



Подготовка ребенка к устройству в принимающую семью

Методическое пособие



Серия «Семья для ребенка»

**Подготовка ребенка
к устройству в принимающую семью**

Методическое пособие

Москва
ООО «Издательство «Перспектива»
2009

УДК 316.6(072)

ББК 88.5

П44

Данное методическое пособие подготовлено к публикации в рамках программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория» в серии «Семья для ребенка».

Редакторы серии:

Гарифулина Э.Ш. – канд. социологич. наук, руководитель программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория»
Белолипецкая Е.Н.

Рецензенты:

Виленская Г.А., к.п.н., старший научный сотрудник, лаборатория психологии развития Института психологии РАН
Ковалева Ю.В., к.п.н., научный сотрудник, лаборатория психологии развития Института психологии РАН

Авторы:

Базарова Г.Т., кандидат психологических наук,
Белолипецкая Е.Н.,
Гарифулина Э.Ш., кандидат социологических наук,
Карабанова О.А., доктор психологических наук,
Макушина Е.А.,
Пустовая В.Е., кандидат филологических наук.

Автор Приложения №1: Степанов Н.С.

П44

Подготовка ребенка к устройству в принимающую семью:

Методическое пособие / Г.Т. Базарова и др. – М.: Изд-во «Проспект», 2009. – 232 с. – (Семья для ребенка).

ISBN 978-5-98597-151-4

В методическом пособии обобщены психологические проблемы детей-сирот. Авторами предложен конкретный план подготовки детей из учреждений к жизни в принимающей семье. Актуальность пособия определяется необходимостью снижения риска вторичных отказов, которые становятся необратимой травмой для ребенка.

Эффективное функционирование замещающей семьи связано не только со способностью родителей принять на себя новые обязательства и решать новые задачи, но и с готовностью самого ребенка строить новые отношения и менять стереотипы поведения. Тренинги и упражнения, приводимые в данном пособии, нацелены на то, чтобы помочь ребенку лучше понять самого себя и приобрести необходимые навыки неконфликтного общения.

УДК 316.6(072)

ББК 88.5

ISBN 978-5-98597-151-4

© Детский фонд «Виктория», 2009

© Рисунок на обложке: художник Дарья Герасимова, 2009

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Уважаемые коллеги!



«Фонд помощи обездоленным детям и детям, лишенным родительской ласки – Детский фонд «Виктория» создан в ноябре 2004 года с целью качественного улучшения жизни детей, находящихся в неблагоприятной жизненной ситуации, в первую очередь, осиротевших детей и детей, оставшихся без попечения родителей.

Основными направлениями деятельности Фонда являются: профилактика социального сиротства; семейные формы устройства детей, оставшихся без попечения родителей; развитие их компетенций и социализация; развитие добровольчества и благотворительной среды.

Создание семейного окружения для детей, оставшихся без родителей, восстановление утраченных семейных связей – одна из стратегических целей Детского фонда «Виктория».

В рамках программы «Семейные формы устройства детей-сирот» в регионах создаются условия для развития центров семейных форм устройства: обеспечение ресурсами (в т.ч. методическими), повышение уровня компетенций специалистов, поддержка мероприятий по подготовке принимающих родителей и детей к устройству в семью, проведение информационно-просветительских кампаний.

Фонд работает в сотрудничестве с органами государственной власти и обществом для создания комплекса действенных механизмов семейного устройства и оказания услуг детям, реорганизации работы детских интернатных учреждений, привлечения, подготовки и сопровождения принимающих семей.

Методическое пособие «Подготовка ребенка к устройству в принимающую семью» нацелено на помощь специалистам, чья профессиональная деятельность непосредственно связана с детьми, оставшимися без попечения родителей. Раньше сотрудники интернатных учреждений были ориентированы на то, что дети будут находиться здесь до совершеннолетия и, соответственно, они готовили воспитанников к самостоятельной жизни. Но ситуация в обществе меняется. Теперь, благодаря распространению различных моделей принимающих семей, у детей значительно больше шансов обрести семью. Это ставит перед сотрудниками детских учреждений новые задачи, главной из которых является подготовить ребенка к жизни в новой семье.

Надеемся, что данное пособие станет надежным подспорьем для специалистов, готовящих детей-сирот к переходу в приемную семью. Также данное пособие может рассматриваться как хорошая база для разработки собственных программ в данном направлении.

Программа «Семейные формы устройства детей-сирот»

Пособие «Подготовка ребенка к устройству в принимающую семью» предназначено для специалистов, профессиональная деятельность которых непосредственно связана с детьми, находящимися в детских домах, домах ребенка и иных учреждениях для детей, оставшихся без попечения родителей. Целью пособия является знакомство с проблематикой подготовки ребенка к устройству в принимающую семью – новому и актуальному направлению работы с такими детьми и заинтересованными семьями.

В пособии дается характеристика психологических особенностей детей-сирот, обозначены области, в которых их отставание от домашних детей наиболее серьезно. Описан психологический климат детских домов, специфика взаимодействия ребенка и взрослого в таком учреждении. Подробно рассмотрены направления, в которых следует вести психологическую работу с ребенком, у которого появилась перспектива жизни в семье. Основной упор сделан на создании позитивной идентичности ребенка, формировании полноценной личности, что в полной мере отвечает гуманистическим принципам современной психологии и педагогики.

Приводятся комплексные программы сотрудничества специалистов разного профиля, чья работа направлена на подготовку ребенка к устройству в принимающую семью. Указаны критерии готовности ребенка к жизни в семье.

Несколько меньший акцент сделан на работе со вторым участником процесса – семьей, однако и эта тема освещена достаточно подробно. Приводятся основные направления работы с семьей, описан процесс ее подготовки к принятию ребенка. Наконец, что весьма ценно, в пособии отражена необходимость психологического сопровождения семьи уже с приемным ребенком, где акцентирована необходимость выстраивания непрерывной истории ребенка, включающей как историю биологической семьи и пребывания в учреждении, так и жизнь в новой семье. Приведены подробные критерии благополучия ребенка в новых условиях. Схема дальнейшего сопровождения семьи и ребенка в пособии лишь намечена, поскольку эта тема явно выходит за его рамки.

В пособии имеются также приложения практического характера, содержащие конкретные материалы, касающиеся подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к жизни в семье, и семей, планирующих взять приемного ребенка к жизни с ребенком.

Данное пособие является очень своевременным и ценным материалом для всех специалистов, работающих в сфере защиты детства.

Виленская Г.А., к.п.н., старший научный сотрудник, лаборатория психологии развития Института психологии РАН;

Ковалева Ю.В., к.п.н., научный сотрудник, лаборатория психологии развития Института психологии РАН

Содержание

От авторов	6
1. ЖИЗНЬ ДО: психологическая работа в условиях детского дома	9
1.1. ДАНО: ПРОГРАММА «СИРОТА»	9
1.2. ЗАДАЧА: НОВАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ	20
2. ПО ТУ СТОРОНУ СИРОТСТВА: психологическая работа ввиду семейного будущего	40
2.1. НАША ЦЕЛЬ: СЕМЬЯ	40
2.2. СЕМЬЯ КАК ПРЕДСТАВЛЕНИЕ	40
2.3. СЕМЬЯ КАК РЕАЛЬНОЕ БУДУЩЕЕ	51
3. СЕМЬ+Я+СЛУЖБА: психологическая работа в условиях принимающей семьи	52
3.1. АДАПТАЦИЯ: ШАГ ЗА ШАГОМ	52
3.2. ФАКТОРЫ УСПЕХА	56
3.3. ПО ПУТИ С РЕБЕНКОМ	62
ЛИТЕРАТУРА	225
ССЫЛКИ	231

От авторов

Воспитание детей в интернате в полном объеме может решить лишь одну задачу – обеспечить физическую безопасность. Реальность детского дома – это замкнутое территориальное пространство, на котором однообразно воспроизводится ограниченная субкультура. Массовый, коллективный характер воспитания, высокая степень регламентации и монотонность жизни воспитанников, отсутствие свободы выбора и «свободных зон развития» ребенка, недостатки организации образовательно-воспитательного процесса в учреждениях интернатного типа, непостоянство (частая сменяемость) взрослых, воспитывающих детей, отсутствие постоянных и глубоких контактов с социумом – все это крайне затрудняет последующую социализацию воспитанников. До недавнего времени будущее воспитанников детских домов, приютов, домов ребенка – их развитие, востребованность и самореализация – было predetermined и достаточно неоптимистичным.

На сегодняшний день жизненные перспективы детей, оставшихся без попечения родителей, оказались существенно расширены благодаря новому для России социально-психологическому феномену *принимавшей семьи*, предполагающему возможность профессионального подбора и дальнейшего сопровождения родителей и ребенка.

Анализ регионального опыта подготовки детей к семейному устройству выявил изменение целевых установок в деятельности учреждений интернатного типа. Если еще несколько лет назад деятельность их сотрудников была направлена главным образом на подготовку к самостоятельной жизни и социализацию воспитанников, то теперь, ввиду освоенных Россией новых моделей семейного устройства, специалисты осознают подготовку ребенка к жизни в новой семье как свою неотъемлемую задачу. Подготовка к жизни в семье должны быть подчинены многие составляющие повседневной деятельности учреждения интернатного типа – от ориентации внешкольной работы до подбора литературы, художественных и мультипликационных фильмов.

Исследование опыта семейного устройства в Смоленской, Белгородской, Томской, Костромской областях, а также в Пермском крае и Республике Башкортостан показало, что целостная программа подготовки ребенка к передаче в принимающую семью в большинстве учреждений пока не действует, работа по подготовке к семейному устройству ведется фрагментарно и ситуативно (в зависимости от появления конкретной перспективы принимающей семьи для ребенка).

Среди методов подготовки популярны сказкотерапия, анкетирование, беседы, «гостевой режим» (посещение ребенком семей), ролевые игры.

Примеры успешной работы учреждений по подготовке ребенка к жизни в семье показывают, в то же время, как важно наладить обмен опытом и разработками между специалистами по семейному устройству в регионах. Распространению методов семейного устройства по всем профильным учреждениям России способствует одно из направлений деятельности Детского фонда «Виктория», который проводит межрегиональные семинары для специалистов учреждений интернатного типа и региональных центров (служб) по развитию семейного устройства. Каждый межрегиональный семинар предполагает дальнейшую самостоятельную работу участников по практическому применению полученных знаний и подготовке аналогичных обучающих семинаров для своих коллег в регионе.

Актуальность проблемы устройства ребенка в принимающую семью не вызывает сомнений: несмотря на то, что с каждым годом увеличивается тенденция к усыновлению детей, количество воспитанников учреждений интернатного типа не снижается. Феномен принимающей семьи позволяет вариативно решить проблему семейного устройства ребенка и в этом смысле может стать первым шагом к окончательному усыновлению.

Термин «принимающая семья», используемый в настоящем пособии, обозначает любые формы семейного устройства ребенка, как то: опека (попечительство), патронат, приемная семья и традиционное усыновление. Обобщающий характер носит также формулировка «учреждение интернатного типа», которая в данном пособии обозначает совокупно приюты, детские учреждения, интернаты, дома ребенка, детские дома.

Благодарим за предоставленные материалы М.Е. Блох, Л.А. Горн, Т.И. Курасову, Н.С. Степанова, И.И. Осипову, С.Е. Назарову, А.Ю. Тесакову, О.В. Артемову, Г.С. Красницкую, О.В. Широких.

1. ЖИЗНЬ ДО: психологическая работа в условиях детского дома

1.1. ДАНО: ПРОГРАММА «СИРОТА»

Сирота – это слово обозначает не только социальное положение ребенка, воспитывающегося в детском доме, но и внутреннюю психологическую программу, по которой такой ребенок приучается жить. Сиротская идентичность ребенка, перенесшего психологическую травму, формирует его систему ценностей и приоритетов, влияет на развитие способностей, критерии выбора поведения в той или иной ситуации и в итоге обрекает на окружение людей со сходной идентичностью.

В учреждении интернатного типа, где совместно проживают несколько десятков таких детей, программа «сирота» укореняется с течением времени настолько прочно, что даже при попадании в семью ребенок продолжает ей следовать, и его поведение, отношения с близкими и судьба могут складываться соответственно. Требуются по крайней мере 3-5 лет, а в случае отказных детей – до 7 лет, чтобы эта программа перестала работать.

Описания психологической травмы ребенка, воспитывающегося в интернате, многообразны. Обобщая подобные исследования, можно указать на следующие аспекты проблемы, которые надлежит проработать специалисту.

Социализация ребенка. Затруднения в социальной адаптации обусловлены спецификой жизни в учреждении интернатного типа, которое выступает основным институтом социализации ребенка, оставшегося без попечения родителей. Не говоря уже о детях-«отказниках» (по данным Департамента образования города Москвы, это 35% от всего состава воспитанников интернатов), которые овладевают начальными формами взаимодействия и формируют первые представления о внешнем мире в доме малютки.

Психологические исследования показали, что стиль родительского поведения непроизвольно «записывается» в психике ребенка. Существует несколько психологических механизмов, посредством которых родители влияют на социализацию своих детей. Прежде всего это подкрепление: поощряя поведение, которое взрослые считают правильным, и наказывая ребенка за нарушение установленных правил, родители демонстрируют определенную систему норм. Их соблюдение постепенно становится для ребенка привычкой и необходимостью.

Далее, это идентификация по образцу: ребенок подражает родителям, старается стать таким же, как они. И, наконец, понимание: зная внутренний мир ребенка и отзываясь на его проблемы, родители тем самым формируют его самосознание и коммуникативные качества.

У детей из учреждений интернатного типа ограниченный набор источников информации об обществе, отсутствует опыт контактов с людьми, исполняющими разнообразные социальные роли – так возникают затруднения при освоении воспитанником интерната позитивных и конструктивных социальных ролей: семьянина, друга, соседа, лидера, ведомого, гражданина, жителя города и т.д. Не имея положительной модели выстраивания отношений в семье, в коллективе, воспитанник учреждений интернатного типа выполняет роли, которые не позволяют ему успешно социализироваться, например, роли «деструктора», «агрессора», «отрицательного лидера». Поэтому детей-сирот характеризует, с одной стороны, высокий уровень социальной адаптации в экстремальных условиях выживания, а с другой, очень низкий уровень социальной адаптации в условиях «нормы».

Ребенок, растущий в условиях учреждений интернатного типа, как правило, не осваивает навыков продуктивного общения. Его контакты чаще поверхностны, нервозны и поспешны: он одновременно домогается внимания и отторгает его, переходя на агрессию или отчуждение. Дошкольник чаще всего не умеет себя проявить в общении. Из-за этого развивается неуверенность в себе и, как результат, защитное поведение: отчуждение от взрослого, демонстрация безразличия. Следует отметить, что и контакты со сверстниками у детей в условиях интерната выражены слабее, чем в обычном детском саду: воспитанники учреждений интернатного типа проявляют меньший интерес и большую агрессию по отношению к сверстнику.

Воля ребенка. Подавление личностной активности – общая проблема детей-сирот с разным семейным опытом. Значительная часть детей поступает в учреждения интернатного типа из домов ребенка, где они воспитывались до трех лет. Результаты исследований, проведенных академиком В.С. Мухиной, свидетельствуют: воспитанники домов ребенка аутичны, у них слабо выражена потребность к общению, наблюдается общая задержка развития. В свои первые годы жизни из-за недостатка материнской любви и ласки, тесного контакта со взрослыми они отличаются не свойственной детству пассивностью: в возрасте 6-8 месяцев ребенок утрачивает врожденный потенциал к развитию, становится пассивным.

Эффект «замирания» у воспитанников детских домов, имевших опыт проживания в родной семье, отражает систему психологических защит, компенсирующих психотравму потери семьи как на сознательном, так и на бессознательном уровне: не допуская (отрицая), искажая либо вытесняя/подавляя травмирующую информацию. Особенность механизма психологических защит у детей-сирот обусловлена слишком большим объемом хронически воспроизводимой травматичной информации. Происходит процесс резкого сокращения информационного поля, а также ограничение психической деятельности весьма энергозатратным процессом поддержки защитных механизмов. Вследствие этого возникают процессы не просто торможения развития ребенка (например, задержка психического развития), часто связываемые с травматично протекающими сензитивными периодами, когда остаются невостребованными те или иные качества, свойства, способности, – происходит «заморозка/застывание/замирание» личности ребенка.

Как следствие, дети утрачивают произвольность внимания и поведения. Их поведение ситуативно, зависимо от предметного окружения. Во время развивающих занятий, чтения и обсуждения книги воспитанники учреждений интернатного типа не проявляют познавательной активности. Познавательные беседы превращаются в пассивное восприятие информации, которое утомляет детей через пять минут. Детей характеризуют неспособность сосредоточиться на каком-либо занятии, планировать свои действия, двигательная расторможенность, импульсивность. На занятиях дошкольники из учреждения интернатного типа в четыре раза чаще отвлекаются на окружающие предметы, чем их сверстники в детском саду, постоянно нарушают правила в дидактических играх, в свободной игре переключаются с одного предмета на другой, не удерживают сюжет игры.

Недостаточную произвольность поведения усугубляет гиперопека, в условиях которой растут воспитанники школы-интерната: жесткий режим дня, постоянные указания взрослых – все это лишает детей необходимости самостоятельно планировать, осуществлять и контролировать свое поведение и, наоборот, формирует привычку к пассивному выполнению чужих указаний.

Чувства ребенка. Психологам важно понимать, что дети-сироты испытывают острую потребность во внимании и доброжелательности взрослого и их контакты с ним сводятся к поиску его расположения, а не желанию наладить совместную деятельность.

У детей в учреждениях интернатного типа ярко проявляется так называемый «эмоциональный голод». При совместной деятельности,

игре, беседе со взрослыми дети предпочитают непосредственный физический контакт: забраться на колени, обнять, погладить по голове, прижаться, взять за руку.

Пониженный фон настроения, бедная гамма эмоций, склонность к быстрой смене настроения, однообразность и стереотипность эмоциональных проявлений, эмоциональная поверхностность, неадекватные формы эмоционального реагирования на одобрение и замечание (от пассивности и равнодушия до агрессивности и враждебности), повышенная склонность к тревожности и беспокойству, непонимание эмоционального состояния другого человека, чрезмерная импульсивность – вот эмоциональный портрет воспитанника учреждения интернатного типа по описанию Э.А. Минковой.

Эмоционально нестабильное положение ребенка, лишенного родительской заботы, развивает в нем чувство тревоги и неуверенности в себе, подавляет заинтересованное отношение к миру – так из-за проблем в эмоциональном развитии тормозится интеллектуальный рост.

Нарушение формирования привязанности приводит к трагическим и нередко необратимым нарушениям развития ребенка, в первую очередь, в сфере эмоционально-личностного развития. В детском доме ребенок оказывается в ситуации депривации потребности в общении с близким взрослым, которую чаще всего называют материнской депривацией.

В раннем возрасте происходит формирование устойчивого типа привязанности ребенка к близкому взрослому.

Фундаментальным предположением теории привязанности является тезис об интернализации ребенком «рабочей модели» образа значимого взрослого/родителя, которая приобретает ориентирующее значение.

Первый год жизни ребенка – сензитивный период для формирования привязанности. Примерно в 6-10 месяцев у ребенка возникает избирательность в отношении взрослых, различение своих и чужих. Родитель или другой близкий взрослый становится объектом привязанности. Если до 12 месяцев привязанность оказывается несформированной, то это влечет серьезные нарушения психического развития ребенка.

Можно выделить следующие этапы формирования привязанности:

1. 0-6 месяцев – формирование потребности в контакте и близости со взрослым, необходимых для выживания ребенка, генезис исходной поведенческой модели привязанности;

2. 6-12 месяцев – выделение образа матери как объекта поведенческой модели привязанности. Начало дифференциации «своих» от «чужих». На чужих взрослых у ребенка в возрасте 6-7 месяцев впервые возникает реакция страха. Происходит интернализация образа матери и четкое выделение фигур привязанности;
3. до 2-3 лет – формирование устойчивых паттернов привязанности. Свидетельством их возникновения являются реакции ребенка на сепарацию (отделение) и разлуку с матерью. Таким образом, если в младенчестве формируется потребность в контакте с близким взрослым, складываются исходные паттерны привязанности, то в раннем возрасте они преобразуются в устойчивые модели поведения, определяющие стратегию взаимодействия с близким взрослым и отношение ребенка к миру в терминах базового доверия/недоверия к миру.

Формирование того или иного типа привязанности определяется особенностями материнского поведения и историей развития ребенка. Случаи сепарации (госпитализация, разлука с близким взрослым) в раннем возрасте являются фактором риска в возникновении нарушений психического развития ребенка.

Д. Боулби рассматривал привязанность как модель поведения, обеспечивающую достижение и сохранение контактов с близким взрослым, удовлетворяющим потребность ребенка в безопасности. Боулби считал привязанность своеобразной системой с контролем и обратной связью: ребенок активен в поиске близости со значимой фигурой взрослого, поскольку лишь установление необходимой близости с ним и удовлетворение потребности в безопасности открывает возможности для познавательной активности ребенка в исследовании новой ситуации.

Причина влияния типа привязанности на познавательное развитие ребенка в том, что между удовлетворением потребности ребенка в безопасности и готовностью к познанию мира существует прямая зависимость. Если мир представляется доброжелательным и безопасным, то бояться нечего и можно смело исследовать мир. Действительно, все отношения ребенка с миром в раннем детстве опосредованы общением и сотрудничеством со взрослым, поэтому характер такого сотрудничества, обуславливающий тип привязанности, решающим образом определяет открытость ребенка к взаимодействию с миром. Ненадежный тип привязанности, не обеспечивающий удовлетворения потребности ребенка в безопасности, приводит к нарушению, искажению или задержке его познавательного развития.

Вряде исследований было показано, что ненадежная привязанность ведет также к нарушениям развития личности, низкой самооценке, высокой эмоциональной неустойчивости, страхам, высокой тревожности, депрессии, нарушениям поведения.

Тип привязанности в значительной мере определяется особенностями поведения и личности матери или другого близкого взрослого. Базовыми характеристиками матери, обуславливающими формирование типа привязанности, выступают:

- 1) эмоциональное принятие ребенка, любовь и уважение его личности, умение выразить его в общении с ребенком;
- 2) чувствительность к особенностям поведения ребенка, сигнализирующим о его потребностях и желаниях. Чрезмерная чувствительность матери и фиксация на симптомах неблагополучия могут приводить к формированию тревожной привязанности;
- 3) адекватное представление о возрастно-психологических и индивидуальных особенностях ребенка;
- 4) умение адекватно реагировать на потребности и нужды ребенка;
- 5) постоянство, последовательность и непротиворечивость поведения матери, позволяющие ребенку адекватно ориентироваться в поведении матери и эффективно взаимодействовать с ней;
- 6) ориентация матери на ребенка как на самостоятельного субъекта, а не как на объект материнского ухода и воспитания. Учет во взаимодействии с ребенком его активности и потенциальных возможностей и ограничений.

Отсутствие и несформированность привязанности оказываются разрушительными для развития ребенка. Причины отсутствия привязанности:

- 1) отсутствие близкого взрослого в сензитивный период;
- 2) необратимое разрушение привязанности.

Например, повреждение привязанности может произойти при длительной сепарации ребенка раннего возраста (до трех лет) с матерью или другим близким взрослым, если ранее сформировалась привязанность тревожного типа.

Боулби описал три фазы, приводящие к разрушению привязанности ребенка в условиях госпитализации его в больницу. Первая фаза *протеста* – плач, протест, непонимание ситуации, сопротивление ребенка разлуке выражено наиболее ярко. Вторая фаза *отчаяния* – снижение активности, переход в апатию, отсутствие интереса к окружающему миру. Третья фаза *отрыва* внешне выступает как относительно благополучная – апатия исчезает, ребенок начинает интересоваться

окружающим, но при этом исчезает эмоциональный интерес к матери и возникает равнодушие и индифферентность к ней. Именно в этой фазе и происходит, по мнению Боулби, необратимое повреждение привязанности.

Мера деструктивного влияния сепарации на привязанность зависит от следующих факторов: особенностей эмоциональных отношений с близким взрослым, прошлым опытом сотрудничества с ним до сепарации, т.е. типом сформированной ранее привязанности, а также индивидуально-типологическими особенностями ребенка, в частности, его темпераментом. Известно, что мальчики переносят сепарацию труднее, чем девочки. Возможность компенсации разлуки с близким взрослым другими людьми в значительной степени может скорректировать влияние сепарации.

В экспериментах М. Эйнсворт были выделены *три основных типа привязанности*: надежная/безопасная (60-65% детей), тревожно-избегающая (15-20%) и тревожно-амбивалентная/протестующая (15%). Позже эта классификация была дополнена тревожно-дезорганизованным типом.

Надежная привязанность, удовлетворяя потребность ребенка в безопасности, характеризуется эмоционально-позитивными взаимоотношениями ребенка и близкого взрослого, близостью и интенсивностью характера взаимодействия, реакцией дистресса на сепарацию и положительной эмоциональной реакцией на воссоединение, высокой степенью познавательной активности ребенка.

Тревожно-амбивалентная (протестующая) привязанность вследствие неуверенности ребенка в поддержке со стороны взрослого отличается высокой тревожностью, стратегией поиска наиболее близкого контакта со взрослым, реакцией выраженного неудовольствия и дистресса на сепарацию с близким взрослым и амбивалентным реагированием на воссоединение с ним. В ситуации разлуки с близким взрослым резко снижается познавательная активность. Ярко выражены протестные реакции на отделение от взрослого либо в форме агрессии, либо – «мнимой смерти», при которой характерны состояния резкой двигательной заторможенности, доходящей до полной обездвиженности.

Тревожно-избегающий тип привязанности характеризуется дистанцированием ребенка и избеганием общения со взрослым на фоне высокой тревожности как в ситуациях сепарации, так и при воссоединении с близким взрослым. Познавательная активность ребенка также ограничена стратегией избегания контакта и взаимодействия с окружающим миром.

