-174.

[11] Manelis N.G., Aksenova E.I., Bogorad P.L., Volgina N.N., Zagumennaya O.V., Kalabuhova A.A., Pancyr' S.N., Ferroi L.M. Formirovanie zhiznennykh kompetencij u obuchayushchihsiya s rasstrojstvami autisticheskogo spektra: Metodicheskoe posobie /Pod obshch. Red. Haustova A.V. – М.: FRC FGBOU VO MGPPU, 2016. – 57 s.

[12] Martin Lanik. Privychki lidera. Samye vazhnye navyki za neskol'ko minut v den'. – М.: Mann, Ivanov i Ferber, 2019.

[13] Formirovanie social'no-bytovykh navykov u detej s rasstrojstvami autisticheskogo spektra: Metodicheskie rekomendacii/Avt. – sost. O.F. Bogataya, 2019. – Surgut. S – 67.

[14] CHirova, T. A. Formirovanie social'no-bytovykh navykov mladshih shkol'nikov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v usloviyah shkoly-internata //Aktual'nye voprosy sovremennoj pedagogiki: Materialy X Mezhdunar. nauch. konf. – Samara: ASGARD, 2017. – S.75-77. – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/212/11889/> (data obrashcheniya: 13.07.2021).

[15] Organizaciya raboty po social'no-bytovoj adaptacii detej-invalidov: Uchebnoe posobie. – М.: FGAOU APK i PPRO, 2017. – 416 s.

[16] Cherepanova O.G., Bashkatova E.V. Obrazovatel'naya sreda kak faktor formirovaniya professional'nyh kompetencij obuchayushchihya // V sbornike: Nauchno-issledovatel'skie resheniya sovremennoj Rossii v usloviyah krizisa. Materialy XXVI Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii: v 2-h ch. – Rostov-na-Donu, 2020. – S.213-218.

[17] Kalinichenko E.D. Razvitie tvorcheskih sposobnostej uchashchihya v professional'nom obrazovanii // Osobennosti tekhnologo-tekhnicheskoy podgotovki molodyh specialistov [Elektronnyj resurs]: Sb. nauch. st. – Cheboksary: Chuvash. gos. ped. un-t, 2021. – 328 s.

[18] Prajapati, Ravindra & Sharma, Bosky & Sharma, Dharmendra. (2016). Significance Of Life Skills Education. Contemporary Issues in Education Research (CIER). 10. 1. 10.19030/cier.v10i1.9875.

[19] Life skill education for creative and productive citizens Dr.AR.Saravanakumar Assistant Professor, Department of Education (DDE), Alagappa University, Tamil Nadu, India. Journal of Critical Reviews, ISSN- 2394-5125 Vol.7, Issue 9, 2020.

### Әлеуметтік бейімделу бағыты ретінде ерекше қажеттіліктері бар адамдардың өмірлік дағдыларын дамыту

*Е.Д.Калиниченко*

*Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті  
(Алматы, Қазақстан)*

#### *Аңдатпа*

Мақалада ерекше қажеттіліктері бар адамдардың өмірлік дағдыларын дамыту әлеуметтік бейімделу бағыты ретінде қарастырылады. Зерттеулер мен клиникалық бақылаулардың деректері бойынша ерекше білім берілуіне қажеттілігі бар балалар, жасөспірімдер мен ересектердегі әлеуметтік бейімделу проблемаларының салыстырмалы түрде тұрақты көрінісі көрсетілген. Сонымен қатар, кейінгі әлеуметтенудің бұзылуы өмірлік дағдылардың жеткіліксіз қалыптасуымен байланысты болуы мүмкін кейбір белгілер бар. Олардың кейбіреулері мінез-құлықты жеткіліксіз бағалауды және бақыланатын зерттеулердің болмауын қамтиды. Болашақ зерттеулер: ағымдағы бағдарламаларға бағдарланған әлеуметтік дағдылар спектрін кеңейтуге; өмірлік дағдыларды пайдалануды кеңейту арқылы ересек жаста әлеуметтік дисфункцияның профилактикасына; ерекше қажеттіліктері бар адамдарды әлеуметтендірудегі өмірлік дағдылардың рөлін одан әрі зерттеуге бағытталуы мүмкін деген қорытынды жасалады.

*Түйін сөздер:* өмірлік дағдылар; әлеует; әлеуметтік бейімделу; қабілеттер; ерекше қажеттіліктер.

### Development of life skills of people with special needs as a direction of social adaptation

*E.Kalinichenko*

*Abai Kazakh National Pedagogical University  
(Almaty, Kazakhstan)*

#### *Abstract*

The article considers the development of life skills in people with special needs as a direction of social adaptation. According to studies and clinical case reports, a relatively stable picture of problems in social adaptation in children, adolescents and adults with special educational needs is shown. Moreover, there are some indications that subsequent socialization disorders may be associated with inadequately formed life skills. Some of these include inadequate behavioral assessment and a lack of controlled research. It is concluded that future research may focus on expanding the range of social skills targeted at current programs, preventing social dysfunction in adulthood by increasing the use of life skills, and further research is needed on the role of life skills in the socialization of individuals with special needs.

*Keywords:* life skills; potential; social adaptation; abilities; special needs.

*Поступила в редакцию 02.07.2021.*