Тревожно-дезорганизованный тип привязанности отличается восприятием ребенком мира как враждебного и угрожающего. Доминирование тревоги и страха в эмоциональном состоянии ребенка вызывает дезорганизацию, непредсказуемость и хаотичность в его поведении.

Сравнительное изучение формирования привязанности у детей из дома ребенка и детей из семей показало, что у воспитанников дома ребенка преобладает ненадежная привязанность, преимущественно избегающего типа. Эмоциональная теплота общения, постоянство и забота взрослого не могут быть обеспечены в условиях дома ребенка, где один взрослый вынужден распределять свое внимание между многими детьми, уделяя при этом большую часть времени кормлению, переодеванию и режимным моментам. У ребенка не развивается инициатива в общении со взрослым, он становится пассивным, эмоционально черствым, отгороженным, теряет стремление к сопереживанию, захвачен страхом, тревогой, порождающими агрессивность. Несформированность надежной привязанности является показателем отсутствия базового доверия к миру – прямого, тяжелого и трудно компенсируемого следствия материнской депривации.

Возможность психологической коррекции ненадежной привязанности ограничена, и ее эффективность зависит от того, как быстро она оказывается начата. Хороший эффект в терапии привязанности дает организация специальных игр ребенка с большой мягкой игрушкой, выступающей в функции объекта проекции чувств любви, надежды и безопасности, связанных с фигурой близкого взрослого.

Типы депривационной личности ребенка были выделены в работах Й. Лангмейера и З. Матейчека на основе глубокого изучения особенностей поведения детей, воспитывающихся в домах ребенка, детских домах и интернатах. Всего было выделено 5 таких типов: социальная гиперактивность, социальные провокации, подавленный тип, хорошо приспособленные дети, тип, характеризующийся замещающим удовлетворением аффективных и социальных потребностей.

Социальная гиперактивность как тип личности характеризуется поверхностным и непостоянным общением, легкостью контактов при отсутствии личностно-ориентированного общения и устойчивости привязанностей. Такие дети проявляют живой интерес ко всему происходящему, но предпочитают «оставаться в стороне», не включаясь в реальную деятельность. Социальный интерес преобладает над интересом к вещам, предметам, познавательным занятиям; учебная и познавательная мотивации развиты слабо. Поэтому в учебной деятель-

ности их успехи и достижения значительно ниже интеллектуальных возможностей.

Тип личности *«социальные провокации»* отличается высокой агрессивностью и неспособностью детей к целенаправленной управляемой деятельности. Агрессивность проявляется, в первую очередь, во взаимодействии и общении со сверстниками, вызывающими ревность, зависть и стремление конкурировать в борьбе за ресурсы общения со взрослым. Агрессивность имеет тенденцию несколько снижаться во взрослом возрасте, однако при сохранении личностного инфантилизма может приводить к конфронтации и конфликтам. В дошкольном возрасте дети такого типа не могут организовать социальной совместной целенаправленной игры, а в младшем школьном возрасте – испытывают трудности в учебной деятельности, ленивы и рассеянны, но при этом строптивы и отличаются повышенной конфликтностью.

Подавленный тип характеризуется апатией, пассивностью, низкой активностью и эмоциональностью; тенденцией реагировать на фрустрирующую ситуацию по типу регрессии.

Хорошо приспособленные дети отличаются высоким уровнем адаптации: они легко привыкают к новому персоналу (воспитателям, нянечкам), спокойны, уравновешенны, умеют наладить контакт, избирательны и устойчивы в своих привязанностях, особенно если им отвечают взаимностью. Вместе с тем такие дети могут сильно переживать, если они разлучаются с объектом привязанности – могут испытывать сильный стресс и фрустрацию при переводе в другой детский дом или передаче на семейное устройство.

Тип, характеризующийся замещающим удовлетворением аффективных и социальных потребностей, отличается тем, что потребность в общении, любви и сотрудничестве с близкими людьми замещается простыми витальными потребностями или трансформируется в стремление причинить окружающим ущерб, обесценить и унижить их для повышения собственной значимости и самооценки. Дети такого типа проявляют повышенную потребность в еде, компенсируя тем самым дефицит заботы, ласки и любви; высокую сексуальную активность; предпочитают манипулирование вещами и предметами контактам с людьми. В общении и взаимодействии склонны к ябедничанию (дети с большим «стажем» пребывания в детском доме) и агрессии (дети, которые недавно были помещены в детское учреждение).

При разработке программы передачи ребенка на семейное устройство необходимо учитывать перечисленные выше особенности разви-

тия личности приемных детей по принципу компенсации «проблемных» сторон развития.

Нравственность ребенка. Нравственное развитие является одной из основных проблем полноценного личностного роста воспитанников. Психологическое и социальное отчуждение затрудняет усвоение моральных норм, правил и ограничений, снижает способность к сочувствию, создает предпосылки для воровства и жестокости. Чем старше становится ребенок, тем больше различных психических расстройств и нарушений социальной адаптации приходится наблюдать. У одних детей это проявляется в снижении активности, ведущей к апатии и отсутствию интереса к людям и жизни в целом, у других – в гиперактивности с уходом в асоциальную и криминальную деятельность.

Воспитанники младшего возраста совершают те или иные аморальные поступки чаще всего по недомыслию, импульсивному стремлению получить желаемое или отомстить обидчику, слабо понимая чувства и желания окружающих. К подростковому возрасту большинство воспитанников закрепляют в своем поведении низкую моральную устойчивость, которая выражается в достаточно осознанном терпимом отношении к лицам, совершающим аморальные поступки и деяния, в нечестности, снижении социальной ответственности и отсутствии угрызений совести как внутреннего индикатора отклонения от нравственных норм.

Здоровье ребенка. Психологические защиты часто вмешиваются в соматические процессы, что приводит к хроническим симптомам типа энуреза, астмы, хронического мышечного напряжения и т.п. Соматические расстройства имеют многофакторную природу возникновения. Это не столько наличие органической патологии, имеющейся у большинства детей-сирот, сколько последствия депривации, сенсорного голода раннего периода развития, хронического дистресса. Чем раньше возникла депривация, тем тяжелее возникающая патология. Понимание того, как может реагировать детский организм на стрессовые факторы в зависимости от возраста, является ключевым моментом в профилактике и устранении эмоциональных и поведенческих нарушений у детей.

В раннем детстве многие симптомы эмоциональных расстройств практически неотделимы от соматических нарушений. Чем менее зрел организм (следует помнить, что дети-сироты, как правило, по разным причинам отстают от своих сверстников, то есть незрелы как в физическом, так и психологическом смыслах), тем менее дифференцированы

его реакции, тем скорее при стрессе нарушаются функции внутренних органов.

Дети раннего возраста и дошкольники, реагируя на стрессовые факторы, трансформируют психические нарушения в заболевания внутренних органов и двигательные расстройства. Это явление получило название соматизация. При этом физическое неблагополучие ребенка приобретает двойственный характер. С одной стороны – это рефлекторное отражение его эмоций внутренними органами, а с другой – привлечение внимания взрослых и возможность манипулировать ими.

Следующие виды соматизации выделяет М.Е. Блох.

От 0 до 3 лет: соматовегетативные проявления.

Нарушение сна, которое выражается в длительном засыпании, частом спонтанном пробуждении, раннем пробуждении, крике, вздрагивании при тихих звуках, стереотипных движениях во сне (качание головой, сосание пальца и др.), сонливости или возбуждении в течение дня, иногда полной инверсии сна и бодрствования. На втором году жизни у детей могут возникать устрашающие сновидения, эпизоды приступов ночных страхов. Ребенок, не просыпаясь полностью, начинает кричать, вскакивать в кровати. В этом состоянии он не узнает близких, плохо ориентируется в окружающей обстановке.

Желудочно-кишечные расстройства легко возникают под влиянием различных психогенных факторов по типу условной связи. Поносы нередко чередуются с запорами. Так, склонность к привычным запорам может возникнуть, если ребенок под влиянием эмоции страха однажды задержал акт дефекации. Особенно легко запоры или недержание кала возникают в новой для детей обстановке.

Нарушение аппетита, расстройства жевания и глотания зачастую обусловлены страхом глотания, развившимся в связи с какими-либо неприятными ощущениями в процессе кормления (очень горячая или холодная пища, боль в горле, насильственное кормление). С нервной анорексией тесно связана привычная рвота. Дети отдают предпочтение жидкой пище и отказываются от твердой. Некоторые боятся новых блюд или стремятся к поеданию несъедобного (уголь, известь, песок).

Функциональные сосудистые расстройства выражаются в быстрых колебаниях сосудистого тонуса (побледнение или покраснение кожных покровов, преходящие приступы цианоза, мраморность кожи).

Аффективно-респираторные приступы (приступы задержки дыхания) – раннее проявление обмороков или истерических приступов. Появляются в конце первого года жизни и могут продолжаться

до 2–3-летнего возраста. Это рефлекторная задержка дыхания, возникающая тогда, когда плачущий ребенок с силой выдыхает почти весь воздух из своих легких.

После перенесенной острой вирусной инфекции у детей, подверженных неврозам, может длительное время (1–2 месяца) сохраняться субфебрильная температура, повышенная утомляемость.

От 3 до 7 лет: психомоторные проявления.

Неврозы, приобретенные в этом возрасте, характеризуются нарушением двигательной активности. Дети гиперактивны, не могут спокойно заниматься одним делом. Следствием этого является высокая утомляемость и истощаемость, низкая устойчивость внимания.

У детей могут появляться невротические тики. Ребенок начинает моргать, гримасничать, высовывать язык, пожимать плечами и т.д. Эти движения носят произвольный характер, усиливаются при волнении.

Происхождение заикания связывают с неблагоприятным речевым климатом в семье – перегрузка информацией, попытки форсировать развитие речи, чрезмерная требовательность к речи и т.д. Спустя некоторое время после появления заикания у ребенка закрепляется негативное отношение к собственному дефекту. Позднее, в школьном возрасте, и особенно у подростков, возникает логофобия (дети стесняются говорить).

Нарушения сна сочетаются с различными страхами, патологическими привычками, навязчивыми ритуалами.

Энурез рассматривается как патологическое явление после 4–5 лет, так как в более раннем возрасте недержание мочи во сне является физиологическим и связано с незрелостью механизмов регуляции мочеиспускания.

Появление энкопреза (непроизвольного выделения кала при отсутствии заболеваний нижнего отдела кишечника или сфинктера анального отверстия) характерно для длительного и тяжелого невроза в результате нарушений взаимоотношений между матерью и ребенком, наличия длительного внутрисемейного конфликта, чрезмерно строгих требований к ребенку. Как правило, ребенок не испытывает позыва к дефекации, вначале не замечает испражнения.

От 7 до 11 лет: аффективные проявления.

Самым частым проявлением невроза является головная боль. Дети жалуются на головную боль и головокружение, при которых они чувствуют сердцебиение, тошноту, затруднение дыхания или глотания. Реже возникают немотивированные жалобы на боль в груди, спине,

ногах, руках, сердце. Зачастую во время осмотра ребенка обращают на себя внимание депрессивные особенности его мимики (печальное, безучастное лицо), характерная осанка (опущенные плечи, сутулость), замедленность движений, вялость, безынициативность, необщительность, агрессивность.

Другими проявлениями невроза у детей этой возрастной группы являются частые соматические болезни различной степени выраженности с нарушением пищеварительной, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной деятельности, выделительных функций, терморегуляции, а также хроническая боль.

С 11 до 17 лет: эмоционально-идеаторные проявления.

В подростковом возрасте на первый план в клинической картине невротических расстройств выходят нарушения поведения, навязчивые состояния. Еще до собственно клинических проявлений, в младшем возрасте, у таких детей появляются психопатологические расстройства (страхи, опасения за свое здоровье, навязчивые действия, ритуалы).

Отсутствие адекватных способов контроля и овладения своими эмоциями у части подростков проявляется в виде импульсивности, склонности к немедленному выражению вовне своих чувств и побуждений, ведущих к асоциальному поведению.

В заключение важно отметить, что решающее воздействие на психическое здоровье ребенка оказывает сам факт проживания в семье, а не в условиях учреждения интернатного типа.

1.2. ЗАДАЧА: НОВАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ

Концепция формирования новой идентичности ребенка должна лежать в основе деятельности специалистов детских интернатных учреждений и служб семейного устройства как в условиях интерната, в процессе подготовки к жизни в принимающей семье, так и при работе с принимающей семьей, в рамках ее психолого-педагогического сопровождения.

Принципы психолого-педагогического сопровождения ребенка, оставшегося без попечения родителей, предполагают:

- *преимственность учреждений*, в которые попадает ребенок (взаимодействие домов ребенка, детских домов, приютов (социально-реабилитационных центров) и т.п.);
- *создание комфортных психологических условий* с первого дня пребывания ребенка в учреждении;

- комплексное сопровождение командой специалистов ребенка и семейного окружения;
- единство целей и задач специалистов, работающих с ребенком в отношении жизнеустройства;
- создание равных возможностей для самореализации каждого ребенка;
- приоритет общения ребенка с родителями, кровными родственниками;
- поощрение ребенка к расширению своих социальных связей;
- приоритет интересов ребенка в процессе принятия решений, влияющих на его судьбу;
- предоставление выбора ребенку.

Психологические потребности ребенка специалисту приходится осознавать самостоятельно: при огромном социальном заказе на социально-психологическую реабилитацию и коррекцию личности ребенка в условиях интернатных учреждений, личный заказ, личная потребность в социально-психологической помощи отсутствует. Сам ребенок не видит своих проблем, не ощущает их, не говорит о них и, как следствие, не просит о помощи, не заявляет о своих потребностях.

Основываясь на опыте Новосибирской областной общественной организации усыновителей «День аиста», можно обозначить следующие потребности ребенка в ситуации семейного устройства.

Эмоциональные нужды: помощь в осознании и проживании утраты биологических родителей; в убеждении, что отказ от ребенка – это признак несостоятельности его биологической семьи, а не его самого; в нейтрализации страха отвержения; в позволении выражать фантазии и чувства по отношению к семейному устройству.

Нужды социализации: помощь в осознании и радостей, и трудностей семейного устройства; в узнавании истории рождения и семейного устройства, истории биологической семьи, в осознании возможности восстановить связи с биологическими родственниками; в осознании, что любящие семьи получают не только с помощью рождения ребенка, но и с принятием его в семью; в подготовке к неоднозначной реакции социального окружения на факт семейного устройства; в обучении выражению своих потребностей; в знакомстве и общении с другими приемными детьми.

Нужды идентификации: помощь в признании двойной наследственности ребенка (биологической и приемной); в убеждении, что он – ребенок долгожданный и любимый; в убеждении, что его существование не ошибка, что его ценность как человека неизменна и неотчуждаема.

Роль значимого взрослого. Ребенку из учреждения интернатного типа в повышенной степени нужен рядом человек, способный к поддержке, пониманию, способный научить правильно ориентироваться в жизни. Как правило, такими людьми становятся психологи и социальные педагоги. Под влиянием общения ребенка со значимым взрослым у него складываются критерии оценки себя и окружающих людей. Именно личность значимого взрослого, стиль его отношения к ребенку определяют его мировоззрение, степень развития личности и помогают вырасти полноценным членом общества.

Психолог сопровождает ребенка на каждом этапе жизни в учреждении интернатного типа, помогая ему адаптироваться к новому коллективу и новому укладу жизни, выработать чувство безопасности, мотивировать личностное саморазвитие, научиться самостоятельно организовывать свободное время.

Осуществление этих практических задач, направленных на адаптацию к условиям интернатной жизни, должно совершаться на фоне работы над новой идентификацией ребенка, которая бы помогла ему однажды покинуть пределы интернатного учреждения для жизни в семье.

Обобщая, можно указать на **три направления работы** педагога-психолога в учреждении интернатного типа:

- *преодоление негативных влияний* интернатного быта и среды детей и подростков, оставшихся без попечения родителей;
- *корректировка* искажений личностного становления;
- профессиональная психологическая *подготовка* детей к жизни в семье.

Этапы психологического сопровождения ребенка в условиях учреждения интернатного типа. Индивидуальное психологическое сопровождение ребенка необходимо на протяжении всего периода нахождения его в условиях детского дома. Идеальное начало работы – встреча психолога и ребенка в первый же день его прибытия в учреждение, помощь в знакомстве ребенка с новым местом жизни и другими детьми.

Проводится комплексная диагностика развития ребенка. Педиатр, психоневролог и другие врачи изучают состояние его здоровья на данный момент, дефектолог или логопед диагностируют уровень развития речи, познавательных интересов, возможности обучения; психолог – состояние и уровень психического развития и здоровья. Очень важно на данном этапе, чтобы социальный работник или орган опеки

собрали сведения о прошлом ребенка, его семье, причинах разлучения с ней, правовом статусе.

На основании заключений, сделанных специалистами, не только определяются потребности и нужды ребенка в лечении, обучении, личностном развитии, но и планируются жизненные перспективы, дальнейшее жизнеустройство. При решении судьбы ребенка на этом этапе важно исходить из интересов ребенка, а не из интересов окружающих его взрослых, которые иногда не хотят отпускать «хороших», послушных детей, а рекомендуют отдать в семью тех, с которыми у них возникают проблемы и которые им не по душе. Для исключения такого субъективизма и необходима комплексная диагностика развития ребенка.

Этот, подготовительный по сути, этап включает терапевтическую, психолого-педагогическую работу, помогающую переосмыслить имеющийся жизненный опыт. Одновременно с этим психологи и педагоги ведут работу над особенностями эмоционального реагирования ребенка, выработкой адекватного поведения и самопринятия, корректируют педагогическую запущенность, пробелы в развитии интеллектуальной сферы, образовании. В этот период идет формирование навыков общения, рефлексии, самоконтроля.

Воздействие – доминирующая модель отношений между воспитанниками и взрослыми в учреждениях интернатного типа: взрослые только оказывают влияние на детей, а взаимодействие отсутствует. Дети копируют такую модель общения и в контактах со сверстниками, исключая общение на равных, выстраивая общение в авторитарном стиле. Ребенок, таким образом, берет за образец всего две роли: быть пассивным, подчиненным или же сильным, властным, жестоким. Задача психолога – показать ребенку альтернативные модели контакта с окружающими.

Методы психологического сопровождения ребенка в условиях детского дома. Технология подготовки и сопровождения детей к семейному устройству разрабатывается системно и включает в себя работу с эмоциональной, познавательной и поведенческой сферами личности. Для каждого ребенка подбирается индивидуальная программа и наиболее подходящий метод.

Применяются следующие психологические методы работы:

- недирективная игровая терапия, индивидуальные занятия в игровой комнате;
- песочная терапия, занятия с использованием песочницы;
- мозартика;

- работа с использованием сенсорной комнаты;
- составление «книги жизни», «карты социальных контактов», «семейного альбома».

Недирективная игровая терапия направлена на то, чтобы дети «проиграли» свои чувства и проблемы, точно так же как человек «выговаривает» свои трудности в некоторых типах терапии взрослых, ведь игра – это естественное средство самовыражения у детей. Игровая терапия позволяет достичь следующих целей:

- помогает в психодиагностике развития ребенка;
- способствует контакту между ребенком и взрослым;
- эффективно нейтрализует механизмы психологической защиты;
- помогает словесному выражению чувств;
- помогает ребенку выразить неосознаваемые конфликты и уменьшить эмоциональное напряжение;
- расширяет круг интересов ребенка.

Результатом игровой терапии должны стать умения ставить себя на место другого человека, устанавливать границы общения, раскрываться в общении, проявлять свои чувства, в том числе страхи, связанные с изменением ситуации жизни, управлять своим поведением, выполнять различные роли, связанные с социальным и семейным взаимодействием.

Игровая терапия входит как этап в программу подготовки ребенка к переходу в принимающую семью.

Песочная терапия – необычная техника, благодаря которой ребенок строит собственный мир в миниатюре из песка и небольших игровых фигурок. В процессе игры ребенок может смешивать песок с водой, создавая холмы, влажные ландшафты.

Песочная игра – это самый органичный для ребенка способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстраивать отношения. Отыгравывая свои эмоции, ребенок каждый раз сам себя лечит.

Преимущество песочной терапии в том, что возможность самовыражения в ней не ограничена словами. К тому же создание песочных композиций, в отличие от рисунка, например, не требует специальных умений.

Этот метод можно использовать в работе с детьми от трех лет со следующим спектром проблем:

- различные формы нарушений поведения;
- сложности во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- психосоматические заболевания;

- повышенная тревожность, страхи;
- сложности, связанные с изменениями в семейной и социальной ситуациях;
- невроты.

Мозартика – новая игровая технология, представляющая собой синтез игротерапии, арт-терапии и психоанализа и обладающая значительным развивающим и реабилитационным потенциалом. Этапы терапии включают в себя ознакомление ребенка с игровым материалом, включение ребенка в игровой процесс, создание сюжета на игровом поле и наблюдение психолога за сюжетом, рассказ ребенка о созданном сюжете и осмысление его по завершении игры, моделирование позитивных образов, проектирование новой жизненной ситуации на основе созданного игрового сюжета.

Мозартика позволяет определить эмоциональное состояние, в том числе состояние посттравматического стресса, выявить внутренний конфликт, личностную проблему, получить представление о межличностных взаимоотношениях играющего. Методика развивает когнитивные процессы: ощущение, восприятие, память, мышление, воображение, а кроме того, внимание, речь, креативность мышления, взаимодействие межполушарных структур, самостоятельность, произвольное поведение, прививает формы общения и сотрудничества, навыки самоконтроля и эстетический вкус.

Мозартика похожа на мозаику и паззлы, но в ней нет заданности, наоборот, значительно активизируется фантазия ребенка и предоставляется полный простор для самовыражения. В отличие от рисования, аппликаций и коллажа мозартика доступна для любого, независимо от художественных способностей и интереса к изобразительному искусству.

На данный момент разработано восемь игровых наборов: «Витражи», «Космос», «Усадьба», «Подмосковный городок», «Туманы», «Город», «Павлин», «Чудо-дерево».

«Павлин», «Чудо-дерево» предназначены для детей от двух лет, «Витраж» «Усадьба», «Подмосковный городок», «Космос» – от 3-4 лет.

Игра «Витраж» способствует усвоению основных и смешанных цветов, геометрических форм, навыков анализа, синтеза. В играх «Космос», «Усадьба», «Подмосковный городок» и других можно создавать логически стройный пейзаж или сюжет.

В состав каждой игры входят красочное игровое поле и фигурки, соответствующие тематике игры. В них заложены символы, которые

выводят играющего на свободные ассоциации, и элементы мирового изобразительного искусства ведущих отечественных и зарубежных художников.

Сенсорные комнаты представляют собой помещения, оборудованные таким образом, чтобы ребенок, пребывая в безопасной, комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при сопровождении специалиста исследовал окружающее.

Сочетание разных стимулов (музыки, цвета, запахов, тактильных ощущений) оказывает как успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее воздействие на психику человека. Поэтому сенсорные комнаты не только способствуют достижению релаксации, но и позволяют активизировать различные функции центральной нервной системы:

- стимулируют все сенсорные процессы;
- создают положительный эмоциональный фон и помогает преодолеть нарушения в эмоционально-волевой сфере;
- побуждают к исследовательской деятельности;
- корректируют нарушенные высшие корковые функции;
- развивают общую и мелкую моторику и корректируют двигательные нарушения.

Занятия в сенсорных комнатах помогают поднять ощущение на уровень осознанного восприятия, стимулируя тем самым процессы саморегуляции центральной нервной системы – психоэмоциональная сфера человека начинает ограждать себя от негативного воздействия стрессовых ситуаций.

Сенсорная комната позволяет выполнять следующие процедуры психологического воздействия и коррекции:

- 1) релаксация, снятие эмоционального и мышечного напряжения у ребенка;
- 2) стимулирование сенсорной чувствительности и двигательной активности детей, развитие у них зрительно-моторной координации;
- 3) фиксирование и управление вниманием ребенка, поддержание у него познавательной активности;
- 4) тонизирование психической активности ребенка за счет стимулирования положительных эмоциональных реакций;
- 5) развитие воображения и творческих способностей ребенка;
- 6) коррекция психоэмоционального состояния ребенка;
- 7) расширение кругозора ребенка, пространственных представлений, восприятия разнообразных свойств предметов.

«Семейные альбомы», «книги жизни», «карты социальных контактов», работающие с личной историей ребенка, рассчитаны на восстановление связей с кровными родственниками, осознание и принятие ребенком своего семейного прошлого.

Работа по составлению истории своей жизни дает ребенку возможность понять смысл того, что с ним происходит. Ребенку необходимо объяснить, для чего это нужно. Можно сказать, например: «Сейчас ты, конечно, многое знаешь и помнишь. А когда ты вырастешь, ты тоже все будешь помнить?»

При подготовке ребенка к жизни в семье важно выстроить его представления о прошлом, причинах перемещения из семьи в детский дом и перспективах на будущее. Важно объяснить ему, что произошло в его жизни и почему он не может сейчас жить со своими родителями.

Работе над составлением «книги жизни» можно уделить один-два часа в неделю. Некоторая информация хранится и передается из органов опеки и попечительства, откуда прибыл ребенок, но фотографии и всякие памятные мелочи часто приходится искать. Стоит найти биологическую семью или родственников и поговорить о ребенке с ними, или обратиться к сотруднику интерната или больницы, где ранее находился ребенок, с предложением подробно описать ребенка или вспомнить какие-то события из его жизни. Может быть, придется съездить в значимые для жизни ребенка места и сделать фотографии. Можно составлять с ребенком «семейное дерево» и альбом с фотографиями, или записывать его воспоминания, или навестить вместе с ним могилы его родственников. Все зависит от того, что хочет знать ребенок и как глубоко он готов исследовать свою жизнь.

Важно наполнять «книгу жизни» не только сухими фактами – должен получиться рассказ, задействующий эмоциональное восприятие.

«Книга жизни» должна отразить следующую информацию:

- имя ребенка, включая информацию, почему именно это имя было выбрано, если она известна;
- место и время рождения (обязательно включить детали);
- время и причины отделения от семьи (нельзя представлять биологических родителей в отрицательном свете);
- фотографии в раннем возрасте. Стоит предложить ребенку нарисовать самого себя в раннем возрасте, чтобы поощрить его к самопознанию (даже если не получится искренний «правильный» рисунок, тот факт, что ребенок начал представлять себя в раннем возрасте, является важным шагом в восстановлении истории его раннего детства);

- подробности о родителях, единокровных сестрах и братьях, родственниках и (если это возможно) их фотографии (на кого похож ребенок?);
- этапы развития ребенка (когда он первый раз сел, сделал первый шаг, впервые заговорил, стал есть ложкой);
- значимые моменты в жизни ребенка;
- рисунки и картинки ребенка, созданные им в разном возрасте, особенно те, которыми отмечены особые события или которые раскрывают личность ребенка: отпечатки рук, ног, автопортреты, изображения семьи ребенка, места жительства семьи, друзей и т. д.
- детали детства: болезни, вакцинации и любые другие специальные медицинские потребности и потребности здоровья (включить имена врачей, которых посещал ребенок).

Создание «книги жизни» должно, насколько это возможно, быть *совместной работой* ребенка и психолога или социального педагога. Несомненно, при работе с детьми раннего возраста взрослые берут на себя большую часть работы, но ребенок тоже должен принимать в ней активное участие. При работе с подростками восстановление прошлого обычно намного сложнее из-за большого количества прошедшего времени и количества переездов, которые они пережили. Совместная работа над «книгой жизни» поможет сблизить специалиста с ребенком. Важно только следовать темпу, установленному самим ребенком, и не настаивать на тех контактах, которые могут быть некомфортны для него.

«Дорога жизни» – более простая по исполнению форма «книги жизни». На очень большом листе бумаги дети рисуют дорогу или реку, рисуют себя и родителей в самом ее начале, а дальше – места, где они жили, и людей, с которыми они жили. От дороги в разные стороны расходятся ответвления, для того чтобы показать уход различных людей из их жизни. Ребенка вовлекают в разговор о каждом месте, нравились ли ему жить там, что хорошего и плохого с ним тогда случилось.

Создаваемая таким образом «книга жизни» – собственность ребенка, вы можете предложить ему хранить ее в недоступном для посторонних месте. Пусть сам ребенок решает, кому показывать ее.

Представляет интерес технология подготовки ребенка к устройству в семью, разработанная и апробированная Краевым государственным образовательным учреждением для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, «Крутихинский центр психолого-медико-социального сопровождения» Алтайского края.

Перед специалистами Центра поставлены следующие задачи

- Проведение комплексной диагностики психического и физического состояния ребёнка.
- Обеспечение психологической готовности ребёнка к помещению в замещающую семью.
- Формирование позитивного образа будущей семьи и семейных отношений.
- Формирование и развитие эффективных способов коммуникации ребёнка с приемными родителями и социумом.
- Защита прав и интересов ребёнка-сироты.
- Подбор конкретной семьи для ребенка.
- Сопровождение приемного ребенка в принимающей семье.

Специалистами центра разработана технология подготовки жизнеустройства ребенка в принимающую семью. Одним из условий успеха является помещение ребенка в центр сопровождения для подготовки к жизни в принимающей семье.

Технология предполагает систему подготовки ребенка к жизнеустройству

Направление деятельности	Ответственные лица	Методы, техники, формы работы
Комплексная диагностика и реабилитация ребенка	Педагоги-психологи, врач-педиатр, социальный педагог, учитель-дефектолог, воспитатели	Диагностический инструментарий Анкетирование, тестирование
Работа по формированию психологической готовности ребенка к устройству в семью	Педагоги-психологи, врач-психотерапевт, социальные педагоги	Техники работы с психотравмой Техники переживания ребенком горя и утраты семьи, близких людей (арттерапия, песочная терапия, сказко-терапия и т.д.) Техники принятия собственной истории, прошлого и осознание своего настоящего и будущего (книга жизни)
Работа по мотивации ребенка к жизни в замещающей семье	Педагоги-психологи	Составление книги жизни, семейного альбома, генеалогического древа и т.д.
Работа по формированию адекватного восприятия образа будущей семьи и места ребенка в ней	Педагоги-психологи, врач-психотерапевт, социальные педагоги, воспитатели	Беседы, просмотр телепередач, чтение литературы, встречи

Направление деятельности	Ответственные лица	Методы, техники, формы работы
Работа по формированию и развитию навыков самообслуживания и самостоятельности ребенка	Воспитатели, педагоги дополнительного образования и др.	Практические занятия («Кулинария», «Хозяюшка» «Мастер»), занятия в детских объединениях
Социально-правовая защищенность передаваемого ребенка	Социальные педагоги, юристконсульт	Беседы по профорientации, правовому воспитанию, здорового образа жизни, круглые столы.
Организация совместной работы с ребенком и принимающей семьей	Педагоги-психологи, социальные педагоги	Гостевая семья, организованные встречи
Подготовка ребенка к расставанию с центром сопровождения	Педагоги-психологи, методист, воспитатели	Ритуал расставания Прощальный праздник Альбом на память Подарки Фотографии Пожелания
Переезд ребенка в замещающую семью	Директор, социальный педагог	Напутствие Передача пакета документов

Алгоритм работы врача-педиатра по подготовке ребенка к проживанию в принимающей семье.

Диагностика состояния здоровья ребенка.

1. При поступлении в Центр сопровождения:
 - ознакомление с медицинскими документами для выявления имеющихся у ребенка заболеваний, особенностями рождения и развития, наличия прививок;
 - медицинский осмотр;
 - обмер, взвешивание.
2. Разработка индивидуальной программы:
 - адаптации и подготовки ребенка к жизни в замещающей семье;
 - подготовка индивидуальной программы дополнительного медицинского обследования;
 - адаптации ребенка;
 - разработка программы оздоровления.
3. Оздоровительная и лечебная работа:
 - профилактические мероприятия для повышения иммунитета;
 - профилактическая работа по предотвращению обострения хронических заболеваний у ребенка;

- прием лекарственных средств (в случаях, когда их прием прописан специалистами длительно или постоянно);
 - стационарное лечение при возникновении обострений или других острых состояний;
 - санаторно-курортное лечение 1 или более раз (по состоянию) в год;
 - закаливание.
4. Просветительская работа:
 - с педагогами;
 - с принимающими родителями.
 5. Мониторинг результатов подготовки ребенка для проживания в принимающей семье:
 - повторное проведение диагностического обследования ребенка;
 - подведение итогов оздоровительной работы с ребенком на психолого-медико-педагогическом консилиуме Крутихинского Центра сопровождения.
 6. Составление индивидуального плана лечебной и профилактической работы с ребенком в принимающей семье.

Алгоритм работы психотерапевта по подготовке ребенка к проживанию в принимающей семье.

1. Интервью с ребенком, анкетирование, тестирование различными тестами для определения депрессии и тревоги, определения личностных особенностей, для выявления психотравмирующих факторов, которые ребенок скрывает, для определения нарушений внимания, нарушения памяти, для определения искажений процесса обобщения как признака, характерного для шизофрении и т.д.
2. Визуальное наблюдение способов взаимодействия ребенка с детьми, взрослыми;
3. Визуальное наблюдение за поведением ребенка наедине с собой, игрушками;
4. Получение еженедельных устных и письменных наблюдений воспитателей о поведении ребенка в различных домашних ситуациях и в школе;
5. Разработка индивидуальной программы адаптации и подготовки ребенка к жизни в замещающей семье;
6. Подготовка индивидуальной программы дополнительного медицинского обследования;
7. Разработка индивидуальной программы адаптации ребенка;
8. Разработка программы оздоровления;

9. Оздоровительная и лечебная работа (групповая и индивидуальная);
10. Рациональная терапия;
11. Игровая терапия;
12. Арттерапия;
13. Музыкалотерапия;
14. Гипнотерапия (при необходимости);
15. Ароматерапия;
16. Массаж (различные его виды).
17. Просветительская работа:
 - с педагогами
 - с принимающими родителями
18. Мониторинг результатов подготовки ребенка для проживания в замещающей семье:
 - повторное проведение диагностического тестирования, анкетирования, интервьюирования для выявления качественных и количественных изменений ребенка;
 - оценка характеристик, полученных от воспитателей из семей, психологов-педагогов, педагогов школ;
 - оценка еженедельных отчетов-наблюдений воспитателей;
 - подведение итогов на консилиуме всех специалистов Крутихинского Центра сопровождения.
19. Составление индивидуального плана коррекционно-воспитательной работы в принимающей семье.

Алгоритм работы психологической службы по подготовке ребенка к проживанию в принимающей семье.

1. Диагностика психического и эмоционального состояния ребенка.
2. Беседа с ребенком.
3. Анкетирование.
4. Комплексная диагностика на исследование памяти, внимания, логического мышления, эмоционально-аффективной сферы («Штур», методики: «Нелепицы», «10 слов», «Доска Сегена», упражнение «Нарисуй Человека», работа с пиктограммами), тревожности и наличия агрессивных тенденций, страхов.
5. Определение уровня самооценки (тест «Ваша самооценка», рисунок «Автопортрет», тренинг на повышение самооценки «Я сам», упражнение «Ромашка», «Я-хороший, Я-плохой»), типа темперамента.

6. Наблюдение (как ребенок взаимодействует с детьми и взрослыми).
7. Работа по формированию психологической готовности ребенка к проживанию в замещающей семье.
8. Использование техник по работе с психотравмой, переживанием ребенком горя и утраты семьи, близких людей (рисунок страха, опрос «Ты боишься?», «Несуществующее животное», сказкотерапия).
9. Работа по повышению мотивации ребенка к жизни в замещающей семье (составление «Книги жизни», семейного альбома, рисунок «Моя будущая семья»).
10. Мониторинг результатов подготовки ребенка для проживания в замещающей семье.
11. Повторное проведение диагностик.
12. Тестирование.
13. Анкетирование.
14. Беседы для выявления качественных изменений ребенка в процессе индивидуальной реабилитационной работы.

Алгоритм работы социально-юридической службы по подготовке ребенка к проживанию в принимающей семье.

1 блок. Защита социально-юридических прав и интересов ребенка.
Сбор информации

1. Накопление документов по определению юридического статуса ребенка (розыск родителей, родственников, лишение родительских прав).
 2. Защита имущественных прав (движимого, недвижимого, денежного имущества).
- 2 блок. Подготовка ребенка к проживанию в принимающей семье.

1. Диагностика.
2. Методики изучения социализированности ребенка: «Потребность в общении», «Мой круг общения» и т.д.
3. Составление индивидуальной программы социализации ребенка.
4. Восстановление наиболее ранних нарушений в развитии ребенка, затрудняющих его взаимодействие с окружающим.
5. Техники принятия собственной истории, прошлого и осознание своего настоящего и будущего: экокарта, книга жизни, упражнение «Прохождение логических уровней», упражнения «Тоннель», «Человек – чулок», «Мои границы», «Семейные узы» и т.д.

6. Изменение неверных, травмирующих представлений о себе, совершенствование знаний ребенка о семье, ее функциях, правилах, семейных ролях. Упражнения: «Составление положительного портрета ребенка», «Линия времени», ведение альбома достижения ребенка.
7. Формирование мотивации на проживание в замещающей семье.
8. Составление книги жизни, семейного альбома, генеалогического древа.
9. Использование метода В.С. Мухиной «Проективный метод создания мифа о позитивном прошлом ребенка», упражнения: рисунок «Мой дом», составление рассказа «Моя семья», беседа «Что нас делает семьей», сочинение «Кому можно доверять?» и т.д.
10. Правовое просвещение.
11. Формирование здорового образа жизни.
12. Профорентация.
3 блок. Подготовка родителей к приему ребенка.
 1. Диагностика.
 2. Сбор документов и информации о замещающих родителях.
 3. Анкетирование.
 4. Социально-юридические беседы с родителями.

Алгоритм работы дефектологической службы по подготовке ребенка к проживанию в принимающей семье.

При подготовке ребенка к жизни в принимающей семье учитывается его возраст, уровень речевого развития.

1 этап – Диагностический. Этап помогает выявить речевые дефекты и установить диагноз.

Дошкольники:

1. Состояние общей и мелкой моторики.
2. Состояние артикуляционного аппарата.
3. Общее развитие ребенка: внимание, память, мышление и т.д.
4. Звукопроизношение.
5. Фонематический слух.
6. Звуковой анализ и синтез.
7. Состояние устной речи.
8. Школьники. Устная речь.
9. Экспрессивная речь.
10. Уровень моторной реализации и высказываний.
11. Исследование орального праксиса и артикуляционной моторики.
12. Звукопроизношение.

13. Сформированность слоговой структуры слова.
14. Исследование словообразовательных процессов.
15. Исследование сформированности грамматического строя речи.
16. Исследование связной речи.
17. Исследование номинативной функции речи.
18. Импрессивная речь.
19. Исследование понимания значение слов.
20. Исследование понимания сложных логико-грамматических конструкций.
21. Исследование фонематического восприятия.
22. Письменная речь.
23. Исследование навыков языкового анализа.
24. Исследование навыков письма.
25. Исследование навыков чтения.

2 этап – Реабилитационно-коррекционная деятельность. Устраняются речевые дефекты для успешной адаптации в социуме.

Применяются индивидуальные и групповые занятия соответственно установленному диагнозу.

3 этап – Консультирование замещающих родителей о речевых возможностях для дальнейшего развития ребенка. Даются практические советы, оказывается дидактическая помощь.

В Центре разработаны и используются **Критерии готовности ребенка к проживанию в принимающей семье:**

1. Ребенок готов психологически к помещению в замещающую семью.
2. Сформирован позитивный образ семьи, модель будущей семьи и семейных отношений.
3. Сформированы коммуникативные навыки.
4. Развиты навыки самообслуживания, совместного проживания.
5. Подготовлен пакет социально-правовых документов для обеспечения и защиты прав и интересов ребенка.
6. После подбора замещающей семьи с ребенком ведется работа по знакомству семьей.

В ходе подготовки ребенка к семейному устройству необходимо подбирать окружающие предметы по видам решаемых ими психологических задач. Особое место среди предметов, с которыми взаимодействуют дети в детском интернатном учреждении, занимают игрушки. Предлагаем **классификацию игрушек по видам решаемых ими психологических задач**, разработанную И.И.Осиповой:

Тип игрового материала	Примеры игрушек	Психологическая задача игры
Игрушки из реальной жизни	Куклы, машины, дома, класная доска.	Делают возможным непосредственное выражение чувств ребенка, позволяют безопасно передвигаться по комнате и являются переходным объектом для контакта с психологом, создают атмосферу некоторой вседозволенности, помогают наладить контакт
Игрушки, помогающие отреагировать агрессию	Игрушечные солдатики, ружья, пистолеты, игрушки – дикие животные, дартс	Могут использоваться детьми для выражения гнева, враждебности
Игровой материал для творческого самовыражения и снятия эмоциональной напряженности	Песок, вода, глина, пластилин, кубики, краски.	Позволяют ребенку узнать и прочувствовать, что такое созидание и разрушение, научиться безопасным способам выражения собственных эмоций
Изобразительные материалы	Акварель, кисти, карандаши, гуашь, краски для рисования руками, мелки, пастель; бумага разного качества, формата, формы, цвета	Для экспрессивного выражения чувств, желаний, потребностей; могут использоваться для выражения как ясных осознанных чувств, так и неясных, недифференцированных; являются средством символического выражения бессознательного, поэтому могут использоваться как в диагностическом, так и в терапевтическом процессах
Искусственные материалы	Стеклоярус, различные бусинки, бижутерия, стеклянные шары, пуговицы, веревочки, тряпочки, кусочки оберточной бумаги, картон, целлофан, гофрированная бумага, искусственный мех, туалетная, пергаментная бумага, фольга, искусственные цветы, листья, деревья, трава, мох, ягоды, фрукты, овощи	Необходимы для создания композиций, коллажей, скульптур, используются в песочной терапии для создания песочных картин; имеют символическое значение «сокровищ» и часто используются детьми для создания ресурсных образов «секретиков», «тайного богатства» и т.п.

Тип игрового материала	Примеры игрушек	Психологическая задача игры
<p>Фигурки, куклы, связанные с обыденной жизнью, миром человека</p>	<p>Фигурки детей, мужчин и женщин, разных профессий, с различным выражением эмоций, разного размера, возраста: важно, чтобы была возможность составить из них семью; куклы с анатомическими пропорциями; машины (по несколько штук из разного материала, разного размера, разной смысловой нагрузки: скорая помощь, пожарная машина, милиция, гоночный автомобиль, грузовик, военная техника); инструменты, домашняя утварь, поварские принадлежности, аптечка; кукольный дом и мебель, дома разного размера и конструкций для игры в песке; школьные фигурки</p>	<p>Для реалистического выражения ребенком своих потребностей, эмоций, желаний; дают возможность проекции; позволяют ребенку отыгрывать конфликтный материал, взаимоотношения в семье, школе, детском саду, наделяя фигурки определенным символическим смыслом; также используются для создания песочных композиций, отражения динамики внутреннего мира ребенка через символическое развитие «мира» внутри песочницы</p>
<p>Фигурки диких и домашних животных</p>	<p>Разной среды обитания: рыбы, обитатели подводного мира (море, пруд, река), насекомые (пауки, бабочки, стрекозы, жуки, тараканы), червяки, змеи, ящеры, а также животные-хищники (львы, волки) и травоядные (олени, овцы), несуществующие животные (например, динозавры); желательно иметь по несколько животных каждого вида и разного размера, чтобы они могли составлять семью животных</p>	<p>Позволяют отыгрывать инстинктивные импульсы, страхи, символически выражать конфликты и проблемы через мир и взаимоотношения животных; позволяют ребенку косвенно отыгрывать конфликтный материал, играя в «семью животных» и создают для ребенка безопасную возможность выразить свои агрессивные чувства через «плохих зверей»; используются для создания песочных композиций, отражения динамики внутреннего мира ребенка через символическое развитие «мира» внутри песочницы</p>
<p>Куклы-марионетки, перчаточные куклы, куклы без лица, и мягкие игрушки</p>	<p>Важно, чтобы были куклы-люди, неопределенные куклы без лица, сказочные куклы, куклы-животные, причем как хищники, так и жертвы</p>	<p>Дают возможность ребенку проиграть свои фантазии и выразить потребности и эмоции косвенно и безопасно для себя: когда кукла надета на руку, создается видимость того, что кукла выражает что-то с помощью ребенка; куклы можно использовать для создания спектаклей, спонтанной игры, сочинения историй и в семейной терапии пары мать–ребенок</p>

Тип игрового материала	Примеры игрушек	Психологическая задача игры
Куклы – сказочные и мифологические герои, религиозные персонажи		Для создания ребенком сказочных, мифологических и религиозных сюжетов; стимулируют фантазию, являются необходимыми символами для проекции архетипических содержаний индивидуальной психики; позволяют проецировать как негативные, так и позитивные чувства и переживания; позволяют работать с базовыми страхами: рождения, смерти; используются для создания песочных композиций, отражения динамики внутреннего мира ребенка через символическое развитие «мира» внутри песочницы
Материал для подвижной, шумной игры	Дартс, мешочки с крупой, молоток (деревянный и настоящий), гвозди и деревянные чурбаки, боксерская груша с перчатками, подушки, мячи, мечи, пистолеты, ружья, военная техника, пустые жестяные банки; шумовые игрушки: пищалки, бубны, барабаны; старые газеты и журналы	Помогают ребенку в выражении силы, злости, обиды, соперничества; необходимы для отреагирования агрессивных чувств; дают возможность выразить подавленные агрессивные чувства социально приемлемым способом
Материал, имитирующий домашнюю защищенность	Соски, бутылочки с соской, плед, «шалаш», подвесной мешок-качели, игрушечная и реальная еда (использование реальной еды зависит от установок терапевта)	Могут стимулировать проявление эмоциональных потребностей и зависимостей ребенка, позволяют обратиться к его наиболее ранним травматическим переживаниям; провоцируют регрессию, фантазии о рождении ребенка, позволяют проиграть инфантильные фантазии; особенно необходимы и эффективны в диагностике и работе с проблемами, которые обусловлены недостаточной родительской опекой; могут использоваться в работе с запущенными страхами и как игрушки-утешители при столкновении ребенка со сложными терапевтическими или реальными ситуациями

Тип игрового материала	Примеры игрушек	Психологическая задача игры
Кубики, конструкторы.		Позволяют ребенку создавать свои конструкции, которые могут иметь креативную направленность и быть ценными сами по себе (необычная модель автомобиля, самолет и т.д.) или создаваться в контексте игровой ситуации (например, ребенок строит дом для семьи, корабль для спасения животных и т.д.); конструирование располагает к анализу, креативности, самооценке, стремлению достичь результата, отработке принятия неудачи, ощущению самоценности, дает возможность разрушить и построить заново
Театральная одежда, бутафория	Шляпы, плащи, волшебные предметы, парашют, игрушечные телефоны, кошельки, деньги	Дают возможность детям примерить на себя различные роли и проиграть фантазии или сцены из реальной жизни; позволяют вживаться в социальные роли, отражающие стремление ребенка к зрелости и самостоятельности, либо в сказочные образы, отражающие потребность ребенка в чудесной силе и волшебстве для изменения ситуации; телефон позволяет ребенку вступать в непрямой контакт с терапевтом или другим лицом, и это дает дополнительную возможность самораскрытия и в тоже время отражает разнообразные социальные взаимодействия ребенка в семье и обществе
Специальные игры, групповые и семейные	«лепешка», «карточная игра для всей семьи», «куча-мала», «чудо-мешочек», «хаос», «семейная доска»	Особенно необходимы на диагностическом этапе терапевтического процесса, но используются также на последующих этапах терапии; направлены на развитие социально ориентированного интеллекта и эмоциональной компетенции, способствуют развитию терапевтических отношений, социализации, общению, укреплению личности; особенно важную роль играют в сопровождении детей латентного возраста (6-12 лет)

Установка «я – успешный человек». Изменить программу «сирота» в условиях типового детского дома крайне затруднительно. Но,

работая со всем коллективом детей, а также с педагогическим коллективом учреждения, соблюдая определенную последовательность смены укоренившихся установок, постоянно отслеживая результаты и корректируя методы работы, можно достичь успехов.

Смена внутренней установки предполагает следующую последовательность: «*я сирота*» (установка, с которой ребенок появляется в детском доме) → «*я успешный человек*» (установка формируется в коллективе детского учреждения) → «*я сын*» (дочь, брат и т.п.), то есть «я часть семьи» (установка формируется в условиях принимающей семьи – приемной, патронатной, опекунской, усыновителей).

Формирование установки «я – успешный человек» в стенах детского интернатного учреждения осуществляется прежде всего через создание условий для творческих, спортивных и других успехов детей. Дети должны перестать жить с идентичностью детдомовцев, преодолеть логику негативной установки: я детдомовец – поэтому неуспешный, у меня нет родителей – поэтому нет будущего. Программа «я – успешный человек» формирует у детей убежденность в том, что они полноценные, активные, талантливые и обладающие большим потенциалом люди, с надеждой на то, что у них будет своя семья. Так *работает логика позитивной программы*: я успешный человек (*меняем идентичность*); у меня много талантов, большие возможности, я ставлю жизненные цели (*задаем убеждения и ценности*); я многое могу (*открываем способности*); я нацелен на результат (*корректируем поведение*); у меня успешные сверстники (*меняем окружение*).

Формируя у ребенка уже на уровне детского интернатного учреждения идентичность «я – успешный человек», мы помогаем ему приблизиться к решению новой задачи – вхождению в семью.

2. ПО ТУ СТОРОНУ СИРОТСТВА: психологическая работа ввиду семейного будущего

2.1. НАША ЦЕЛЬ: СЕМЬЯ

Психологическая подготовка ребенка к жизни в принимающей семье необходима в первую очередь для того, чтобы процесс адаптации к новой семье прошел максимально безболезненно как для ребенка, так и для всех членов семьи.

Программа подготовки детей – воспитанников детских домов и интернатов к жизни в принимающей семье (равно как и возможному возвращению в кровную семью) рассчитана на детей – кандидатов на патронатное воспитание и осуществляется в полном объеме только с теми детьми, у которых появился реальный шанс быть взятыми на воспитание в семью.

При разработке программы учитываются следующие особенности ребенка:

- возраст;
- предшествовавший семейный опыт:
 - а) отсутствие опыта проживания в семье;
 - б) опыт проживания в кровной семье;
 - в) опыт проживания в принимающей семье, прервавшийся по каким-то причинам;
- индивидуальные психологические свойства;
- психологическая работа, которая уже была проведена или проводится с ребенком.

Программа подготовки ребенка к семейному устройству включает в себя следующие **блоки мероприятий:**

- общую подготовку (подготовка детей для различных форм семейного устройства с учетом их возрастной категории и особых потребностей);
- психологическую подготовку (игры, тематические сессии и другие технологии в рамках индивидуальной или групповой терапии);
- социально-педагогическую подготовку (мероприятия по социальной и бытовой адаптации, проводимые воспитателями и социальными педагогами);
- специальную подготовку (мероприятия по подготовке ребенка к устройству в конкретную семью, получившую документы для приема ребенка в семью: усыновителей, опекунов, приемную, патронатную семью и т.д.).

Этапы программы нацелены на выполнение следующих групп задач:

- *диагностика и коррекция психологического состояния ребенка;*
- *формирование образа семьи;*
- *подбор реальной семьи.*

Этап подбора реальной семьи предполагает:

1. Психологическое обследование ребенка на основе *реконструкции истории развития* и составления психологического заключения об *особенностях* личностного и познавательного развития ребенка.

2. Составление *системы рекомендаций по адаптации* ребенка в принимающей семье с учетом его возрастных, личностных, индивидуальных особенностей, состояния соматического и нервно-психического здоровья.
3. *Информирование приемных родителей* о результатах психологического обследования с целью формирования адекватного образа ребенка. Определение перспектив развития ребенка и составление условно-вариантного прогноза развития.
4. Психологическое сопровождение при *установлении первичного контакта*, знакомства ребенка с принимающими родителями. Использование формата «гостевого режима» как профилактики возникновения проблем в развитии отношений ребенка и членов принимающей семьи.
5. Подготовку ребенка к переезду и *психологическое сопровождение его перемещения* в принимающую семью.
6. *Консультирование* по проблемам адаптации в принимающей семье.

Программа должна представлять собой единую систему справочно-аналитических материалов, методических рекомендаций и практикумов, соответствующих целям и задачам работы детского учреждения по подготовке ребенка к передаче в принимающую семью, и включать следующие разделы:

1. **Введение.** Актуальность создания программы работы детского учреждения по подготовке ребенка к передаче в принимающую семью. Необходимость внедрения программы работы детского учреждения по подготовке ребенка к передаче в принимающую семью в учреждения РФ. Краткое описание существующих в стране и за рубежом практик подготовки ребенка к устройству в семью.
2. **Основная часть.** Описание программы работы детского учреждения по подготовке ребенка к передаче в принимающую семью.
 - 2.1. **Общая подготовка.** Описание программы общей (групповой) подготовки ребенка для различных форм семейного устройства. Раздел включает описание Программы подготовки ребенка по возрастным категориям (дошкольники, младшие школьники, подростки), а также особенности проведения Программы подготовки ребенка для детей с особыми потребностями.
 - 2.2. **Психологический блок программы.** Описание деятельности психологов по подготовке ребенка к устройству в семью. Описание работы в групповой и индивидуальной форме. Подробное описание игр, тематических сессий для обсуждения

(с комментариями для ведущего и необходимым раздаточным материалом) и других технологий.

2.3. Социально-педагогический блок программы. Описание деятельности педагогов (воспитателей и социальных педагогов) по подготовке ребенка к устройству в семью. Описание групповых и индивидуальных занятий, тем для бесед (с комментариями для ведущего и необходимым раздаточным материалом) и других предусмотренных программой технологий.

2.4. Специальная подготовка. Описание специальных (индивидуальных) мероприятий по подготовке ребенка к устройству в конкретную семью, получившую документы для приема ребенка в семью (усыновители, опекуны, приемная, патронатная семья и т.д.).

3. Выводы и рекомендации. Методические рекомендации по внедрению программы подготовки ребенка.

Приведем примеры реализации программы из практики региональных учреждений интернатного типа.

ГОУ для детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей, «Ченцовский детский дом» Красносельского района Костромской области, которое является экспериментальной площадкой для исследовательской работы «Программно-методическое обеспечение процесса воспитания детей в замещающей семье» под руководством Ж.А. Захаровой, делает акцент на создание и корректировку образа семьи у ребенка. Для определения уровня готовности воспитанников детского дома к жизни в семье используются специально составленные анкеты и экспресс-опросники, стандартные тесты и проективные методики на определение особенностей характера детей. Такое психологическое обследование дает возможность определить мотивацию детей к переходу в семью, коммуникативные навыки, ценностные ориентации. Педагог-психолог, воспитатели и руководители кружков реализуют программу подготовки к жизни в семье, включающую три возрастных подпрограммы, состоящие из трех разделов – диагностического, подготовительного и гостевого, каждый из которых, в свою очередь, состоит из нескольких блоков. Ведется постоянный мониторинг эффективности работы.

В ГОУ «Ченцовский детский дом» воспитанникам успешно прививаются социально-бытовые навыки. Программа по социально-бытовой ориентации включает в себя и практические занятия в кухне, мастерской, на огороде, и беседы, дискуссии, сюжетно-ролевые игры.

Практика гостевых семей помогает воспитанникам сопоставить быт детского учреждения и быт реальной семьи, где нет готовых усло-

вий для проживания, сформировать ориентацию на самостоятельное обеспечение себя всем необходимым, на получение востребованной профессии.

НОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Разуменский детский дом» Белгородской области уделяет особое внимание «гостевому режиму» воспитанников. Развитию этого метода способствует наличие института крестных родителей: следование православным традициям – одна из особенностей работы учреждений Белгородской области. По словам педагогов, вследствие применения метода дети стали мягче, вежливей, чувствительней, например, начали интересоваться самочувствием воспитателей и т.п. В НОУ «Разуменский детский дом» используется совместное проживание братьев и сестер в одной группе-семье. Сотрудники учреждения подчеркивают значимость формирования глубоких родственных отношений между такими детьми.

В ОГОУ «Зырянский детский дом» Зырянского района Томской области идет достаточно систематизированная работа по подготовке ребенка к жизни в принимающей семье, корректировке и созданию благоприятного образа семьи. Особое внимание уделено расширению контактов с родственниками (в рамках законодательства). Организуется общий досуг, проводятся совместные мероприятия, дети бывают в гостях у своих родных (по праздникам, выходным, на каникулах). У детей подросткового возраста ведется отработка так называемого «круга фактических навыков»: ведения домашнего хозяйства, оказания первой медицинской помощи и т.д. Мониторинг работы по подготовке детей ведется постоянно. Результаты отслеживаются раз в полгода и раз в год.

ГОУ «Областной психолого-педагогический центр» (далее – ГОУ «ОППЦ») Калужской области в своей практической деятельности с принимающими семьями использует модель социально-психолого-педагогической помощи принимающей семье, разработанную В.Н. Ослон. Модель реализуется на трех уровнях: экологическом, семейном и индивидуальном. Каждый уровень определяет содержание работы специалистов с кандидатами в принимающие родители, с принимающими семьями и приемными детьми.

Экологический уровень предполагает формирование положительного общественного мнения в отношении принимающих семей и привлечение ресурсных семей.

Семейный уровень предполагает подбор, подготовку и сопровождение принимающих семей на всем протяжении их существования.

Индивидуальный уровень предполагает актуализацию личностных ресурсов членов семьи и приемных детей, выход на более успешную социализацию.

Деятельность ГОУ «ОППЦ» по сопровождению принимающей семьи реализуется в следующих направлениях:

- подготовка базисной семьи к замещающей заботе (ведется с момента первого обращения семьи с решением о принятии ребенка в семью, включает в себя диагностику потенциальных кандидатов, занятия в «Школе кандидатов в принимающие родители», индивидуальные консультации);
- психолого-педагогическое сопровождение принимающей семьи (направлено на предупреждение и нивелирование негативных ситуаций, возникающих в процессе становления профессиональной замещающей заботы; формирование новой целостности – профессиональной семьи; актуализацию ресурсов семьи и выработку адекватных стратегий поведения в ситуации семейного и индивидуального стресса; организацию занятий «Школы приемного родителя», «групп психологической поддержки», «педагогических гостиных»; индивидуальное консультирование по личным проблемам).

Работа с семьей заключается в:

- подборе принимающей семьи (диагностика состояния семьи, диагностика личностных особенностей членом семьи);
- подготовке семьи к приему ребенка (тренинг по подготовке семьи к замещающей заботе, индивидуальное консультирование семьи);
- подготовке ребенка к жизни в принимающей семье (групповые и индивидуальные занятия);
- совместной подготовке семьи и ребенка (тренинг по подготовке к совместной жизни);
- сопровождении семьи (мониторинг развития семейной системы после принятия ребенка, группа психологической поддержки, педагогическая мастерская для родителей, индивидуальное консультирование).

Паспорт принимающей семьи содержит данные, которые отражают различные области жизни принимающей семьи, испытывающей трудности в воспитании детей, и помогают специалистам в осуществлении работы с данной семьей.

Индивидуальная карта ребенка содержит данные о ребенке и психолого-педагогической помощи ему.

Дневник наблюдений принимающего родителя используется как материал ежегодного мониторинга психологического благополучия детей в принимающих семьях, проводимого с целью анализа и повышения эффективности психолого-педагогического сопровождения принимающей семьи на территории Калужской области. Предлагаемая в дневнике анкета находится в личном деле принимающего родителя в муниципальном органе опеки. Заполнение производится один раз в три месяца в течение года. Для дальнейшего анализа и интерпретации данные «Дневники наблюдений принимающего родителя» предоставляются в ГОУ «Областной психолого-педагогический центр» не позднее 31 октября каждого года.

Бюллетени по проблемам воспитания и развития детей – теоретический и практический материал по конкретной проблеме для специалистов, работающих с детьми и родителями.

Психологические семейные гостиные оптимизируют детско-родительские отношения, решая задачи оказания психологической поддержки приемной семье; повышения психологической компетентности родителей через осознание ими необходимости принятия и понимания ребенка; углубления взаимопонимания детей и родителей; развития семейного творчества.

На встречах в гостиной родители проводят время с ребенком, играют вместе с ним, тем самым находясь на территории его интересов. Подчинение и взрослых, и детей единым правилам игры дают возможность ребенку почувствовать свою значимость, а родителю – сойти с позиции всегда «правильного» и «недостижимого», побыть в роли ребенка. В процессе общения дети и родители начинают по-новому воспринимать друг друга, учатся сотрудничать, вместе что-то создавать.

Специалистами центра разработано три модуля психологической гостиной с учетом возрастных особенностей детей: для детей младшего школьного возраста и их родителей; для подростков и их родителей; для детей дошкольного возраста и их родителей.

В работе психологической гостиной можно выделить следующие основные части:

1. Занятие для родителей, на котором взрослые могут обсудить проблемы воспитания детей, поделиться собственным опытом, пересмотреть свою родительскую позицию, ощутить эмоциональную поддержку со стороны других родителей и специалистов.
2. Занятие для детей, направленное на развитие навыков общения детей друг с другом, а также на самопознание ребенка.

3. Совместные занятия для детей и родителей, которые содействуют углублению взаимопонимания детей и родителей. Дети могут увидеть своих родителей вне привычной родительской роли, в творческой жизнеутверждающей позиции.
4. Творческая мастерская, где родители и дети могут поделиться с другими семьями различными творческими секретами, например, как лепить из теста или вышивать. Занятие продуктивной творческой деятельностью объединяет семью, повышает ее статус в глазах ребенка, организует домашний досуг.
5. Программа семейных конкурсов способствует снятию напряженности, развитию творчества и сплочению семьи.

В рамках Межрегионального семинара «Психолого-педагогическая подготовка и сопровождение ребенка к семейному устройству» (17-19 февраля 2009 г.), организаторами которого выступили специалисты программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория», были представлены примеры разработки программы по семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Программа «Счастливы вместе»¹, представленная в рамках семинара, направлена на подготовку ребенка к проживанию в принимающей семье, предотвращение повторного сиротства и решает задачу подбора принимающей семьи с учетом психологической совместимости родителей и ребенка.

Первый этап программы – диагностический – включает в себя составление социального паспорта, медицинское обследование и психолого-педагогическое обследование ребенка. Его завершает психолого-педагогический и медико-социальный консилуим.

Второй этап – реабилитационный – включает в себя социальную реабилитацию, медицинское лечение, коррекционно-развивающую программу (выявление модели прошлого опыта жизни, его коррекция с помощью ролевых игр, коррекция эмоционально-волевой сферы и т.п.).

¹ Разработку представили: Тафинцева Е. Р., заместитель директора по научно-методической работе ГКОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения № 3» г. Перми; Ахметова Э.Ф., заведующая отделом психологической помощи МУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения «Семья» при УОП Администрации городского округа г. Уфы; Сорока Н. А., педагог-психолог высшей категории Республиканского центра семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Республики Башкортостан.

Третий этап – подготовка ребенка к нормам проживания в принимающей семье – проходит под условным обозначением «Ступеньки к дому»:

1 ступенька: «Я успешный», «Я способный» – реализация ребенка в сфере досуга и познания;

2 ступенька: «Я общительный» – развитие ребенка в сфере общения;

3 ступенька: «Я культурный» – развитие ребенка в социально-бытовой сфере, этикета;

4 ступенька: «Я индивидуален», «Я уникален» – коррекция эмоционально-волевой сферы, создание положительной «Я-концепции».

5 ступенька: «Я и мое будущее» – подготовка к проживанию в конкретной принимающей семье;

6 ступенька: «Я и мои права и обязанности» – изменение ролевой семейной позиции;

7 ступенька: «Я вхожу в дом» – организация гостевого режима; ритуал прощания с детским домом.

Четвертый этап представляет собой консилиум по вопросам индивидуальной психологической совместимости принимающей семьи и ребенка-сироты (с приглашением специалистов, обучающих кандидатов в принимающие родители).

Пятый этап предполагает профессиональное сопровождение ребенка-сироты в условиях принимающей семьи.

Проект «Соучастие в судьбе»², направленный на успешную адаптацию ребенка-сироты к новым семейным условиям, представил систему подготовки ребенка к помещению в семью. В рамках проекта были поставлены задачи: провести комплексную диагностику состояния ребенка и необходимые реабилитационные мероприятия; обеспечить психологическую готовность ребенка к помещению в семью; сформировать позитивный образ семьи, модель будущей семьи и семейных отношений, наполняя ее реалистичным содержанием; сформировать и развить у ребенка эффективные формы коммуникации; развить у ребенка навыки самообслуживания, самостоятельного проживания;

² Разработку представили: Тафинцева Е. Р., заместитель директора по научно-методической работе ГКОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения № 3» г. Перми; Ахметова Э.Ф., заведующая отделом психологической помощи МУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения «Семья» при УОП Администрации городского округа г. Уфы; Сорока Н. А., педагог-психолог высшей категории Республиканского центра семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Республики Башкортостан.

подготовить пакет социально-правовых документов для обеспечения и защиты прав ребенка.

Система работы была представлена в виде таблицы.

Направление деятельности	Ответственные лица	Методы, техники, формы работы
Комплексная диагностика и реабилитация ребенка	Воспитатели и узкие специалисты реабилитационного отделения (стационара)	– диагностический инструментарий; – психолого-педагогические технологии и методы работы с ребенком всеми специалистами по своим направлениям.
Работа по формированию психологической готовности ребенка к устройству в семью	Специалисты службы сопровождения и стационара	– техники работы с психотравмой; – техники переживания ребенком горя и утраты семьи, близких людей (арт-терапия, песочная терапия, сказко-терапия и т.д.); – техники принятия собственной истории, прошлого и осознание своего настоящего и будущего (эко-карта, книга жизни, упражнение «Прохождение логических уровней» и т.д.); – работа по мотивации ребенка к жизни в замещающей семье (составление книги жизни, семейного альбома, генеалогического древа, использование метода В.С. Мухиной «Проективный метод создания мифа о позитивном прошлом ребенка»)
Работа по формированию адекватного восприятия образа будущей семьи и места ребенка в ней	Психолог, социальный педагог и воспитатели реабилитационного отделения	Образовательная программа по подготовке ребенка к проживанию в семье (ролевые игры, тренинги, упражнения на проигрывание семейных ролей, семейных отношений, правил семьи и т.д.).
Работа по формированию и развитию навыков самообслуживания и самостоятельности ребенка	Воспитатели стационара, педагоги доп. образования и др.	Уклад жизни учреждения, правила группы – семьи, образовательные программы, занятия СБО и др.
Социально-правовая защищенность передаваемого ребенка	Соц. педагоги, юристы-консультанты	Формирование полного пакета социально-правовых документов, подтверждающих статус ребенка, наличие жилья, алиментов и т.д.

Направление деятельности	Ответственные лица	Методы, техники, формы работы
Организация совместной работы с передаваемым ребенком и принимающей семьей	Специалисты стационара и службы сопровождения в режиме работы ПМПК учреждения	– специальная программа совместных встреч, тренинговых занятий «Шаги на встречу»; – гостевой период; – разработка и использование правил помещения ребенка в семью и показателей (критериев) оценки уровня готовности ребенка к помещению в семью
Подготовка ребенка к расставанию с детским домом, друзьями, педагогами и переезду в семью	Служба сопровождения при участии специалистов стационара	технологии подготовки ребенка к расставанию и переезду: – ритуал расставания, – прощальный вечер, – альбом на память, – подарки, – фотографии, – пожелания, – составление календаря переезда и т.д.

2.2. СЕМЬЯ КАК ПРЕДСТАВЛЕНИЕ

Как показывает практика, только через создание образа нового, реально ожидаемого будущего ребенка, используя косвенные методы коррекции, возможно кардинально повлиять на его настоящее.

Формирование у ребенка точного образа семьи – представлений о семейной системе, внутрисемейных взаимоотношениях, семейных ролях, обязанностях – способствует актуализации семейного будущего ребенка.

При сопоставлении образов семьи у дошкольников из полных семей и дошкольников-воспитанников учреждений интернатного типа сделано наблюдение о том, что рисунки детей из учреждений интернатного типа были более статичны, крайне схематичны, члены семьи располагались отдельно друг от друга, рассказы о них скудные, мало-вариативные. В работах же дошкольников из полных семей, напротив, отображалась совместная деятельность, рассказ характеризовали разнообразие и вариативность описаний, конкретность и точность представлений. Воспитанники учреждений интернатного типа только слышат о семье, не принимая участия в ее повседневном опыте, или имеют негативный образ семьи. Образ полной, счастливой семьи для такого ребенка нереален, не может быть актуализирован и описан.

Поэтому воспитанникам учреждений интернатного типа *необходимо модель семьи создавать*, ориентируя их одновременно в функциональной структуре семьи, семейных нормах и правилах и социально-бытовом контексте повседневной жизни семьи.

Рассказывая ребенку о семье, нужно обсудить с ним, что положительного может дать семья (семейный опыт, возможности развития, защите, заботу человека, который будет рядом, настоящих друзей в лице потенциальных братьев и сестер, возможность заниматься любимым делом, индивидуальную помощь в учебе и других делах). В конце важно задать ребенку вопрос: «Подумай, хочешь ли ты попробовать?» – дав время и возможность подумать над этим вопросом, проанализировать полученную информацию.

На следующей встрече желательно выслушать мнение ребенка, обсудив вопросы: «В какой семье ты бы хотел жить?», «Какими должны быть люди, с которыми ты бы хотел жить?» Можно использовать рисуночные методики: «Нарисуй, как ты представляешь себе семью», заполнение специальной анкеты «Какой я вижу свою семью», вместе написать будущей семье «Письмо» о своих привычках, особенностях, интересах. Кроме того, на этом этапе для формирования образа семьи могут использоваться книги, рассказы, стихи, фильмы, доступные средства информации, разговоры, беседы о прошлой жизни в семье и о будущей, обучающие игры, ролевые игры в семью, инсценировки, арт-терапия, а также походы в гости в разные семьи.

Основной смысл подготовки на этом этапе – управление ожиданиями ребенка. У многих детей, побывавших в семьях на каникулах, в гостях у сотрудников, складывается впечатление идеализированного, праздничного образа семейной жизни. Важно, работая со страхами ребенка, связанными с ситуацией семейного устройства, одновременно избежать формирования у него идеализированного образа семьи.

Все эти методы помогут ребенку менее болезненно пережить опыт прошлого, адекватно воспринять информацию о том, что есть люди, готовые стать его новой семьей.

2.3. СЕМЬЯ КАК РЕАЛЬНОЕ БУДУЩЕЕ

Следующий этап подготовки наступает тогда, когда точно известна семья, пожелавшая заменить ребенку биологических родителей.

Рассказывая ребенку о конкретной семье, подобранной для него, нужно познакомить с фотографиями членов потенциальной семьи, ее бытом, привычками, хобби. Тогда же обсуждаются права и обязан-

ности приемного ребенка: важно объяснить ребенку, что он теперь не гость, а член семьи. Можно предложить такие вопросы: «Как ты считаешь, каковы могут быть твои права в новой семье?», «Что не должно быть запретным для тебя во время проживания в семье? Почему? Как ты будешь отстаивать свои права?», «Как ты думаешь, какие ты хотел бы иметь обязанности в семье?» Ответы на эти и подобные вопросы должны утвердить ребенка в мысли, что он теперь полноправный член семьи. Параллельно специалист отвечает на все вопросы, которые есть у ребенка по поводу его семейного будущего.

Грамотно проведенный этап заочного знакомства ребенка с потенциальными родителями предполагает, по замечанию Г.С. Красницкой, что их первая встреча переживается ими как очередной этап процесса взаимного узнавания, а не как кульминационный момент.

Непосредственное знакомство ребенка с принимающей семьей может состояться в социальной гостиной учреждения или в специальной игровой комнате, где у родителей и детей есть возможность познакомиться через совместную деятельность. Последовательно проводятся разговор потенциального родителя с ребенком (приглашение ребенка в гости в семью на выходные дни или каникулы), беседа педагога-психолога с ребенком после возвращения из гостей, беседа педагога-психолога с потенциальным родителем после визита ребенка в семью.

Если мнение ребенка и семьи совпадают (семья и ребенок устраивают друг друга), готовится переезд ребенка в принимающую семью.

3. СЕМЬ+Я+СЛУЖБА: психологическая работа в условиях принимающей семьи

3.1. АДАПТАЦИЯ: ШАГ ЗА ШАГОМ

Включение ребенка в семью требует перестройки сложившейся в ней ранее системы отношений. Однако не только принятие ребенка новыми родителями, но и принятие им самим своей новой позиции определяют успешность адаптации ребенка в семье и ее будущее. Новое самосознание: «я сын/дочь», «я личность», «я брат/сестра» и т.п. – выстраивает новые убеждения и ценности: «я нужен», «я необходим», «я все могу», – что ведет к гармоничному развитию способностей и выстраивает поведение адекватно новому, семейному окружению. За эффективность этой идентификационной цепочки отвеча-

ют не только принимающие родители, но и служба сопровождения принимающей семьи.

Психологическая адаптация – двусторонний процесс, в котором и родители, и ребенок решают задачи, связанные с изменением состава и функционально-ролевой структуры семьи. Под психологической адаптацией ребенка к новой семье следует понимать включение ребенка в семейную систему, принятие им предписанной роли, норм и правил, формирование привязанности к родителям и налаживание эффективных форм общения и сотрудничества. Психологическая адаптация родителей предполагает принятие и освоение новых функциональных ролей (матери и отца), формирование адекватного образа ребенка, становление продуктивной родительской позиции.

Следует помнить, что переход из социально ограниченной и относительно обедненной среды детского дома в обогащенную среду общения и взаимодействия с социальным миром является сложной психологической задачей для ребенка.

Переезд ребенка на новое место жизни – своего рода нулевой этап адаптации к реальности новой семьи. Грамотно подготовленный переезд облегчает переживание нового опыта.

Работа на этом этапе должна быть направлена на снятие естественного опасения, уменьшение чувства тревоги. Любой человек испытывает естественную тревогу, волнение, дискомфорт, переходя от одного, уже привычного, способа существования к другому. О том, что даже маленькие дети испытывают тревогу, когда их собираются поместить в семью, свидетельствуют работники домов ребенка. Дети постарше возбуждены, расторможены. Они капризничают, плачут, «прилипают» к сотрудникам, просят, чтобы их не отдавали.

Как доказал румынский опыт семейного устройства детей-сирот, день окончательного переезда на новое место жительства не должен быть первым днем, когда ребенок увидел новый дом и новых родителей. Необходимо предоставить ребенку информацию о его перемещении как можно раньше. Чем больше времени отведено на подготовку ребенка, тем больше времени есть у ребенка, чтобы привыкнуть к мысли о переезде. Детям нужно дать почувствовать, что переезд – это событие, в котором они принимают участие, а не что-то обрушившееся на них.

Необходимо, чтобы человек, который перевозит ребенка, был ему хорошо знаком: можно рекомендовать специалисту, готовившему ребенка к жизни в принимающей семье, участвовать в пере-

езде и побыть вместе с ребенком в новом доме несколько часов. Первое время стоит поддерживать привычный для ребенка режим еды и сна.

Вещь из прошлого, которой дорожит ребенок, может быть использована для облегчения адаптации к новому дому. Если это любимая игрушка, можно говорить с ребенком о ее переезде на новое место, просить поддержать игрушку, потому что та «немного напугана переездом». Такой предмет играет роль мостика между предыдущим местом жительства и новым, давая ребенку почувствовать, что их прошлое не было «отрезано». Поскольку дети в учреждении интернатного типа часто не имеют собственного имущества и не понимают важности индивидуальной собственности, можно дать ребенку специальную игрушку во время психотерапевтической подготовки, с тем чтобы ребенок «помогал медвежонку ложиться спать каждый день» в закрывающийся шкаф, берег его, пока ребенок и медвежонок не будут готовы переехать в новую семью. Принимающие родители тоже должны познакомиться с предметом в процессе подготовки и осознать, что его необходимо сохранить у ребенка.

Очень важно, чтобы специалисты постоянно посещали ребенка после переезда и были вовлечены в его новую жизнь. Визиты могут сокращаться по мере того, как ребенок все более привязывается к новой семье.

В течение первого года адаптации можно выделить этапы.

Первый этап адаптации ребенка в принимающей семье занимает около полугода и имеет достаточно отдаленное отношение к так называемому «цветочно-конфетному» периоду. Это этап первого проявления глубинных процессов личности ребенка, когда он может наконец позволить себе немного расслабиться и начать «выбаливать» ту психотравму, которая и явилась причиной возникновения эффекта «замирания». Как правило, этап характеризуется повышенным уровнем психосоматических проявлений.

Второй этап адаптации занимает следующие полгода пребывания ребенка в семье. Характеризуется спадом заболеваний и активными процессами овладения пространством. Этап завершается первым серьезным кризисом РЕБЕНКА в конце первого года жизни в семье. Завершив этот период адаптации можно утверждать, что ребенок в семье сохранился.



Этапы адаптации ребенка и принимающей семьи

Третий этап характеризуется образованием новых, как правило, позитивных психологических защит. Формируются новые убеждения/ценности и, как следствие, происходит скачок в области развития интеллектуальных способностей, нормализуется психика ребенка. Процессы, происходящие в этот период, очень энергоемкие и по времени занимают около года – второй год жизни ребенка в семье. Завершается кризисом СЕМЬИ.

Завершив этот период адаптации можно утверждать, что семья сохранилась и состоялась.

Четвертый этап занимает 3–5 лет и характеризуется серьезными процессами семейной идентификации. Семья приобретает целостную структуру и несет в себе три интегрированные составляющие – свою первоначальную идентификационную структуру, самосознание принимаемого ребенка и идентификационную структуру кровной семьи ребенка.

Именно на этом этапе происходит формирование новой идентичности ребенка. Реализуются новые программы, начинают работать убеждения, необходимые для создания ресурсного, реально ожидае-

мого будущего ребенка. Таким образом, возникает новая семейная система.

3.2. ФАКТОРЫ УСПЕХА

Динамика психологической адаптации ребенка к новой семье зависит от следующих факторов:

- возраста на момент помещения в закрытое детское учреждение и возраста на момент переезда в принимающую семью;
- истории развития ребенка и причины сиротства (дети-сироты, дети родителей, лишенных родительских прав, «отказные» дети);
- наличия замещающего объекта привязанности в период пребывания в учреждении интернатного типа (навещавшие родственники, воспитатели и под.);
- индивидуальных психологических особенностей ребенка, в частности, темперамента и жизнестойкости/уязвимости;
- соответствия семейной среды и поведения принимающих родителей наследственным, конституциональным и приобретенным особенностям ребенка;
- продолжительности знакомства с принимающими родителями, эмоциональной насыщенности их предшествовавшего переезду общения;
- психологическая готовность родителей к воспитанию ребенка;
- возможностью сохранения ребенком системы прежних социальных и межличностных отношений.

Разберем влияние некоторых факторов на ситуацию семейного устройства ребенка.

Особое значение приобретает вопрос о том, воспитывался ли ребенок ранее в семье или с момента рождения находился в детском учреждении. Если ребенок попал в детское учреждение из семьи, то в ходе адаптации к принимающим родителям он постоянно будет сравнивать новый семейный уклад, традиции, правила, отношение к нему взрослых со своей прежней семьей.

Если ребенок потерял семью по причине смерти родителей, то весьма вероятен протест против всего уклада новой семьи как проявление острой аффективной реакции на пережитое горе.

Типичным мифом, с которым сталкиваются родители при взятии ребенка из неблагополучной семьи, оказывается миф об «идеальной семье». Идеализация биологических родителей и вытеснение опыта

жестокое обращение и безнадзорности нередко становится псевдо-защитной стратегией поведения ребенка, попадающего в детский дом и испытывающего депривацию общения и трудности адаптации к детскому учреждению. Результатом становится возникновение феномена «параллельной реальности» – особого мира, состоящего из фантомных образов утраченных родителей, определяющих мироощущение и эмоциональный статус ребенка. Попытки принимающих родителей создать реалистическую картину прошлой жизни в семье и личности родителей, акцентирование негативных моментов во взаимоотношениях ребенка в кровной семье, включая факты эмоционального отвержения и жестокого обращения, могут привести к стойкому противостоянию и эмоциональному неприятию. Необходимо рекомендовать принимающим родителям не «ломать» сложившуюся у ребенка картину прошлого, а фокусировать его внимание на будущем – жизненных планах и перспективах.

Дети-сироты, вовсе не имеющие опыта проживания в семье, столкнутся с проблемой освоения тех норм и правил поведения в семье, которые «домашние» дети впитывают с молоком матери, и попытаются привнести в новую семью опыт прежних детдомовских отношений, далеко не всегда отвечающих нормам взаимного уважения, принятия и кооперации.

В отношении вопроса о целесообразности сохранения ребенком контактов с детским учреждением существуют две противоположные позиции. Первая позиция – «уйти от прошлого» – настаивает на необходимости как можно скорее покончить с «тяжелым прошлым», забыть его, как кошмарный сон, и строить новую жизнь и новые отношения с «чистого листа». Отсюда требование к ребенку – прекратить все прежние контакты и отношения. (Дополнительным аргументом сторонников позиции разрыва с прошлым иногда является сохранение тайны усыновления.)

Вторая позиция настаивает на сохранении ребенком сети прежних социальных и межличностных отношений – прежней школы и класса, друзей, круга общения, – в силу того что кардинальное изменение условий жизни ребенка, даже в условиях обретения им новой семьи, делает задачу психологической адаптации ребенка крайне сложной. Сохранение социальной поддержки облегчает процесс адаптации и повышает уровень толерантности детей к непредвиденным воздействиям.

Учитывая нарушение временной оси в направлении как ретроспективы, так и перспективы у детей из детского учреждения интернатного типа, мы рекомендуем в опыте принимающей семьи не перекрывать,

а, наоборот, выстраивать прошлое ребенка. Попытка «стереть» из памяти ребенка годы жизни, проведенные в детском доме, может привести к распаду и утрате целостности личности. Время пребывания в детском учреждении должно быть осмыслено и пережито ребенком в его положительном значении как время приобретений и открытий, а не одиночества и отчаяния. Ребенку нельзя говорить: «Все, начинается новая жизнь, с ужасным прошлым покончено, забудь о нем». Параллельно необходимо содействовать ребенку в построении планов на будущее, учитывая, что специфика организации жизни в детском доме, отсутствие необходимости и практики личного выбора, стереотип «нам должны» приводят к неспособности ребенка принимать решения, ставить цели и планировать их достижение.

Проблематика адаптации будет различаться в зависимости от возраста ребенка. Так, для взятого в младенческом возрасте ребенка основными проблемами станут переход на новый режим дня, кормления, прогулок и пр. Для подростка главным затруднением будет установление эмоциональных и партнерских отношений с родителями, принятие и выполнение норм и правил, предписываемых новой семьей, при сохранении автономии поведения, индивидуальных особенностей.

Критерии и показатели благополучия ребенка в принимающей семье³:

1. Адаптация ребенка в принимающей семье

Предмет оценки	Признаки
Восприятие и понимание ребенком ситуации смены формы воспитания	<ul style="list-style-type: none"> • Имеет адекватные представления о причинах его изъятия из кровной семьи • Имеет желание жить и воспитываться в семье, а не в детском учреждении • Позитивно относится к жизни в данной принимающей семье • Имеет представление о том, как будут организованы его контакты со значимыми для него людьми (кровные родственники, друзья и т.д.)
Отношение к родителям-воспитателям, формирование привязанности	<ul style="list-style-type: none"> • Проявляет симпатию к родителям-воспитателям, не испытывает по отношению к ним негативных чувств, враждебности • Стремится к доверительным, близким отношениям с родителями-воспитателями, уверен в их надежности • Имеет желание как можно больше времени проводить с родителями-воспитателями • Стремится разделить с родителями-воспитателями свои успехи и неудачи, согласовать с ними свои действия

³ Из методического материала к республиканскому семинару «Психолого-педагогическая подготовка и сопровождение ребенка к семейному устройству» (Республика Башкортостан, март 2009 г.), организованному Детским фондом «Виктория».

Предмет оценки	Признаки
Уровень интеграции приемного ребенка в принимающую семью	<ul style="list-style-type: none"> • Имеет со всеми членами семьи сложившиеся отношения и формы взаимодействия • Знает и принимает правила жизни, сложившиеся в принимающей семье • Приемный ребенок воспринимает себя членом принимающей семьи, включает членов принимающей семьи в свои жизненные планы • Большинство вопросов организации семейной жизни решаются с учетом мнения приемного ребенка • Отсутствие устойчивых негативных эмоциональных переживаний, • Отсутствие особенностей поведения, свидетельствующих о дезадаптации

2. Безопасность и благоприятность условий, созданных для жизни и развития приемного ребенка в принимающей семье

Предмет оценки	Признаки
Бытовые условия	<ul style="list-style-type: none"> • Жилое помещение принимающей семьи соответствует по своим размерам количеству проживающих в нем людей • Жилое помещение отвечает требованиям безопасности в соответствии с возрастом приемных детей, отсутствует риск получения ранений и увечий • В жилом помещении тепло, достаточно мебели, оно хорошо отделано и отвечает санитарно-гигиеническим нормам • У приемного ребенка имеется отдельное спальное место, и есть условия для удовлетворения потребностей ребенка в уединении и своем собственном «уголке» • У ребенка имеется необходимая и опрятная одежда • У ребенка имеется достаточное количество необходимых для его возраста игр, игрушек, спортивного инвентаря, обучающих материалов, книг и т.п.
Внешний вид ребенка и его поведенческие реакции во время посещения	<ul style="list-style-type: none"> • Опрятный внешний вид ребенка, отсутствие гигиенической запущенности, сыпей различного рода • Отсутствие множественных повреждений различной давности (синяков, ожогов, отпечатков пальцев, ремня и т.п.) • Отсутствие признаков утомления, недосыпания, недоедания, длительного угнетенного состояния и других, которые могут свидетельствовать о пренебрежении со стороны родителей-воспитателей нуждами ребенка • Отсутствие поведенческих проявлений, свидетельствующих о негативных воздействиях со стороны родителей, таких, как беспокойство, агрессивность, эксцентричность поведения, заискивающее, угодливое поведение, стремление к уединению, неумение контактировать с другими людьми, стремление во что бы то ни стало привлечь внимание взрослых

Предмет оценки	Признаки
Особенности поведения взрослых, свидетельствующие об отсутствии угрозы с их стороны по отношению к приемному ребенку	<ul style="list-style-type: none"> • Непротиворечивые, подробные объяснения причин травм, болезненных состояний ребенка, подкрепленные своевременно полученными медицинскими консультациями • Внимательное, уважительное отношение к приемному ребенку, отсутствие оскорблений, брани, публичных унижений • Готовность откликнуться на просьбы и вопросы приемного ребенка • Позитивная оценка приемного ребенка, обеспокоенность его проблемами, готовность к открытому их обсуждению • Избегание телесных и иных, унижающих ребенка, наказаний
Особенности отношения родителей-воспитателей	<ul style="list-style-type: none"> • Позитивный образ приемного ребенка, содержащий качества, вызывающие симпатию у родителей-воспитателей • Склонность родителей-воспитателей воспринимать успехи и неудачи приемного ребенка как свои собственные • Способность и готовность родителей-воспитателей оказать ребенку психологическую поддержку • Стремление родителей-воспитателей понять причины и мотивы поведения ребенка • Отсутствие враждебных, негативных чувств по отношению к ребенку, • Восприятие родителями-воспитателями близкой, доверительной дистанции в общении с ребенком как комфортной
Частота и содержание совместных занятий с ребенком	<ul style="list-style-type: none"> • Родители-воспитатели выделяют в режиме дня время для непосредственного общения с приемным ребенком • В семье существуют формы совместного проведения досуга родителей-воспитателей и приемных детей • Содержание совместных занятий с приемным ребенком соответствует его возрасту и потребностям
Здоровье приемного ребенка, формирование здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Отсутствие частых и длительных заболеваний • Положительная динамика в развитии роста и веса • Учет и преодоление имеющихся заболеваний, инвалидности • Достаточный уровень защиты от несчастных случаев • Наличие профилактических мер, направленных на укрепление здоровья приемного ребенка • Формирование у приемного ребенка «здоровьесберегающего» поведения
Динамика развития умственных, познавательных способностей приемного ребенка	<ul style="list-style-type: none"> • Статус приемного ребенка как субъекта познавательной деятельности соответствует его способностям и возрасту • Успехи ребенка в обучении соответствуют его способностям • Имеет необходимые условия и возможности для удовлетворения своих интересов, увлечений, развития способностей

Предмет оценки	Признаки
«Родительская» компетентность родителей-воспитателей	<ul style="list-style-type: none"> ● Родитель-воспитатель не испытывает дискомфорта, выполняя свою роль ● Родитель-воспитатель не испытывает беспокойства по поводу своей родительской компетентности ● Родитель-воспитатель обладает необходимыми умениями, чтобы справиться с различными вариантами поведения приемного ребенка, в том числе и «трудного» ребенка ● Родитель-воспитатель обладает достаточными знаниями о прошлом ребенка и его особенностях ● Родители-воспитатели не допускают в присутствии детей оскорблений, других унижающих действий в адрес друг друга, обсуждения спорных моментов, связанных как с воспитанием ребенка, так и жизни семьи в целом ● Родители-воспитатели имеют согласованные и непротиворечивые представления об одобряемых и осуждаемых типах поведения ● Поведение родителей-воспитателей не противоречит требованиям, предъявляемым к поведению приемного ребенка ● Применяемые дисциплинарные меры эффективны ● Требования родителей-воспитателей к поведению ребенка соответствуют его возрасту и полу и не противоречат социокультурным нормам ● Родители-воспитатели высказывают свои требования спокойно, с объяснением причин и последовательно добиваются выполнения своих требований
Оценка родителями-воспитателями изменений, которые произошли в ребенке за время пребывания в семье	<p>Изменения, произошедшие с ребенком в сфере деятельности, общения и самосознания соответствуют возрастным стандартам детей, оставшихся без попечения родителей</p>
Оценка приемным ребенком условий, созданных родителями-воспитателями, с точки зрения удовлетворения потребностей в свободе выбора и автономии	<ul style="list-style-type: none"> ● Ребенку предоставляется возможность самостоятельного выбора занятий, друзей ● Ребенок может иметь независимые взгляды и мнения, отличающиеся от мнений и взглядов других детей и родителей ● Родители-воспитатели учитывают индивидуальность ребенка, осуществляя воспитательные воздействия ● При решении спорных вопросов учитывается мнение ребенка

3. Восстановление социального статуса ребенка, включение его в новые социальные связи

Предмет оценки	Признаки
Сеть социальных контактов приемного ребенка	<ul style="list-style-type: none"> • Встречается (или получает информацию в других формах) с кровными родителями и родственниками • Свободно общается с друзьями, ходит к ним в гости, приглашает их в свой дом • Общается с родственниками родителей-воспитателей, живущими отдельно • Не испытывает трудностей в установлении контактов с другими людьми • Владеет навыками общения и взаимодействия в соответствии с возрастом и способностями • Преобладание позитивно окрашенных социальных контактов
Уровень готовности к самостоятельной жизни, оценка приемным ребенком старшего подросткового возраста своих перспектив в самостоятельной жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Обслуживает себя на уровне, соответствующем его возрасту и способностям • Внешний вид и поведение ребенка соответствуют социокультурным нормам и требованиям гигиены • Владеет, в соответствии с возрастом, нормами социального взаимодействия с другими людьми и социальными объектами • Сформированы представления о дальнейшем образовании (общем и профессиональном), трудоустройстве, месте жительства, сети социальной поддержки • Позитивный образ будущего, отсутствие страха перед ним • Уверенность в поддержке и помощи со стороны принимающей семьи, • Отсутствие конфликтов и неопределенности в отношениях с кровными родственниками • Стремление к освоению умений и навыков, необходимых для самостоятельной жизни

3.3. ПО ПУТИ С РЕБЕНКОМ

При сопровождении принимающей семьи специалистами нужно иметь в виду, что если на первом этапе семья формирует идентичность ребенка, то в течение 3-5 лет совместного проживания ребенок начинает сам активно участвовать в формировании идентичности семьи. Именно поэтому по прошествии этого срока необходимо *полностью либо частично менять методiku сопровождения*. Специалисту, ведущему сопровождение, очень важно понимать, что он работает с двумя семьями – биологической и вновь сформированной, – как бы парадоксально это ни звучало. Проблемы-задачи, которые возникают в этот период, могут привести к усугублению травмы ребенка на уровне семьи, и тогда увеличится риск воспроизводства прежних кровных отношений (из прошлого ребенка), которые, в свою очередь, могут привести к выводу воспитанника из принимающей семьи, несмотря даже на глубокую при-

вязанность. Судя по наработанному опыту, это может произойти на пятом-седьмом году жизни новообразованной семьи. Однако при грамотном сопровождении, учитывающем процессы перестройки новообразованной семейной системы, риски удастся минимизировать.

Социально-психологическое **сопровождение** как форма поддержки принимающих семей осуществляется в трех основных видах:

- клуб принимающих родителей как специальное пространство взаимодействия специалистов в групповом режиме (обмен опытом позволяет родителям увидеть собственные проблемы в ином ракурсе);
- консультирование по запросу;
- социальный патронаж семей, курируемый специалистами социально-психологической службы (осуществляется мониторинг актуальных потребностей и трудностей сообщества, оценивается степень психологического благополучия, результативности проведенной программы).

Основные направления **социально-психологической помощи детям** в условиях принимающей семьи включают:

- создание условий для быстрой и успешной адаптации к образу жизни в принимающей семье (режим, требования, принятые формы взаимодействия между членами семьи);
- установление отношений позитивного сотрудничества с принимающими родителями (поиск новых форм совместной деятельности, развитие совместных интересов и увлечений, расширение и культивирование норм эмоционального содействия и сопереживания с целью формирования эмоциональной привязанности между ребенком и родителями);
- коррекция умственного развития ребенка, создание основы для его успешности (коррекция представлений принимающих родителей о достижениях ребенка, создание оптимума ожиданий и требований к ребенку в отношении успехов);
- помощь в приобщении ребенка к истории семьи (создание «новой истории», датируемой моментом знакомства с приемными родителями и принятия в семью);
- расширение круга общения со сверстниками с целью стабилизации эмоционального статуса ребенка;
- помощь в сохранении прежних значимых социальных и межличностных связей ребенка (обеспечение преемственности личной истории ребенка с целью сохранения эго-идентичности и предупреждения страха потери себя).

Приложение № 1

Программа⁴ подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к проживанию в принимающей семье.

Основная цель занятий-тренингов – создание социально-психологических условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться в патронатной семье. Кроме того, в процессе осуществления программы специалист-психолог получает доступ к информации, которую можно и нужно будет использовать при проведении консультативной и профилактической работы уже в первые недели общения с членами семьи патронатного воспитателя.

Развивающие занятия проводятся психологом в рамках психологической поддержки, во внеурочное время.

Основная форма проведения занятий – игровая.

Предлагаемый вариант игровых занятий включает серию игр с детьми 6-14-летнего возраста, направленных на достижение следующих целей:

- создать у детей ощущение единения с другими людьми;
- вселить в детей надежду на успех;
- помочь детям научиться принимать решения самостоятельно и в группе;
- научить детей сочувствию;
- развивать в детях открытость и умение выражать свое отношение к другим;
- помочь детям справиться со своими проблемами.

Принцип информированности, невзирая на возраст, необходимо соблюдать. Дети имеют права знать все, что будет происходить на занятиях. Подготовить ребят можно на предварительной беседе.

Занятия проводятся раз в неделю в течение 40-60 минут. Временной интервал может быть увеличен или уменьшен в зависимости от конкретной группы.

Желательно выбрать такое помещение для занятий, которое может обеспечить работу «в кругу», двигательные упражнения, возможность работы в удобных позах и т.п. Можно использовать актовый, спортивный зал.

Любое занятие состоит из трех основных частей: разминки (вводной части), основной и завершающей частей.

⁴ Программа разработана на базе ОГОУ «Зырянский детский дом» Зырянского района Томской области.

В начале каждого занятия психологу важно почувствовать группу, диагностировать состояние детей, чтобы скорректировать план работы на день. В этом могут помочь вопросы к участникам: «как вы себя чувствуете?», «что нового (хорошего, необычного) случилось за это время?», «назовите одно хорошее и одно плохое событие, которые произошли между нашими встречами», «что запомнилось из предыдущего занятия?» и т.п. В качестве разминки используются и различные упражнения, которые позволяют участникам переключиться со своих забот к работе в группе, активизироваться, настроиться на дальнейшую работу по определенной теме, включиться в ситуацию «здесь и сейчас». Эти упражнения группой обычно не обсуждаются.

Занятие 1. Общение в жизни человека

Цель: создать благоприятные условия для работы группы, ознакомить ребят с основными правилами проведения занятий и целью курса, дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека, принять правила проведения занятий.

Материалы: тетради, ручки, небольшие листочки бумаги для записей.

Знакомство с целями курса занятий:

«На занятиях мы будем учиться общению, получая от этого не только полезные знания и умения, но и хорошее настроение. Кто может попытаться объяснить понятие “общение”?»

«Общение – это взаимодействие людей друг с другом с целью передачи знаний, опыта, обмена мнениями. В отличие от простого взаимодействия, в процессе общения происходит открытие друг другу самих себя. (Я – тебе свое Я, а ты – мне свое Я.)»

«Скажите, всегда ли ваше общение с другими людьми бывает успешным и вызывает положительные эмоции?»

«Нужно ли учиться общению? Как вы считаете, для чего и для кого это нужно?»

Психолог подводит ребят в процессе обсуждения к выводу, что общение играет в жизни человека важную роль и общению нужно учиться, чтобы оно приносило человеку пользу и радость.

Принятие правил:

Каждая группа, собираясь работать совместно, всегда договаривается о правилах работы. Психолог предлагает обсудить правила, написанные на доске, и решить, какие можно принять сразу, какие нужно изменить и какие добавить.

Примеры правил:

1. Активная работа на занятии каждого участника.
2. Внимательность к говорящему.
3. Доверие друг к другу.
4. Недопустимость насмешек.
5. Не выносить обсуждение за пределы занятия.
6. Право каждого на свое мнение.

Приветствие. «Давайте поздороваемся»:

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (хорошо, если кто-либо из детей будет стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок – здороваемся за руку,
- 2 хлопка – здороваемся плечиками,
- 3 хлопка – здороваемся спинками.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

Разминка. Упражнение «Прогноз погоды»:

Возьмите лист бумаги и карандаши и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению. Вы можете показать, что у вас сейчас «плохая погода» или «штормовое предупреждение», а может быть, для вас уже всюду светит солнце.

«Кричалки – шепталки – молчалки»:

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу волевой регуляции.

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», – можно бегать, кричать, сильно шуметь. Желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться. На сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

Основное содержание. Работа по теме:

«Трудно представить себе жизнь без общения, оно рано входит в нашу жизнь. Если мы проанализируем, с кем и как мы общаемся, то,

наверное, станет понятно, что общение не всегда нас радует и довольно часто доставляет нам неприятности».

«Задумывались ли вы, почему это происходит?»

«Многочисленные исследования свидетельствуют, что ссоры между людьми чаще всего возникают из-за отсутствия культуры общения».

«В ссорах люди чаще обвиняют других. Давайте попытаемся проверить при помощи теста, какие мы в общении. Отвечайте по возможности, откровенно и сразу».

Тест-игра «С тобой приятно общаться»:

«Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. В школе вам приходится постоянно общаться со своими одноклассниками. Давайте проверим, какие вы в общении, как мы знаем друг друга».

Для этого детям раздаются небольшие листочки для записей (каждый берет по количеству человек в группе), на которых они пишут соответствующие значения для каждого ученика. Расшифровка значений написана на доске.

+2 – с тобой очень приятно общаться

+1 – ты не самый общительный человек

– не знаю, я мало с тобой общаюсь

-1 – с тобой иногда неприятно общаться

-2 – с тобой очень тяжело общаться.

Записка складывается, и на обороте пишется имя того, кому записка предназначена. Все записки собираются в коробку, и психолог раздает «адресатам», предупреждая, что подсчет баллов нужно сделать дома. Если результаты не нравятся, то не стоит огорчаться, а лучше вспомнить, что все зависит от тебя самого.

«Если мы не знаем, как общаться с другими, то мы несчастны. Научиться общению можно, если ты сам этого захочешь. Для этого нужно постигать искусство общения и работать над собой. Будем вместе учиться общению.

Напишите на одном листочке “Я хочу, чтобы со мной обращались ласково, нежно”, на другом листочке напишите “Я хочу, чтобы со мной обращались строго и требовательно”. Сдайте тот листочек, на котором написан приемлемый для вас вариант общения».

Анализ занятия:

Делимся впечатлениями о занятии.

«Что понравилось? Что хотели бы изменить?»

«Как оцените наше занятие: выкиньте на счет три столько пальцев (по пятибалльной шкале), на сколько оцените наше сегодняшнее занятие».

Психолог сообщает, какое общение выбрали большинство участников. (По итогам опроса, см. предыдущее задание).

«Камушек в ботинке»:

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Игра проходит в два этапа.

1 этап (подготовительный). Дети сидят в кругу на ковре. Психолог спрашивает: «Ребята, случилось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» Обычно дети очень активно отвечают на вопрос, так как практически каждый ребенок 6-7 лет имеет подобный жизненный опыт. По кругу все делятся своими впечатлениями о том, как это происходило. Ответы сводятся к следующему: «Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями».

Далее психолог спрашивает детей: «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а придя домой, просто снимали ботинки?» Дети отвечают, что и такое уже бывало у многих. Когда боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, сильнее, чем накануне, обида, злость – вот такие чувства испытывают обычно дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

2 этап. Психолог говорит детям: «Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорей всего, возникнут проблемы, и немалые. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: “У меня камушек в ботинке”, – мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом.

Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков». Расскажите, что вам не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке».

Дети по кругу рассказывают, что же мешает им в данный момент, описывают свои ощущения. Отдельные «камушки», о которых дети будут говорить, полезно обсудить в кругу. В этом случае каждый участник игры предлагает сверстнику, попавшему в затруднительную ситуацию, способ, при помощи которого можно избавиться от «камушка».

Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах. Кроме того, игра помогает педагогу беспрепятственно проводить учебный процесс. Ведь если детей что-то волнует, это «что-то» не даст им спокойно сидеть на занятиях и воспринимать информацию. Если же дети получают возможность выговориться, «выпустить пар», то можно спокойно приступать к занятиям.

Игра «Камушек в ботинке» особенно полезна для тревожных детей. Во-первых, если достаточно часто играть в нее, даже очень стеснительный ребенок привыкнет и постепенно начнет рассказывать о своих трудностях (поскольку это не новая и не опасная, а знакомая и повторяющаяся деятельность). Во-вторых, тревожный ребенок, слушая рассказы о проблемах сверстников, поймет, что не только он страдает от страхов, неуверенности, обид. Оказывается, и у других детей такие же проблемы, как у него. Значит, он такой же, как все, не хуже всех. Не надо замыкаться в себе, ведь любую, даже самую трудную ситуацию, можно разрешить совместными усилиями. А дети, которые окружают его, – совсем не злые и всегда готовы прийти на помощь.

Прощание. «Доброе животное»:

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Руководитель тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед,

стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

Домашнее задание:

Посчитайте дома полученные вами баллы по тесту «С тобой приятно общаться» и запишите общее число в тетрадь.

Занятие 2. Зачем нужно знать себя?

Цель: закрепить тренинговый стиль общения, продолжить самораскрытие, способствовать дальнейшему сплочению коллектива, преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению, создать у детей мотивацию на познание самих себя, способствовать самопознанию и рефлексии воспитанников.

Настрой на занятие. Упражнение «Цвет настроения»:

Каждый участник выбирает цвет своего настроения на данный момент и бросает картонный квадратик в прорезь той полоски на коробке, которая соответствует выбранному цвету.

Психолог открывает коробку и сообщает (не называя детям обозначения цветов и не посчитывая их точное количество), с каким настроением пришли сегодня большинство ребят. Затем спрашивает ребят, так ли это?

Упражнение «Я рад общаться с тобой»:

Предложить каждому протянуть другому руку со словами: «Я рад общаться с тобой», а тот, кому протянули руку, протягивает ее другому с этими же словами. Так по «цепочке» все берутся за руки и образуют круг.

Обсуждение домашнего задания:

«Сколько баллов вы получили по тесту предыдущего занятия?»

Психолог называет, каким мог быть максимальный балл (умножив на два количество участников).

«Как вы считаете: можно ли изменить мнение товарищей, одноклассников? Как это сделать?»

«Вы замечали, что с разными людьми вы ведете себя по-разному?»

«А кто знает себя очень хорошо? Все ли в себе вам нравится? Чем мы отличаемся от других?»

«Нужно ли знать себя?»

Разминка. Упражнение «Настроение»:

Пусть каждый из вас по очереди займет такую позу, которая отражает его настроение в настоящий момент. Вся группа по сигналу повторит эту позу. Затем изобразит свое настроение следующий участник.

«Ласковые лапки»:

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть, воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони.

Упражнение «Слушай команду»:

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка.

Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание.

Игра поможет ведущему сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям – успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

Основное содержание. Самоанализ «Кто я? Какой я?»:

«Ответьте письменно на три вопроса:

- Я думаю, что я...
- Другие считают, что я...
- Мне хочется быть...

На каждый вопрос подберите от 5 до 10 определений из списка слов на плакате».

Психолог вывешивает список слов, помогающих детям отвечать на вопросы.

Примеры:

- Симпатичный, слабый, приятный, грубый;
- Справедливый, хвастливый, трудолюбивый, скучный;
- Остроумный, смелый, жадный, хитрый;
- Смешной, терпеливый, надежный, неприятный;
- Задумчивый, хороший, здоровый, вежливый;

Робкий, честный, глупый, одинокий;
Красивый, резкий, нежный, сильный;
Задиристый, лживый, сообразительный, дружелюбный.

Упражнение «Горячий стул»:

Психолог предлагает проверить, совпадают ли представления ребят о себе с тем, что о них думают друзья.

Каждый (по очереди) садится на стул в центре, и участники отвечают на вопрос: «Какой он?», подбирая одно или несколько определенных из того же списка слов на плакате (см. выше). Сидящий в центре отмечает в своем списке слова, которые совпадают с его определением под заголовком «Я думаю, что я...».

Количество совпадений подсчитывается.

Анализ занятия:

Оценка занятия каждым участником – «выкидываем пальцы» (см.1 занятие).

«Что понравилось?»

«Какие испытывали трудности?»

«Кого трудней оценивать – себя или других?»

«Как ребенок видит себя в окружающем мире»:

Цель: дать возможность детям с помощью вербальных и невербальных приемов объяснить окружающим свое понимание себя в окружающем мире.

Материал: цветные карандаши, фломастеры, большие листы ватмана.

Детям предлагается выбрать образ сказочного героя, с которым бы они могли себя сравнить, или представить себя сказочным героем, который им больше всего нравится.

Затем каждому ребенку дают возможность объяснить, почему он выбрал именно этого сказочного персонажа и что в нем больше всего привлекает.

После этого каждому ребенку предлагается нарисовать свой образ сказочного персонажа на карточке и потом эту карточку приколоть к одежде. С детьми договориться, что при общении с другими людьми они будут вести себя как их герой. В заключительной части детям предлагается объяснить, что именно привлекло их в манере общения того или иного сказочного персонажа.

Прощание. Упражнение «Строим город»:

Лист ватмана или стекло покрывается слоем пластилина. Каждый участник группы кладет свою ладонь и обводит отпечаток руки. Это его дом. Он что-то строит на своей территории из пластилина. Затем

эти территории соединяются в один город. Цель этого этапа – активизация взаимодействия между участниками группы. Дороги строятся компактно, с заходами в соседние дома, таким образом создавая единую сеть коммуникаций, социальных связей. Такой навык строить взаимодействие, создавать круг друзей поможет детям в будущем получать поддержку друг друга и строить новые связи.

«Доброе животное».

Домашнее задание:

Нарисовать круг и в центре написать букву «Я», от круга нарисовать отходящие лучи по количеству отмеченных совпадений. Совпадения положительных качеств нужно рисовать красным карандашом, а отрицательных – синим.

Занятие 3. Я глазами других

Цель: способствовать дальнейшему сплочению коллектива и углублению процессов самораскрытия, формировать способность к самоанализу, способствовать желанию самосовершенствования, развитие способности принимать друг друга.

Приветствие. «Давайте поздороваемся».

Разминка. Упражнение «Меняющаяся комната»:

Давайте сейчас все будем медленно ходить по комнате... А теперь представьте, что комната наполнена жвачкой и вы продираетесь сквозь нее... А теперь комната стала оранжевой – оранжевые стены, пол и потолок, вы чувствуете себя наполненными энергией, веселой, легкой, как пузырьки в «Фанте».. А теперь пошел дождь, все вокруг стало голубым и серым. Вы идете печальные, грустные, усталые.

«Кричалки– шепталки – молчалки».

Методика «Твое имя»:

Участники встают в круг, а один, передавая мяч соседу, называет свое полное имя. Задача других – назвать, передавая мячик по кругу, как можно больше вариантов его имени (например: Катя, Катюша, Катерина, Катенька, Катюшка, Екатерина).

Задание повторяется для каждого участника. Затем все делятся впечатлениями, что чувствовали, когда слышали свое имя.

Психолог делает вывод о том, что наше имя звучит для нас, как лучшая в мире музыка.

«Обращаясь друг к другу, каждый раз будем начинать с имени».

Обсуждение домашнего задания.

Психолог предлагает рассмотреть все рисунки «Я в лучах солнца».

Предлагается вспомнить, что обозначают лучи (количество совпавших с вашим мнением о себе определений товарищей).

«Количество лучей показывает, как вы знаете себя (много совпадений – хорошо знаете)».

«Красными лучами отмечались положительные совпадения, т.е. ваши положительные качества словно “согревают” окружающих, отрицательные (синие) действуют, как “холод”, и мешают общению».

«Как вы думаете, почему у некоторых ребят мало лучей?» (Или они себя плохо знают, или их плохо знают товарищи).

В итоге обсуждения желательно подвести ребят к пониманию того, что в общении нужно больше проявлять свои положительные качества, тогда и конфликтов будет меньше.

Работа по теме. Игра «Ассоциации»:

Выбирается первый желающий и встает перед участниками.

Психолог предлагает каждому присутствующему, по очереди, говорить, какие он у него вызывает ассоциации, т.е. что он нам напоминает.

Затем идет обсуждение: «что чувствовали?», «какие сравнения были неожиданными?»

Анализ занятия:

Даем оценку занятию (выкидывание пальцев).

«Что было трудно выполнять?»

«Что оказалось неожиданным?»

«Что было самым интересным?»

«Умею ли я слушать другого человека»:

Цель: формирование положительных эмоциональных реакций ребенка в отношениях с другими людьми.

Материал: музыкальные фрагменты с записями спокойной и агрессивной музыки.

Детям рассказывается сказка о том, как жили-были в одной стране разные сказочные герои (те герои, которых выбрали сами дети), а потом каждому ребенку дается возможность рассказать, как жили, что делали, как общались между собой сказочные герои. После этого психолог, включая фрагменты с записями агрессивной музыки, обращает внимание детей на негативные формы общения сказочных героев. Затем, включая благозвучную и спокойную музыку, он приводит в пример позитивные формы общения. После этого вместе с детьми необходимо сделать вывод о том, как важно уметь внимательно слушать другого человека, а также одобрить положительное эмоциональное реагирование детей.

«Разговор с руками»:

Цель: научить детей контролировать свои действия.

Обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите детям оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть – и не будут никого обижать.

Домашнее задание 1:

Запишите в тетрадях начало нескольких предложений, а дома закончите их:

- «Я словно птица, когда...»
- «Я превращаюсь в тигра, когда...»
- «Я словно муравей, когда...»
- «Я словно рыба, когда...»
- «Я – прекрасный цветок, если...»

Домашнее задание 2:

Последите в течении времени до нашего следующего занятия за своим настроением и ответьте на вопросы:

- «Всегда ли вы были спокойны и веселы?»
- «Всегда ли вы были внимательны и сосредоточены?»
- «Были ли вспышки гнева?»
- «Было ли вам неудобно за какое-то свое поведение?»
- «От каких вредных привычек вы хотели бы избавиться?»

Упражнение «Пожелание»:

Каждый участник пишет на листке бумаги какое-либо пожелание, сворачивает листок и кладет его в центр комнаты. Когда все участники напишут свои пожелания, они встают в круг. Каждый вынимает по одному пожеланию, и, таким образом, получается, что все участники группы обменялись пожеланиями.

Прощание. «Доброе животное».

Занятие 4. Мои внутренние друзья и мои внутренние враги

Цель: познакомить детей с миром эмоций, научить определять эмоциональные состояния других людей, тренировка умения владеть своими эмоциями.

Приветствие. «*Давайте поздороваемся.*».

Разминка. Упражнение «Посылка»:

Участники сидят в кругу, близко друг к другу. Руки лежат на коленях соседей. Один из участников «отправляет посылку», легко хлопнув по ноге одного из соседей. Сигнал должен быть передан как можно быстрее и вернуться по кругу к своему автору. Возможны варианты сигналов (различное количество и виды движений).

«Ласковые лапки».

«Хочу сказать приятное другому человеку»:

Цель: формирование эмпатических реакций ребенка.

Задание состоит в том, чтобы сказочные персонажи, по очереди входя в помещение, сначала похвалили других, а потом и себя. По ходу выполнения задания психолог обращает внимание на ту похвалу, которая вызвала положительные реакции окружающих. Затем он просит рассказать о том, что чувствовали дети, когда их хвалили, и что больше им понравилось: слушать похвалу в свой адрес или самим хвалить другого.

В заключение психолог дает задание детям похвалить своих родственников, друзей, знакомых и даже незнакомых людей.

«Мне кажется, что ты хочешь мне сказать»:

Цель: создание атмосферы открытости, доверительности, доверия и взаимной поддержки.

Задание проводится в кругу. Один из участников называет имя другого участника по своему усмотрению. Участник, чье имя названо, говорит: «Мне кажется, что ты хочешь мне сказать...» Первый участник либо соглашается со вторым, либо говорит, что «нет, я хотел сказать тебе, что...» И так далее по кругу, чтобы все дети приняли участие. Необходимо следить, чтобы дети обращались друг к другу, т.е. активизировать процесс общения.

«Слушай команду».

«Цветок достижений»:

Цель: повышение самооценки.

Детям раздать заранее заготовленные бланки-цветы. В центре цветка воспитатели вклеят фотографию ребенка. А на лепестках, соответствующим дням недели, должна будет появиться информация о результатах ребенка, которыми он гордится. Заполнять лепестки будут дети.

Это послужит стимулом для обучения письму. К тому же эта форма работы способствует установлению контактов между детьми и воспитателями, к которым дети будут обращаться за помощью.

На следующем занятии совместно с руководителем ребята оформят стенд «*Наши достижения*».

Обсуждение домашнего задания:

Предлагается по кругу каждому подростку отвечать на вопросы домашнего задания номер один. Затем идет обсуждение:

«Много ли похожих ответов?»

«Какие ответы характеризуют чувства, а какие – поведение в общении?»

«Чего больше – одинаковых чувств или одинакового поведения?»

Приходим к выводу, что в общении нужно управлять своим поведением. Чувства не оправдывают плохое поведение человека.

Обсуждение второго домашнего задания:

Опрос по кругу:

«Вспомните, какое настроение чаще всего было на неделе, и ответьте на вопросы домашнего задания» (см. занятие 3).

При обсуждении эмоционального опыта желательно добиться информации от каждого участника. Чем больше будет проанализировано чувств и жизненных ситуаций, связанных с ними, тем лучше.

После обсуждения подвести ребят к выводу:

«Все люди иногда бывают злыми и раздражительными, а иногда добрыми и веселыми, внутри нас “живут” наши друзья и наши враги – эмоции».

Работа по теме. Обсуждение понятия «эмоции»:

Вниманию ребят предлагается плакат со схематичным изображением эмоций: «Дайте определение понятию “эмоции”».

Обобщая ответы детей, дается определение: «Эмоции – это выражение нашего отношения (чувства) к происходящему вокруг нас или внутри нас».

«Могут ли эмоции нанести человеку вред? Какой вред?» (потеря друзей, любви близких, одиночество, болезнь).

Привлекать ребят к обсуждению и объяснению всех ответов.

«Перечислите, какие эмоции можно назвать нашими врагами» (злость, агрессия, насмешка и т.д.).

«Посмотрите, на плакате хорошо видно, что даже выражение лица становится неприятным, когда человек становится рабом своих внутренних врагов. Общаться с такими людьми тоже неприятно».

«Положительные эмоции помогают бороться с нашими врагами, поэтому положительные эмоции можно назвать нашими друзьями».

«Назовите положительные эмоции» (радость, нежность, доброжелательность, спокойствие, уверенность и т.д.).

«Как еще можно побороть своих внутренних врагов?» (досчитать до 20, побыть одному, улыбнуться, подумать о чем-то хорошем, написать на бумаге и разорвать).

Игра «Угадай эмоцию»:

Участники угадывают, какие эмоции изображены на плакате.

Игра «Назовите эмоцию»:

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в другую сторону и называются эмоции, помогающие общению. Эмоции можно выражать разными средствами: через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

Игра «Изобрази эмоцию»:

Всем участникам раздаются карточки, на каждой написана эмоция, которую нужно изобразить без слов – через мимику, жест, интонацию, позу и т.д., – остальные угадывают, какая эмоция изображалась. На карточках написаны эмоции: радость, грусть, насмешка, обида, страх, удивление и др.

Упражнение «Поставь балл эмоциям»:

Всем участникам раздаются бланки с перечисленными эмоциями (положительные и отрицательные) и предлагается поставить балл (от 1 до 10) около каждой эмоции, в зависимости от того, как часто ее испытывает отвечающий.

Затем идет обсуждение:

«Если эмоции могут быть нашими врагами, то нужно ли учиться управлять ими?»

«Как этому научиться?»

После всех ответов психолог делает вывод, который участники записывают в тетрадах. Записать в тетрадах: «Владеть эмоциями – это:

- уважать права других;
- проявлять терпимость к чужому мнению;
- не причинять вреда и насилия;
- мириться с чужим мнением;
- не возвышать самого себя над другими;
- уметь слушать.

Анализ занятия.

Домашнее задание:

До следующего занятия постарайтесь понаблюдать за своим поведением в разных ситуациях общения и отметить, как вы владеете своими эмоциями. Запишите свои советы-способы овладения эмоциями.

Подумать и записать: какие люди тебе нравятся. С каким человеком ты хотел бы дружить? Должны ли друзья быть во всем похожи?

Прощание. Упражнение «Волшебный сундук»:

Психолог руками изображает, как он с неба спускает большой сундук и открывает его. Сообщает детям, что в Волшебном сундуке лежат самые разные сокровища и подарки. Каждый по очереди может подойти к сундуку и выбрать для себя понравившийся подарок. Этот подарок он изображает невербально, руками. Остальные могут попробовать догадаться, что он выбрал. После того, как все участники получили подарки, ведущий сообщает, что там осталось еще очень много сокровищ, закрывает его и вся группа вместе поднимает Волшебный сундук в небо.

«Доброе животное».

Занятие 5. Ищу друга

Цель: углубление процессов самораскрытия, преодоление барьеров в общении, совершенствование навыков общения.

Материалы: листы бумаги для написания объявлений.

Приветствие. *«Давайте поздороваемся».*

Разминка. Упражнение «Сигнал»:

Участники стоят в кругу, достаточно близко, и держатся за руки. Кто-то легко сжимает руку, посылает сигнал в виде последовательности быстрых или более долгих сжатий. Сигнал передается по кругу, пока не вернется к автору. Для усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в различные стороны движения.

«Кричалки – шепталки – молчалки».

Обсуждение домашнего задания:

Всем участникам предлагается зачитать записи в тетрадях о том, что значит владеть эмоциями. Поощряются самостоятельные выводы и добавления к тому, что записали на прошлом занятии.

Затем идет обсуждение:

«Можете ли вы с уверенностью сказать, что всегда владеете своими эмоциями?»

«Это не просто, но, чтобы у вас было меньше проблем в общении, нужно учиться владеть своими эмоциями».

Участникам предлагается ответить на вопросы домашнего задания.

Психолог обобщает ответы:

«Друзья – это те, кому мы верим, кто не предаст, не подведет, способен поддержать, посочувствовать. Другу мы можем доверить свои откровения.

А задумывались вы над тем, можете ли вы сами соответствовать понятию “друг”?»

«Как вы думаете, кто может уверенно назвать вас своим другом?»

Основное содержание. Работа по теме занятия:

«Кто может объяснить понятие откровенность?»

Психолог предлагает участникам записать окончания предложений у себя в тетради. Он записывает на доске начало предложений:

«Откровенно говоря, мне до сих пор трудно...»

«Откровенно говоря, для меня очень важно...»

«Откровенно говоря, я ненавижу, когда...»

«Откровенно говоря, я радуюсь, когда...»

«Откровенно говоря, самое главное в жизни...»

Затем участникам предлагается, по желанию, зачитать свои ответы вслух.

«Всем ли мы можем доверить свои откровения?»

«Поднимите руку те, у кого есть настоящий друг, которому можно доверять».

«Может ли взрослый (воспитатель или учитель) быть вашим другом?»

Объявление «Ищу друга»:

«Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей. Многие газеты сейчас печатают объявления для тех, кто желает найти друзей или просто единомышленников по увлечениям.

Мы попытаемся с вами тоже составить такое объявление и озаглавим его “Ищу друга”. Вы можете рассказать немного о себе, указать свои увлечения, любимые занятия, о том, что могло бы заинтересовать другого человека в вас. Объявление не должно быть большим, но старайтесь писать искренне. Можно не подписывать или придумать себе псевдоним».

Затем объявления собираются и зачитываются. Участники отгадывают автора каждого объявления, а если отгадают, то предлагают свои дополнения о положительных качествах автора. Желающие могут поместить свои объявления на стенде в кабинете психолога.

Анализ занятия:

«Трудно ли быть откровенным?»

«Просто ли было писать о себе?»

«Роли, которые играют люди»:

Цель: формирование навыков эмоционально стабильных реакций детей в ситуациях отсутствия предварительного опыта.

Материал: разные атрибуты – шапочка доктора, указка учителя, кисточка художника и т.д.

Детям предлагается сначала определить роли сказочных героев. Согласно выбранным ролям строится ситуация общения, после чего дети должны объяснить, как изменилось их эмоциональное состояние и поведение.

Вторая часть занятия включает в себя моделирование ситуаций, в которых сказочные герои действуют как профессионалы, используя соответствующие атрибуты. После этого дети должны объяснить, как изменились их эмоциональное состояние и поведение.

«Где мне сесть?»:

Цель: сформировать у детей представления о зависимости эмоциональных реакций от ситуаций общения.

На открытом пространстве детям предлагается приблизиться друг к другу на максимально удобное для общения расстояние. Психолог следит за тем, как дети осуществляют этот процесс, и затем просит их объяснить, почему они выбрали такие расстояния. После этого он предлагает детям удалиться друг от друга и общаться с этого расстояния, а потом объяснить, что они при этом испытывают и что изменилось. Выбрав наиболее комфортное пространственное размещение, дети должны объяснить, какое эмоциональное состояние они испытывают на различных дистанциях общения.

«Цветок достижений».

Домашнее задание:

Всем участникам предлагается трижды нарисовать свой портрет: «Я – какой есть», «Я – глазами одноклассников», «Я – каким хочу быть».

Упражнение «Аплодисменты по кругу»:

«Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее».

Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и постепенно подходя к нему. Затем этот участник выбирает из

группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует вся группа.

Прощание. «Доброе животное».

Занятие 6. Почему люди ссорятся?

Цель: Познакомить с понятием «конфликт», определить особенности поведения в конфликтной ситуации, обучение способам выхода из конфликтной ситуации.

Материалы: мяч, плакат с правилами.

Разминка. Упражнение «Утка – гусь»:

Участники садятся на пол в круг, водящий стоит за кругом. Он идет по часовой стрелке и, прикасаясь к голове каждого, говорит: «Утка, утка... Гусь». Участник, которого называют гусем, должен встать и догнать водящего. Водящий должен, обежав круг, успеть сесть на место «гуся». Если участник догнал водящего, то водящий остается водить следующий кон.

Анализ домашнего задания:

«Как провели каникулы?»

«Расскажите о самом интересном, что было на каникулах».

«Были ли негативные моменты во время каникул?»

«С чем они были связаны?»

Предлагается сдать рисунки ведущему.

Комментарии к рисункам каждого участника психолог записывает в тетрадах.

Основное содержание. Работа по теме занятия:

Ведущий задает вопрос всем участникам: «Почему люди ссорятся?»

Всем предлагается подумать и записать ответы в тетрадах, а затем перейти к обсуждению. Все варианты ответов записываются на доске:

«Не понимают друг друга».

«Не владеют своими эмоциями».

«Не принимают чужого мнения».

«Не считаются с правами других».

«Пытаются во всем доминировать».

«Не умеют слушать других».

«Хотят умышленно обидеть друг друга».

Мы уже обсуждали на занятиях, как важно владеть собой при общении с другими людьми. Однако очень трудно бывает фиксировать свое состояние.

Игра «Разожми кулаки»:

Один сжимает руку в кулак, другой старается разжать его (нельзя причинять боль). Затем партнеры меняются ролями. Обсуждаются несиловые методы, которые применяются: уговоры, просьба.

Игра «Толкали без слов»:

Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щиплются, дерутся, но не разговаривают. Затем делятся своими впечатлениями.

Игра «Да и нет»:

Все участники разбиваются на пары. Каждый выбирает себе позицию «да» или «нет». Необходимо убедить партнера сменить позицию на противоположную.

После игры проводится обмен мнениями:

«Какие испытывали эмоции?»

«Было ли ощущение напряжения и раздражения?»

«Ощущали ли вы предконфликтную ситуацию?»

«Что помогло избежать конфликта?»

Обучение выходу из конфликта.

Прежде чем перейти к обучению участников способам выхода из конфликтных ситуаций, желательно предоставить им возможность поделиться собственным опытом и рассказать, как они выходят из конфликта.

На примерах из личного опыта проводится обсуждение возможных способов решения конфликтных ситуаций. Выводы записываются в тетрадь.

Поведение, которое помогает выйти из конфликтной ситуации без ссоры:

«Выслушать спокойно все претензии партнера».

«На агрессивность партнера реагировать сдерживанием своих эмоций и постараться переключить разговор на другую тему. Можно сказать что-то доброе, неожиданное, веселое».

«Попытаться заставить партнера говорить конкретней (только факты) и без отрицательных эмоций».

«Всегда держать уверенную и равную позицию, но не переходить на критику».

«Извиниться, если в чем-то действительно не прав».

Все варианты обсуждаются и записываются участниками в тетрадь.

Анализ занятия:

«Можно ли постоянно контролировать свое состояние?»

«Как вы думаете, сможете вы достойно выходить из конфликтных ситуаций?»

«Что для вас было самым трудным на занятии?»

Упражнение «Подарок»:

Участники встают в круг.

«Сейчас мы будем делать подарки друг другу. Начиная с ведущего, каждый по очереди средствами пантомимы изображает какой-то предмет и передает его своему соседу справа (мороженое, ежика, гирю, цветок и т.п.)».

Домашнее задание:

Подумайте дома над высказыванием и постарайтесь его объяснить: «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они строят стены».

Прощание. «Доброе животное».

Занятие 7. Чаепитие

Цель: закрепление навыка культуры поведения за столом.

Материалы: приборы для сервировки чайной церемонии на каждого участника, чай и угощения.

Разминка. Упражнение «Пробейся сквозь ряд»:

Участники стоят спинами друг к другу по два человека, образуя шеренгу. Водящий должен пробиться сквозь эту шеренгу.

Анализ домашнего задания:

«Соблюдаете ли вы дома правила культуры поведения, которые мы обсуждали?»

«Придерживаетесь ли вы правил пользования столовыми приборами в повседневной жизни (не только в гостях)?»

«С какой целью придуманы правила поведения за столом?»

Работа по теме занятия. «Чаепитие»:

Группа желающих сервирует стол для чая. Все оценивают сервировку и подсказывают в случае необходимости. После сервировки психолог приглашает всех к столу, предлагается угощение и предоставляется возможность поупражняться в соблюдении правил культуры поведения за столом.

Во время чаепития уточняются и показываются приемы поведения за столом.

Можно предложить такие вопросы для показа и обсуждения:

«Какой ложечкой взять сахар из сахарницы?»

«Сколько наливать чая?»

«Как передавать чашку с чаем?»

«Чем есть пирожное?»

«Куда складывать бумажки от конфет?» и др.

Во время чаепития могут обсуждаться и другие правила культуры поведения (как дарить подарки, можно ли вести беседу за столом и не мешает ли это приему пищи) и прочие правила, которые не были затронуты на занятиях.

Психолог благодарит всех за участие и желает не забывать то, что обсуждалось и отрабатывалось на занятиях.

Как вариант, на столе может стоять свеча, все участники по очереди берут ее в руки, говорят о своих впечатлениях и высказывают пожелания друг другу.

Анализ домашнего задания:

«Кто посещал театр?»

«Для чего придуманы правила поведения в театре? Какие правила вы знаете?»

Разминка по теме занятия:

«Нужно ли продумывать свой внешний вид и одежду для посещения театра?»

«Нужно ли продумывать заранее, как и за какое время вы сможете добраться до театра?»

«За какое время до начала представления желательно приходить в театр?»

«Идем в театр»:

Играющие получают карточки с заданиями, по которым разыгрывают ситуации:

«Вы опоздали, а ваши места заняты».

«Представление еще не началось, но все сидят, а ваши места в середине ряда».

«Ваши действия во время антракта».

«Антракт закончен, а ваша очередь в буфете только что подошла».

«Сосед постоянно разговаривает и мешает вам смотреть представление».

«Разыграйте, как нужно проходить на свои места и садиться».

«Молодой человек пришел в театр со своей девушкой».

Обсуждение: «Что было сделано правильно, а что – нет?», «Объясните, как нужно действовать».

Анализ занятия:

«Можно ли получать удовольствие от посещения театра, если никто там не выполняет правила этикета?»

«Для кого придуман этикет?»

Домашнее задание:

Подготовить правила приема гостей.

Упражнение «Спасибо за приятное занятие»:

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Занятие 8. Принимаем гостей

Цель: знакомство с правилами приема гостей и формирование соответствующих навыков.

Материалы: все для сервировки стола (можно игрушечную посуду и приборы), плакаты, изображающие сервировку стола, и карточки с заданиями.

Разминка. Упражнение «Число Три»:

«Сейчас все будем считать до 15. Считать будем по очереди, вслух. Тот, кому достается число 3, 13 или те числа, которые делятся на три, должен будет молча хлопнуть в ладоши и подпрыгнуть. Если он сбился – выходит из круга». Игра повторяется, пока не останется три участника.

Анализ домашнего задания:

«Приходилось ли вам принимать гостей?»

«А вы бывали в гостях?»

«Какие правила приема гостей вы знаете?»

Работа по теме занятия. «Сервируем стол»:

Участникам предлагается рассказать и показать, как сервировать стол для приема гостей. Даются задания по сервировке посуды и столовых приборов (один участник ставит посуду, а другой комментирует):

- разложить столовые приборы,
- подобрать и расставить тарелки для закусок,
- поставить посуду для напитков,

- разложить салфетки,
- правильно сесть за стол,
- взять вилаку и нож и т. д.

Если нет возможности полностью сервировать стол, то показать рисунок с сервировкой стола и обсудить то, что не удалось продемонстрировать.

Предложить обсудить поведение за столом:

«Когда садиться за стол?»

«Как сидеть за столом?»

«Как поступить, если ты не любишь какое-то угощение, а его предлагают?»

«Как пользоваться приборами?»

«Как передавать хлеб?»

«Когда выходить из-за стола?»

Обязанности хозяина, принимающего гостей:

«Как встречать?»

«Что можно предложить в ожидании других гостей?»

«Как развлекать?»

«Как знакомить гостей?»

«Как приглашать за стол и рассаживать?»

«Поведение хозяина за столом».

«Как провожать гостей?»

Анализ занятия:

«Много ли нового вы узнали сегодня? Сможете вы самостоятельно принять гостей и угостить их чаем?»

«Сколько баллов вы поставите себе за пользование приборами?»

Домашнее задание:

Приготовьтесь угостить друг друга чем-то сладким за чаем. Можно что-то испечь, а можно просто принести несколько конфет для чаепития.

«*Доброе животное*».

Занятие 9. Барьеры общения

Цель: определить понятие вербальных барьеров, поиск альтернативных вариантов общения, обучение анализу различных состояний.

Разминка. «Великаны – карлики»:

Все стоят в кругу. На команду «великаны!» все стоят, а на команду «карлики!» нужно присесть. Следите внимательно за словами, так как ведущий попытается вас запутать – будет приседать на команду «великаны!» и т.п.

Обсуждение домашнего задания:

Вспомните высказывание, которое было предложено вам обдумать дома: «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они строят стены». Обсуждая ответы каждого участника, подвести к теме барьеров/мостов в общении.

Работа по теме занятия:

Напомнить участникам значение контроля над своими эмоциями, поступками и словами во время общения с другими людьми. Затем идет обсуждение вербальных барьеров. Конфликты часто возникают в ситуациях, когда кто-то один (тем более оба) из партнеров начинает общение со слов (вербальных барьеров), препятствующих позитивному общению.

Участникам предлагаются сюжеты для разыгрывания. Например, сцена в классе. Предлагается ситуация: тыходишь в класс после болезни, а твоя парта занята новым учеником. Начинайте выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!»

Обсуждается поведение и реакция обоих партнеров:

«Можно ли было не доводить до конфликта?»

«Какие правила из предыдущего занятия могли бы быть использованы?»

Данная сцена разыгрывается несколько раз с заданиями начинать выяснение отношений:

- с угрозы; с указаний и поучений («надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать»);
- с критики («если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту»);
- с обобщения («ты такой же бестолковый, как все новенькие»);
- не обращать внимания («он не достоин моего внимания»).

Обсуждаются все варианты, и отмечается, кто смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

«Какова цель решения любого конфликта?» (Найти достойное решение, приемлемое для обоих.)

«Если такого решения не найдено, то начинается противостояние. Кто может объяснить это понятие?»

«Кому-то необходимо идти на уступки. Если оба идут на уступки, то это компромисс».

«Самый лучший выход – сотрудничество».

Все понятия обсуждаются и поясняются примерами.

Анализ занятия:

«Можете ли вы сказать, почему конфликтные ситуации называются барьерами в общении?»

«Оцените в баллах (выкидываем пальцы) сегодняшнее занятие».

Домашнее задание:

Попробуйте до следующего занятия зафиксировать хотя бы одну ситуацию, когда вам удалось предотвратить конфликт. Старайтесь в таких ситуациях использовать известные вам позитивные приемы.

Упражнение «Спасибо за приятное занятие».

Занятие 10. Предотвращение конфликтов

Цель: отработка ситуаций предотвращения конфликтов, диагностика конфликтности, закрепление навыков поведения в проблемной ситуации.

Разминка. Упражнение «Изобрази животное»:

Дети ходят по комнате и одновременно изображают какое-то животное: медведя, зайчика, тигра, змею, котенка...

Упражнение «Пожелание»:

«Начнем работу с высказывания пожеланий друг другу на сегодняшний день. Пожелание должно быть коротким, желательно, в одно слово. Вы бросаете мяч кому-то и одновременно говорите свое пожелание. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему, высказывая ему пожелание на сегодняшний день. Будем внимательны, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить».

Анализ домашнего задания:

«Кто может рассказать о своих успехах в предотвращении конфликтов?»

«Вспомните, какие барьеры мешают позитивному общению людей?»

«Поднимите руку, кто чувствует в себе достаточно сил для того, чтобы не допустить конфликтных ситуаций?»

Работа по теме занятия. Игра «Перетягивание каната»:

Игра проводится в парах. Играющие перетягивают воображаемый канат, пока один не перетянет.

Отработка навыков предотвращения конфликтов:

Ведущий предлагает каждому самостоятельно подобрать и написать в тетрадях свои варианты выхода из проблемных ситуаций. Предлагаются следующие ситуации:

«Тебя публично обвинили в том, чего ты не делал».

«Мама, придя с работы очень усталой, начинает отчитывать тебя за беспорядок в квартире».

«Учитель поставил тебе несправедливо заниженную отметку».

«Одноклассник, не разобравшись в ситуации, начинает тебя оскорблять».

«На улице тебя обрызгал грязью проезжающий автомобиль».

Можно использовать карточки теста Розенцвейга.

Тетради с ответами сдаются психологу для того, чтобы оценить, как участники усвоили навыки поведения в конфликтных ситуациях.

Игра «Петухи»:

Играют в парах. Все игроки, прыгая на одной ноге, пытаются толкнуть другого так, чтобы он встал на обе ноги.

Участникам раздаются бланки *тестов на проверку конфликтности*, объясняется цель теста и порядок работы. Тетради после проверки с комментариями для каждого конфиденциально будут раздаваться на следующем занятии.

Анализ занятия:

«Считаете ли вы себя конфликтным человеком?»

«Какие способы предотвращения конфликтов вам подходят?»

«Смогли бы вы предотвратить конфликт или избежать его?»

Упражнение «Закончи предложение»:

Участникам предлагается написать окончания к предложениям:

«Я очень хочу, чтобы в моей жизни было...»

«Я пойму, что счастлив, когда...»

«Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю)...»

Упражнение «Письмо себе в 2015 год»:

«Мы пишем себе письмо, которое запечатаем и откроем только в 2015 году. Напишите себе о том, какие вы сейчас, что вас интересует, что вы думаете о себе в будущем, как вы будете выглядеть, чем заниматься, кто будет вокруг вас... Что вы хотите пожелать себе в будущем?»

Упражнение «Чемодан в дорогу»:

«Наша работа подходит к концу. Мы, конечно, будем встречаться, но не будем больше собираться здесь всей нашей группой и заниматься. Мы провели здесь много времени и многое узнали друг о друге. Сейчас мы для каждого из нас соберем «чемодан» – соберем качества и особенности, которые проявились на наших занятиях. Каждый из нас будет выходить из комнаты, а оставшиеся будут решать, какие качества мы ему соберем: мы возьмем одно качество, которое нам понравилось, из тех, что уже есть у участника, и одно качество, которое нам хотелось бы, чтобы он изменил. Выбирать качества будем все вместе, чтобы

между нами было согласие по поводу этих выборов. Кто хочет выйти первым?»

«Спасибо за приятное занятие».

Занятия, рекомендуемые для работы с дошкольниками и младшими школьниками

Занятие «Знакомство»

Приветствие:

Педагог: «Ребята, я предлагаю вам разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не проговорить:

Доброе утро, Толя... (улыбнуться и кивнуть головой),

Доброе утро, Олеся... (называются имена детей по кругу),

Доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают),

Доброе утро, небо (аналогичные движения руками),

Доброе утро всем нам (все разводят руки в стороны, затем опускают)!

Вам было приятно услышать приветствие, обращенное к вам?»

Игра «Мое имя»:

Цель. Идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Педагог задает вопросы, дети по кругу отвечают.

– Тебе нравится твое имя?

– Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах педагог называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот выбирает наиболее ему понравившееся.

Педагог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например: Сережа – Сергей, Коля – Николай, Таня – Татьяна» и т.д.

Игра «Кого не хватает?»:

Цель. Развитие внимания, наблюдательности, принятие детьми друг друга.

Эта игра предоставляет детям отличную возможность подчеркнуть важность каждого ребенка. При работе с детьми старшего возраста вы можете применять следующую версию данной игры: накройте покрывалами двух или трех ребят и попросите их спрятаться в разных частях комнаты.

Материалы. Большое покрывало (или несколько покрывал для усложненного варианта игры).

Педагог: «Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Замечаете ли вы, когда в группе нет вашего друга или подруги? А замечаете ли вы, когда нет кого-то другого? Каждый ребенок в группе очень важен для нас. Когда кого-то нет, мы по нему скучаем. Разделяете ли вы это мнение? Я радуюсь, что сегодня все здесь» (если действительно никто не отсутствует).

Пройдитесь вдоль всего круга и назовите каждого из присутствующих по имени. Если в этот день кого-то нет, обратите на это внимание всех детей и попросите их вспомнить имя отсутствующего ребенка.

Педагог: «Я хочу попробовать сыграть с вами в такую игру: один из нас будет прятаться, а остальные будут отгадывать, кто именно спрятался. Сначала я попрошу всех закрыть глаза и, пока никто этого не видит, тихо подойду к одному из вас и прикоснусь к его плечу. Тот, кого я выберу, должен будет открыть глаза, тихо-тихо выйти на середину, сесть на пол и укрыться вот этим покрывалом. После того как он спрячется, я попрошу вас всех открыть глаза и угадать, кого не хватает. А теперь закройте глаза...»

Начните игру сами, спрятавшись под покрывало, чтобы подстегнуть активность детей. После того как дети отгадают, что нет вас, вернитесь обратно в круг и спрячьте в центре круга кого-нибудь из детей. Сначала выбирайте достаточно уверенных в себе детей, которые смогут хорошо чувствовать себя и под покрывалом. Когда дети слишком долго не могут отгадать, попросите спрятавшегося что-нибудь сказать, чтобы остальные могли узнать его по голосу. Дайте возможность достаточно большому количеству ребят побывать под покрывалом. Повторите эту игру через некоторое время снова.

Обсуждение игры:

– *Как ты думаешь, заметила ли группа твое отсутствие?*

– *Почему важен каждый ребенок в группе?*

– *Как ты показываешь остальным детям, что они важны для тебя?*

– *Знаешь ли ты всех ребят по именам?*

– *Чьи имена тебе еще не удалось запомнить?*

Игра «Узнай по голосу»:

Цель. Развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.

Упражнение «Рисуем себя»:

Ребенку предлагается цветными карандашами нарисовать себя сейчас и себя в прошлом. Обсудите с ним детали рисунка, в чем они различаются. Спросите ребенка, что ему нравится и не нравится в себе.

Это упражнение направлено на осознание себя как индивидуальности, осознание различных своих сторон, полезно для определения того, что изменилось в ребенке по сравнению с прошлым и что еще хотелось бы изменить.

Релаксация:

Дети садятся или ложатся на пол в удобной для них позе.

Педагог: «Устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза и послушайте, что происходит вокруг и внутри вас. Произнесите свое имя сначала так, как вас зовут сейчас, а потом так, как вас будут звать, когда вы вырастаете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши».

По окончании упражнения дети встают в круг, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания», назвав его «взрослым» именем.

Домашнее задание:

Педагог: «Ребята, вам необходимо с вашими воспитателями группы выполнить аппликацию “Ромашка”. В центр цветка впишите свое имя, на лепестки – ласкательные производные от своего имени или семейные прозвища, внизу на стебельке – имя, с которым взрослые обращаются к вам, когда сердятся. Обращение, которое вам нравится больше всего, раскрасьте цветными карандашами».

Занятие «Мое имя»

Приветствие:

Цель. Раскрытие своего «Я», разгадывание характеров с опорой на художественное изображение.

Дети раскладывают свои автопортреты, выполненные на прошлом занятии. Педагог предлагает им сказать что-нибудь хорошее о каждом из рисунков. Если дети испытывают затруднения или высказывают негативную оценку, педагог помогает исправить положение. После этого на автопортрет ребенка приклеивается «ромашка» с именем ребенка.

Педагог говорит: «Теперь наши имена всегда с нами».

Игра «Связующая нить»:

Цель. Формирование чувства близости с другими людьми.

Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим.

При затруднении педагог помогает ребенку – бросает клубок ему еще раз. Этот прием помогает диагностировать трудности в общении.

Когда клубок вернется к педагогу, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

Игра «Прогулка»:

Цель. Двигательная и эмоциональная разминка.

Педагог: «Летний день. Дети гуляют. Пошел дождь. Дети бегут домой. Прибежали они вовремя, началась гроза. Гроза прошла быстро, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам».

Упражнение «Рисование самого себя»:

Цель. Раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию. Педагог предлагает детям нарисовать себя в трех зеркалах:

- *в зеленом – такими, какими они представляются себе;*
- *в голубом – такими, какими они хотят быть;*
- *в красном – такими, какими их видят друзья.*

Упражнение «Кто Я?»:

Цель. Расширение представлений детей о себе.

Педагог: «Ребята, вам необходимо ответить на вопрос «Кто я?». Например: «Я – девочка», «Я – человек, занимающийся спортом», «Я – хороший человек» и т. п.»

Дети по очереди стараются назвать как можно больше ответов на вопрос «Кто я?» Для описания себя используются характеристики, черты, интересы и чувства, и каждое предложение начинается с местоимения «Я».

Педагог следит за тем, чтобы дети не повторяли то, что говорили предыдущие ребята, а описывали именно себя.

Упражнение «Десять моих «Я»:

Детям предлагается на листочке бумаги написать 10 раз букву «Я» и дать определение этим «Я», рассказывая о себе и своих качествах:

Хороший – нехороший;

Умный – неумный;

Добрый – недобрый;

Красивый – некрасивый;

Веселый – невеселый;

Воспитанный – невоспитанный.

Затем предлагается проранжировать свои десять «Я» в зависимости от степени их значимости для себя.

Игра «Возьми и передай»:

Цель. Достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Занятие «Я люблю...»

Приветствие. Беседа:

Педагог: «Для каждого человека его имя – самый важный и сладкий звук на Земле, который звучит, как самая лучшая в мире музыка. Поэтому каждый раз, начиная занятие, мы приветствуем друг друга по имени. Но имя можно не просто пропеть, а пропеть на разные лады, например: тихо, как капает дождик, как стучит барабан, как звучит эхо в горах. Давайте это сделаем».

Игра «Переходы»:

Цель. Развитие навыков кооперации, снятие психофизической нагрузки. Дети встают в круг и смотрят друг на друга. Затем по команде строятся по росту, цвету глаз, цвету волос и т.д.

Игра «Разыщи радость»:

Цель. Формирование оптимального эмоционального тонуса, открытости внешним впечатлениям, развитие любознательности, нивелирование тревожности.

Педагог просит детей назвать по очереди все вещи, события, явления, которые приносят им радость. Предлагает завести книгу-тетрадь со следующими главами:

- *качества, которые нравятся в людях;*
- *дела, которые удается делать хорошо;*
- *вещи, которые люблю;*
- *любимые книги, фильмы, мультфильмы;*
- *любимые места;*
- *приятные сны;*
- *наши мечты.*

Рисование на тему «Я люблю больше всего...»:

Цель. Укрепление положительного впечатления от предыдущей игры, перевод высказанного в зрительный ряд.

Дети рисуют то, что они больше всего любят. Все рисунки складываются в специальную папку; если кто-либо нуждается в дополнитель-

ной доле положительных эмоций, он может пересмотреть рисунки и снова пережить от них радость.

Танцевальный этюд «Подари движение»:

Цель. Укрепление эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия.

Участники встают в круг. Звучит веселая музыка. Ведущий начинает танец, выполняя какие-то однотипные движения в течение 15-20 с. Остальные повторяют эти движения. Затем кивком головы ведущий дает знак кому-то из детей продолжить движения в такт музыке, тот, в свою очередь, передает это право следующему – и так по кругу.

Занятие «Настроение»

Приветствие:

Педагог читает английскую народную песенку в переводе С. Маршака:

*Два маленьких котенка поссорились в углу,
Сердитая хозяйка взяла свою метлу.
И вымела из кухни дерущихся котят,
Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.
А дело было ночью, зимою, в январе,
Два маленьких котенка озябли во дворе.
Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,
Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.
Но жалилась хозяйка и отворила дверь.
«Ну что, – она спросила, – не ссоритесь теперь?»
Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,
Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,
И оба перед печкой заснули сладким сном,
А вьюга до рассвета шумела за окном.*

После чтения педагог спрашивает детей: изменялось ли их самочувствие во время прослушивания стихотворения? Как? Было грустно или весело?

Этюд «Солнечный зайчик»:

Цель. Снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние и умения его выразить.

Дети сидят в кругу. Педагог говорит: «Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Зайчик побежал дальше по лицу. Нежно поглажьте его ладонями по лбу, носу, роту, щекам, подбородку, аккуратно поглаживайте, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки,

ноги, он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник, он любит и ласкает вас, а вы погладьте и подружитесь с ним. Улыбнитесь ему».

Педагог говорит с детьми об изменении их самочувствия во время прослушивания стихотворения и выполнения этюда, объясняет им, почему у них изменилось настроение.

Педагог: «Ребята, как можно поднять себе настроение?»

Дети по кругу предлагают способы, как можно повеселиться и улучшить настроение.

Например: сделать доброе дело, поговорить с другом, поиграть с домашними животными, посмотреть любимый мультфильм, нарисовать картину, улыбнуться себе в зеркале, подарить улыбку другу.

Игра «На что похоже настроение?»:

Цель. Эмоциональное осознание своего самочувствия, развитие симпатии.

Участники игры по кругу при помощи сравнения говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение. Начинает игру педагог: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе. А твое?»

Педагог обобщает, какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое, и т.п.

Игра «Настроение»:

Цель. Помочь детям увидеть разнообразие возможных настроений и понять, как они связаны между собой

В игре участвуют двое или более детей. Они садятся в круг и перекидывают друг другу мяч. Педагог бросает его одному из детей, называя при этом какое-либо настроение или эмоцию. Ребенок возвращает мяч обратно, называя противоположное настроение. Например:

веселый – грустный,

добрый – злой,

теплый – холодный,

ясный – темный (мрачный),

медленный – быстрый,

молчаливый – общительный,

тихий – шумный,

красивый – безобразный (страшный),

сильный – слабый.

Если ребенок затрудняется назвать настроение, он передает мяч сидящему рядом. Педагог бросает мяч по очереди каждому ребенку.

Рисование на тему «Мое настроение»:

Цель. Осознание своего эмоционального состояния; умение адекватно его выразить.

Педагог приготавливает заранее мокрый лист и краски. После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

Упражнение «Тренировка эмоции»:

Цель. Развитие эмоциональной сферы ребенка, умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Педагог предлагает детям:

нахмуриться как:

- осенняя туча,
- рассерженный человек,
- злая волшебница;

позлиться как:

- злая волшебница,
- два барана на мосту,
- голодный волк,
- ребенок, у которого отняли мяч;

испугаться как:

- заяц, увидевший волка,
- птенец, упавший из гнезда,
- котенок, на которого лает злая собака;

улыбнуться как:

- кот на солнышке,
- само солнце,
- хитрая лиса,
- будто ты увидел чудо.

Игра «Настроение и походка»:

Цель. Снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снятие мышечных зажимов.

Педагог показывает движения и просит изобразить настроение: «Покапаем, как мелкий и частый дождик, а теперь – как тяжелые, большие капли. Полетаем, как воробей, а теперь – как чайка, как орел. Походим, как старая бабушка, попрыгаем, как веселый клоун. Пройдемся, как маленький ребенок, который учится ходить. Осторожно подкрадемся, как кошка к птичке. Пощупаем кочки на болоте. Задумчиво пройдемся, как рассеянный человек. Побежим навстречу маме, прыгнем ей на шею и обнимем ее».

Занятие «Наши страхи» (1)

Сценка по произведению К.И. Чуковского «Тараканище».

Цель. Развитие умения выражать различные эмоциональные состояния, имитация преувеличенного чувства страха.

Приветствие:

Педагог предлагает детям исполнить сценки, где звери пугались «страшного» и усатого тараканища, используя при этом выразительные движения: задрожать от страха, спрятаться, убежать и т.д. По окончании инсценировки педагог просит объяснить смысл пословицы: «У страха глаза велики».

Упражнение «Расскажи свои страхи»:

Цель. Выявление реальных страхов детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

Начинает рассказывать о своих страхах педагог: «Когда я был таким маленьким, как вы, то...» Затем задает вопрос: «А у вас такое бывало?», «А кто еще боится чего-то, расскажите!» Дети по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Педагог каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее. (Педагог должен следить, чтобы сюжеты рассказов не повторялись; нужно обговорить все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.).

Упражнение «Ночные звуки»:

Педагог: «Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застает его в лесу. К тому же испортилась погода. Пошел дождь, поднялся ветер. Деревья громко скрипели и гнули ветви под напором ветра почти до земли, а утенку казалось, что его хватают большие темные и мокрые лапы. Перекликались филины, а утенок думал, что это кто-то кричит от боли. Долго метался утенок по лесу, пока не нашел себе местечко, где можно было спрятаться. Утенок прячется в маленькой пещерке (*под столом*). Он сжимается в комочек и дрожит».

В комнате минимальное освещение, все дети, кроме ребенка-утенка, изображают деревья и пеньки, они принимают угрожающие позы и издают громкие, пугающие звуки: завывают, ухают и т.п. Можно сопровождать этюд музыкой.

Когда перестает звучать музыка, включают свет и начинают обсуждение упражнения.

Рисование на тему «Нарисуй свой страх»:

Цель. Снятие страхов, осознание своих страхов.

Дети рассказывают за столами и рисуют. Звучит тихая музыка. Затем педагог просит детей по желанию рассказать: что страшное он изобразил, предлагает оставить рисунки со страхами в кабинете на ночь. Дома детям предлагается подумать и на следующем занятии рассказать, появлялся ли страх опять, как можно с ним справиться.

Упражнение «Победа над страхом»:

Рассмотрев рисунок ребенка и еще раз обсудив с ним то, что на нем изображено, дайте ему ножницы и предложите ему разрезать или порвать свой «страх». Можно помочь ребенку сделать это. Когда «страх» будет разорван на мелкие кусочки, покажите ребенку, что собрать их вместе уже невозможно. Заверните эти кусочки в бумагу и предложите выкинуть ее в мусорное ведро, а затем вместе вынесите мусор на улицу: «Страх нам не нужен, мы его выбросим, а потом его увезут и сожгут, и больше его уже никогда не будет».

Через некоторое время предложите ребенку снова нарисовать свой страх. Посмотрите, как изменился цвет и композиция рисунка, обсудите это с ребенком. Затем снова разорвите и выбросьте нарисованный «страх».

Занятие «Наши страхи» (2)

Беседа о страхах:

Цель. Уменьшение тревожности; развитие уверенности в себе.

Педагог просит детей ответить на вопросы: «Все ли страхи плохие? Бояться – это плохо или хорошо? А бывает ли страх “хорошим”? Например, если мама боится за тебя – это плохо? Бывают ли полезные страхи? Как вы думаете, кто больше боится – дети или взрослые?».

Далее педагог рассматривает с детьми рисунки, сделанные на прошлом занятии, которые развешаны на стене кабинета, и спрашивает: «Кто какой страх изобразил? Как побороть его? А может, его можно пожалеть? Ведь он стал маленьким, если помещается на альбомном листочке?»

Рисование на тему «Я тебя больше не боюсь!»:

Цель. Помощь в преодолении негативных переживаний.

После прозвучавших предложений детей о том, как можно побороть свой страх, педагог предлагает нарисовать картину на эту тему. Он раздает детям рисунки с их страхами и чистые листочки бумаги, чтобы у каждого был выбор – на чем рисовать (на старом рисунке или изобразить страх снова и способ избавления от него: закрасить, нарисовать рыцаря и т.д.) или просто порвать рисунок со страхом и выбросить его и таким образом от него избавиться.

Этюд по сценке из мультфильма «Котенок по имени Гав»:

Цель. Помощь в преодолении негативных переживаний.

Педагог предлагает отправиться в мультфильм «Котенок по имени Гав». «Котенок в грозу забрался на чердак и сидит там один, дрожа от страха. Все кругом грохочет, а он не убегает и даже приглашает своего друга – щенка Шарика побояться вместе».

Дети обсуждают поступки персонажей, затем разыгрывают сценку.

На роли персонажей мультфильма выбирают детей, имеющих страх грозы, одиночества.

Этюд «Стойкий оловянный солдатик»:

Цель. Помощь в снятии страхов, развитие уверенности в себе.

Педагог читает сказку Г.Х. Андерсена «Стойкий оловянный солдатик».

Затем дети разыгрывают сценку по сказке. Предлагают другой финал сказки и разыгрывают его.

Обсуждение.

Игра «Испуганный ежик»:

Цель. Дать детям возможность почувствовать, что необходимо для возникновения доверия.

Один ребенок идентифицируется с испуганным ежиком, свернувшимся клубком. Партнер пытается словами и соответствующими жестами успокоить ежика и заслужить его доверие.

Педагог: «Кто из вас видел настоящего ежика? Вы знаете, что делает ежик, когда его пугают неожиданно появившиеся лисица или собака? Пожалуйста, разойдитесь по двое. Один из вас будет сейчас Ежиком, который сильно испугался собаки. Другой будет успокаивать Ежика. Кто из вас хотел бы быть Ежиком? Ежик, ложись на пол и свернись калачиком – так делает настоящий еж, когда пугается. Представь себе, что ты еще очень маленький ежик, у тебя совсем мало опыта, а тебя напугал громкий лай собаки. А когда собака еще и ткнулась в тебя носом, чтобы обнюхать, тебе стало совсем страшно. Поэтому ты свернулся в крепкий клубочек, чтобы защитить свой носик и живот...

К счастью, тебе на помощь пришел ребенок, который отозвал собаку. Но ты еще не знаешь, кто такие дети, и не знаешь, что они могут быть очень милыми. Ты недоверчив, потому что не знаешь, чего тебе ожидать от этого ребенка. Тот, кто играет роль Ребенка, пусть подсядет к Ежику на пол... Сначала ты можешь тихонечко поговорить с Ежиком. Его ушкам будет приятно после громкого лая собаки услышать тихий нежный голос. Скажи ему, что, окажись ты на его месте, ты тоже испугался бы. Скажи ему, что он может тебе доверять. Потом ты можешь

его погладить. Если ты будешь, осторожен, Ежик тебя не уколет. Попробуйся и руками показать Ежику, что ты и нему очень хорошо относишься. Если ты будешь, терпелив, то, может быть, ты увидишь, как он очень медленно разворачивается. Поговори с ним еще – и обнаружишь, что он расслабился и раскрылся. Я хочу, чтобы Ежик действительно почувствовал, можно ли доверять партнеру. Если ты чувствуешь, что Ребенок очень осторожен с тобой и дружелюбен, то ты можешь потихоньку раскрываться. Теперь поменяйтесь местами, пусть ваш партнер будет испуганным Ежиком».

Проводите упражнение в течение 30 секунд. Дайте всем Ежикам раскрыться.

Повторите основные правила игры. Когда все Ежики раскроются, партнеры должны поговорить друг с другом. В течение минуты поговорите с детьми о том, что они чувствовали. Были ли все дети достаточно осторожны? Как Ежик понял, что может доверять Ребенку?

Анализ упражнения:

- *Что ты сам делаешь, когда внезапно что-то тебя сильно пугает?*
- *В каких еще ситуациях ты ведешь себя подобно ежику?*
- *Как ты показываешь что ты «закрылся»?*
- *Как ты замечаешь, что другие дети или взрослые «закрылись», чтобы защитить себя?*
- *Что должен сделать другой, чтобы ты ему смог доверять?*
- *Как ты себя чувствовал, когда был Ежиком?*
- *Что ты испытывал, когда был Ребенком, который помогает Ежику?*
- *Помогал ли ты когда-нибудь животному в беде?*

Занятие «Я больше не боюсь»

Приветствие. Этюд «Смелые ребята»:

Цель. Преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе.

Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребенок-дракон становится на стул и говорит грозным голосом: «Бойтесь меня, бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребенок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробышка. Начинает чирикать, летать по комнате.

Игра «В темной норе»:

Цель. Снятие страха перед темнотой.

В комнате, где находятся дети, как бы по ошибке выключают на 3-5 минут свет.

Педагог предлагает детям представить, что они попали в нору к кроту. К нему в гости спешит светлячок со своим волшебным фонариком. На роль светлячка выбирается ребенок, боящийся темноты (*педагог узнает об этом из рисунков или из предварительной беседы*). Он с помощью своего волшебного фонарика (*использовать любой, заранее приготовленный фонарик*) помогает детям дойти до освещенного места.

Упражнение «На лесной поляне»:

Цель. Снятие эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Педагог: «Представьте, что вы попали на залитую солнцем поляну. На нее со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки».

Звучит ритмичная, задорная музыка. «Кузнечики высоко подпрыгивают, сгибают лапки, лягаются, весело скачут по поляне. Бабочки порхают с цветка на цветок. Жучки жужжат и перелетают с травинки на травинку. Гусеницы ползают между стеблей. Задорные муравьишки-непоседы снуют туда-сюда».

Игра «Тень»:

Цель. Развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.

Звучит спокойная музыка. Дети разбиваются на пары. Один ребенок – «путник», другой – его «тень». Последний старается точь-в-точь скопировать движения «путника», который ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается сорвать цветок, подобрать красивый камушек, кивает головой, скачет на одной ножке и т.п.

Игра «Слепой и поводырь»:

Цель. Развитие внимания друг к другу, социального доверия.

Дети могут оставаться в парах, на которые они разбились в предыдущей игре, или образовать новые. Один – «слепой», другой – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. Препятствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники меняются ролями. Для повышения интереса можно менять маршрут.

Педагог обсуждает с детьми их самочувствие во время двух последних игр:

- Было ли вам уютно в своих ролях?
- Что хотелось сделать во время игры?
- Как хотелось изменить ситуацию?
- Какую роль было исполнять сложнее?
- Было ли страшно, если нет, то почему?

Занятие «Волшебный лес»

Приветствие. Этюд «Ежик»:

Цель. Научить передавать эмоциональное состояние героя; развить способности понимать чувства другого.

Педагог читает рассказ Г. Цыферова «Ежик»:

«Пошел темной ночью серый ежик по лесу гулять. Увидел красную клюквинку и наколол ее на серую иголочку. Увидел желтые листья и тоже наколол. Заметил, наконец, в голубой луже звезду. Также хотел наколоть – да ничего не вышло. Подумал ежик, подумал и накрыл ее лопушком: пусть до утра полежит. А утром под лопухом вместо голубой звезды нашел большое красное солнышко. Вот еж смеялся. Очень».

Этюд «Ежики смеются»

Цель. Тренировка психомоторных функций.

Педагог читает стихотворение К. Чуковского «Ежики смеются».

У канавки

Две козявки.

Продают ежам булавки.

А ежи-то хохотать!

«Эх вы, глупые козявки!

Нам не надобны булавки:

Мы булавками сами утыканы».

Дети, используя выразительные средства, изображают походку ежей, их позы (наклон головы, прищуренные глаза, трясущийся от смеха живот, улыбку и т.д.).

Игра «Тропинка»:

Цель. Активизация воображения и сопровождающих его положительных эмоций, формирование личности и развитие оптимального чувственного фона.

Все дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде педагога они переходят воображаемые препятствия. «Спокойно идем по тропинке... Вокруг кусты, деревья, зеленая травка... Птицы поют... Шелестят листья... Вдруг на тропинке

появились лужи... Одна... вторая... третья... Снова спокойно идем по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик с перилами. Переходим по мостику, держась за перила... Спокойно идем по тропинке... Тропинка пошла через болото. Появились кочки. Прыгаем с кочки на кочку. Раз... Два... Три... Четыре... Перешли болото, снова идем спокойно. Перед нами овраг. Через него перекинута бревно. Переходим овраг по бревну... Осторожно, идем!.. Ух! Наконец-то перешли... Идем спокойно!.. Что это? Тропинка вдруг стала липкой от мокрой раскисшей глины. Ноги так и прилипают к ней... Еле-еле отдираем ноги от земли... А теперь через тропинку упало дерево. Да какое огромное! Ветки во все стороны!.. Перелезаем через упавшее дерево... Вот и пришли! Молодцы!»

Текст необходимо читать спокойно, с соответствующими интонациями.

Рисование «Волшебный лес»:

Цель. Развитие воображения, умения передавать свое эмоциональное состояние через художественный образ.

Педагог предлагает детям представить тот лес, по которому только что «шли», и ответить на вопросы: какое время года было, какая погода стояла в лесу, какое время суток, какое настроение было у каждого во время прогулки по лесу.

Можно дать слово каждому ребенку и затем нарисовать индивидуальные картины, другой вариант – коллективное рисование.

Занятие «Сказочная шкатулка»

Приветствие. Игра «Сказочная шкатулка»:

Цель. Формирование положительной «Я»-концепции, самопринятия, уверенности в себе.

Педагог сообщает детям, что Фея Сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что у вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину. Выбирайте любого персонажа и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится».

Игра «Волшебное колечко»:

Цель. Коррекция негативного образа «Я», снятие тревожности, неуверенности в себе.

Педагог: «Вот колечко из сказочной шкатулки, это не простое колечко, а волшебное. Если надеть его на мизинец, станешь маленьким-маленьким – это твое прошлое. Если надеть его на средний палец, останешься самим собой – это твое настоящее. Если надеть колечко на указательный палец, станешь большим, сильным и красивым – это твое будущее. Кто хочет путешествовать во времени?»

Если ребенок выбирает «прошлое», он садится на корточки или сворачивается клубочком, а остальные ребята гладят его, укачивают, баюкают... Если ребенок выбирает «настоящее», то ему предлагается оценить то, что с ним происходит, с помощью жеста («в моей жизни все хорошо» – большой палец вверх, «в моей жизни не все хорошо» – большой палец вниз). Если же он выбирает «будущее», то закрывает глаза и фантазирует – что интересного и увлекательного случится в его жизни.

Игра «Принц и принцесса»:

Цель. Дать почувствовать себя значимым, выявление положительных сторон личности; сплочение детской группы.

Дети стоят в кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

Рисование на тему «Волшебные зеркала»:

Цель. Гармонизация и развитие здоровой «Я»-концепции.

Педагог предлагает нарисовать себя снова в трех зеркалах, но не в простых, а волшебных: в первом – маленьким и испуганным; во втором – большим и веселым; в третьем – счастливым.

После рисования педагог задает вопросы: «Какой человек симпатичнее? На кого ты больше похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?»

Упражнение «Танец»:

Цель. Использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств.

В качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства. Под различную музыку дети выполняют следующие задания: станцуй радость, страх, горе, веселье, удивление, каприз, счастье, жалость.

После выполнения упражнения обсуждается с детьми.

Занятие «Встреча с другом»

Приветствие. Этюд «Встреча с другом»:

Цель. Передача с помощью выразительных движений внутреннего состояния героев.

Педагог: «У мальчика был друг. Летом они расстались. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!»

Дети с помощью объятий и улыбки показывают радость от встречи с другом.

Этюд «Два друга»:

Цель. Сопоставление различных черт характера; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить свое.

Дети слушают в исполнении педагога стихотворение Т. Воиной «Два друга».

Пришли два юных друга на речку загорать.

Один решил купаться – стал плавать и нырять.

Другой сидит на камушке и смотрит на волну,

И плавать опасается: «А вдруг я утону?»

Пошли два юных друга кататься на коньках.

Один стрелой мчится – румянец на щеках!

Другой стоит растерянный у друга на виду.

«Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?!»

Гроза дружков застала однажды на лугу.

Один пробежку сделал – согрелся на бегу.

Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:

Лежит под одеялами – «Кха-кха!.. Апчхи!»

Дети оценивают поведение обоих ребят, распределяют роли. Педагог снова читает стихотворение, а дети пантомимически его иллюстрируют.

Рисунок «Мои друзья»:

Цель. Выяснение взаимоотношений детей внутри группы; помощь при осознании себя и черт своего характера.

Педагог предлагает нарисовать друг друга. Дети могут нарисовать своих друзей, как в виде людей, так и в виде животных, птиц, цветов, деревьев и т.п. После выполнения задания дети обсуждают рисунки и отвечают на вопросы: Кто здесь изображен? Почему нарисованы именно эти дети? Почему они нарисованы именно в таком виде?

Упражнение «Проигрывание ситуаций»:

Цель. Формирование адекватных форм поведения.

Педагог предлагает разыграть следующие ситуации:

- Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился. Помоги ему успокоиться.
- Твой друг попросил у тебя твою игрушку, а вернул ее сломанной.
- Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться с ним.

Игра «Окажи внимание другому»:

Цель. Развитие умения выражать свое положительное отношение к другим людям, учить оказывать и принимать знаки внимания.

Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т.п. В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я...» (повторяет сказанное ему, а затем подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «А еще я думаю, что я...»).

Занятие «Что такое семья»

Приветствие:

Педагог: «Сегодня мы начнем игру в семью, в “дочки-матери”. Я прочитаю вам стихотворение».

А. Барто «Одиночество»:

*Нет, уйду я насовсем!
То я дома надою,
Пристаю с вопросами,
То я кашу не дою,
То не спорю со взрослыми!
Буду жить один в лесу,
Землянику принесу.
Хорошо жить в шалаше,
И домой не хочется,
Мне, друзья, по душе
Одиночество.
Пруд заглохший я найду,
В чаще спрятанный,
Разговоры заведу с лягушатами.
Буду слушать птичий свист
Утром в перелеске,
Только я же футболист,
А играть-то не с кем.*

*Хорошо жить в шалаше,
Только мне не по душе.*

Обсуждение по вопросам:

– Как вам кажется, какое настроение отражено в этом стихотворении (*доброе, веселое, хорошее, грустное, печальное*)?

– Как мальчик чувствует себя, когда он один? (Одинок, грустно.)

Подберем картинку к его настроению. Кто сочувствует мальчику, покажите, как ему одиноко. *Человек плохо выносит одиночество. Поэтому люди и многие животные создают семьи и живут в семьях.*

– Давайте послушаем, что значит слово семья? 7-«Я». Считаем, сжимая пальцы в кулачок. Что же значит «семья»? – это много родных мне людей. Про кого же можно так сказать: «СЕМЬЯ»? (*Папа, мама, сыновья, дочери, тети, дяди, бабушки, дедушки...*) В семье близкие люди часто дарят хорошее настроение друг другу. Давайте поиграем в семью. Кто кем хочет быть? (*Распределение ролей.*)

Упражнение «Хорошее настроение»:

Цель. Эмоциональная поддержка участниками группы друг друга, создание положительного эмоционального фона.

Дети, сидя в круге, находят глазами тех, кому они хотят подарить хорошее настроение и без слов «дарят» (глазами, мимикой, жестами).

После выполнения упражнения нужно обсудить с детьми, кто из них как это сделал и что испытал, подобрать пиктограмму, положить на цветные лужайки, сблизить их, подчеркнуть, что получилась «семья».

Чтение сказки «Семья медведей»:

Педагог читает сказку: «*За высокими горами, за семью долами в одном лесу жила-была семья медведей. Была у них под большим деревом берлога. Папа-медведь каждый день рано утром уходил в лес. Мама-медведица оставалась дома, стирала, наводила порядок, готовила обед. У них были дети-медвежата. Зимой медведи спали в своей берлоге, а летом в хорошую погоду папа приносил много добычи. Но бывали и тяжелые дни. Так они и жили день за днем в своем лесу.*».

Затем дети по желанию рисуют сказку, рассказывают о своих рисунках.

Игра «Семейка зверей»:

Цель. Осознание роли семьи, общности ее членов, защищенности.

Детям шепотом сообщается название животного, которое они должны изобразить и по которому должны найти свою пару, свою семью.

После игры нужно обязательно обсудить с детьми, что они почувствовали, когда нашли свою семью.

Занятие «Мой дом» (1)

Приветствие. Беседа «Что запомнилось из прошлого занятия?».

Упражнение «Капельки»:

Цель. Проживания опыта единения с членами группы на телесном уровне.

Педагог: «Все вы сейчас станете понарошку капельками и будете слушать мою команду. Если я скажу «по одному», вы будете ходить каждый сам по себе, «по двое» – положите руки на плечи друг другу вдвоем, «по три» – втроем, «по четыре» – положить руки на плечи четвером. Слушайте мою команду». Предлагается перестроение несколько раз. Игра заканчивается, когда капельки останавливаются все вместе: «Вот какая получилась семья».

Обсуждение упражнения:

- *Кому понравилась игра?*
- *Когда тебе было особенно приятно?*
- *Кому не понравилось?*
- *Что не понравилось?*

Педагог: «На прошлом занятии у нас получились семьи. Но где они будут жить?»

Упражнение «Строим дом»:

Цель. Проживание позитивного опыта совместных действий, особого чувства защищенности в родном доме.

Педагог: «У вас в большом конверте собрано много бумажных квадратиков, треугольников и кружков разных размеров и цветов. Добавьте к ним прямоугольники разной формы – у вас получится целый склад «стройматериалов». Теперь можно приступать к строительству домов. Фантазируйте, ребята. Из имеющихся у вас «деталей» можно построить и простой домик с трубой, и целый дворец».

Обсуждение упражнения:

- *Каким получился дом?*
- *Удобно? Уютно?*
- *Всем ли есть место?*
- *Есть ли в доме место, где тебе особенно хорошо? Побудь здесь...*

Педагог: «Родина, родной дом – это исток, начало начал. У каждого он свой. Родной дом – это и детство в нем, и сказки, и домовый, что незримо охраняет очаг. Когда строят дома?»

Ответы детей:

– *Дом строят, когда надо где-то жить.*

– *Дом строят, когда создается семья.*

Педагог: «Ребята, давайте с вами построим ассоциативный ряд к слову *дом*».

Дом – изба – квартира – жилище.

Педагог: «А изначально дом – жилище, изба. В древнерусском языке слово *истба* означало «баня, теплое помещение». Сравните слова *истопить, топить, тепло*. А кто живет в доме?»

Ответы детей: *Семья.*

Педагог: «Ребята, вспомните, что такое семья?»

Ответы детей: *Мама, папа, бабушка, бабушка, дети. Все родственники.*

Педагог: «Представьте, что мы с вами – семья. Чтобы всем в нашем доме было хорошо, давайте соберем то, что нам для этого необходимо. Мне нужна в семье любовь. А вам?»

Ответы детей: *Доброта, понимание, уют, забота, уважение.*

Педагог размещает на доске «бревна», на которых написаны слова. В результате выстроен «дом». На «крыше» написано слово «тепло».

Педагог: «Вот мы построили дом, в котором тепло.

Соберите в ладони свое тепло.

Пусть его будет много.

Почувствуйте это тепло.

Поделитесь своим теплом друг с другом».

«Воспитанница» (*читает*)

Было утром тихо в доме.

Я писала на ладони имя мамино...

Не в тетрадке на листке,

Не на стенке каменной –

Я писала на руке имя мамино,

Было утром тихо в доме,

Стало шумно среди дня...

– Что ты спрятала в ладони? –

Стали спрашивать меня.

Я ладонь разжала –

Счастье я держала.

Педагог: «У каждого из нас теперь есть свой дом, и мне хотелось бы, чтобы вы рассказали, какой он у вас».

Педагог: «И само слово «Родина» начинается здесь, в доме... Все от этого корня, от дома отца, сработанное своими руками, на своей земле, в своей (и только тогда и своей) стране...»

Игра «Желание называй, мяч получай»:

Цель. Осознание своих желаний; развитие умения высказывать свои желания и эмоциональные предпочтения других людей.

Ребенок называет желание. Педагог сначала сам бросает мяч, а затем предлагает: «А теперь ты брось мяч тому, кто выполнит твое желание (например, сынку)».

В конце игры нужно обсудить с детьми, что им больше всего понравилось?

Занятие «Мой дом» (2)

Приветствие:

Цель. Помочь детям осознать необходимость иметь жилье, дом; развивать навыки сотрудничества и совместной деятельности; развивать самоконтроль, умение уважать и учитывать предпочтения других людей.

Создание благоприятного эмоционального фона.

Дети произносят слово «привет» с разной интонацией. Если ребенок затрудняется выбрать определенную интонацию, то ее называет ведущий. Надо следить за тем, чтобы последняя интонация была положительной.

Беседа «Какие разные дома»:

Цель. Помочь осознать необходимость иметь дом; систематизировать представления детей о различных домах; выявить предпочтения по отношению к домам, предметам быта и обстановки; учить их учитывать предпочтения других детей.

Педагог: «Почему люди строят дома, жилье? Какими бывают дома? Как бы жилось детям без дома? В каком доме хотели бы жить вы?»

В беседе используются картинки с изображением разных домов, обращается внимание на форму домов, материалы, из которых они сделаны.

Упражнение «Дом, который хочу я»:

Педагог: «Я всегда мечтал жить в собственной маленькой усадьбе, чтобы, распахнув окно, увидеть перед собой радующий глаз и душу пейзаж, насладиться благоуханием елей и сосен. А затем, после легкого завтрака, выйти на террасу и полюбоваться на зеленую лужайку перед домом с собственноручно высаженными цветами. В выходные пригласить к себе кучу гостей и после приятного ужина прогуляться вместе с ними вдоль какой-нибудь местной речки, а вечер скоротать возле живого огня у собственного камина. Но есть у меня при этом

одно непереносимое условие: эта идиллия должна сопровождаться всеми современными удобствами.

Ребята, а в каком доме хотел бы каждый из вас проживать?»

Высказывания детей.

Педагог: «А теперь послушайте, о чем мечтал наш выпускник Коля К.».

Педагог зачитывает: «*Дом, который меня ждет.*

Дом, из которого никто не сможет выгнать. Дом, где будет огонь в камине и огромная гостиная, и библиотека, и кабинет, и детская, и мастерская, и комнаты для гостей и друзей. Дом, из которого будет легко уходить, потому что будет легко возвращаться. Дом, который всегда тебя ждет».

Педагог: «Нравится ли вам мечта Коли? Хотели бы вы жить в таком доме? Почему?»

Педагог: «Мы с вами поговорили о том, как важен и необходим дом для каждого человека, особенно для маленького ребенка. Давайте теперь вместе построим дом, в котором будем жить мы с вами».

Упражнение «Строим дом»:

Цель. Развивать навыки совместной деятельности; воспитывать уважение к мнению и предпочтениям других детей; показать положительный результат совместной деятельности.

Педагог вместе с детьми обсуждает, какой бы дом они хотели построить. Учитывая предпочтения детей, делают зарисовку дома, а затем из цветной бумаги по эскизу дети делают аппликацию, предварительно распределив обязанности (обговаривается материал, цвет, наличие украшений, количество окон, дверей, размер дома, форма крыши и т.д.). Вырезанные детали соединяются в одну аппликацию (квартир в доме или окон должно быть столько же, сколько детей в группе, или больше).

Педагог обращает внимание на результат, подводит детей к мысли, что работать сообща лучше.

Упражнение «Заселение в дом»:

Цель. Определить вместе с детьми их предпочтения по отношению к предметам обстановки и быта.

Дети «занимают квартиры», и педагог предлагает им выбрать предметы обстановки (плоские), которые они должны расставить на рисунке, изображающем пустую комнату. Затем на новоселье приходят гости, хозяин их встречает словами: «Здравствуйте, проходите».

В начале упражнения можно показать детям картинки, где изображены комнаты, по-разному обставленные.

Занятие «Моя семья» (1)

Цель. Формирование чувства принадлежности к своей семье; формирование позитивного отношения к своей семье.

Приветствие:

Педагог: «Здравствуйте, ребята! Я рада вас видеть. Давайте сегодня поздороваемся особенным образом. Каждый из вас по очереди произнесет свое имя, а мы все вместе его повторим».

Ребенок произносит свое имя, остальные дети хором его повторяют. Затем следующий ребенок произносит свое имя и так далее.

Педагог: «Вы сегодня пришли на занятие с замечательными аппликациями. Давайте познакомимся с каждой поближе. Положите их, пожалуйста, перед собой так, чтобы все могли их видеть. Дашенька, расскажи нам, что нарисовано на твоём рисунке? Какой замечательный цветок получился у Даши!»

Таким образом, рассматривается работа каждого ребенка, и о каждом ребенке и его рисунке говорится что-нибудь хорошее.

Педагог: «Как здорово, сколько разных имен мы сегодня узнали! А вы заметили, ребята, даже если у кого-то имена и одинаковые, звучат они все равно по-разному. Давайте мы приклеим каждый к своему рисунку приготовленную дома ромашку. Теперь наши имена будут всегда с нами».

Педагог. «А сейчас я хочу вам рассказать сказку о мамонтенке, который искал свою маму.

Мама для мамонтенка.

Однажды далеко на севере на свет появился маленький мамонтенок. Никто не знал, откуда он взялся, да и сам мамонтенок не знал, кто он и кто его родители. Все, что он помнил, это то, как однажды во время снежной бури мама куда-то исчезла. Мамонтенок долго ее ждал, но потом устал, спрятался за большим сугробом и уснул. А когда проснулся, то оказалось, что никто никогда не видел таких зверей и не знает, где можно их найти. И только старый тюлень сказал, что видел похожих на мамонтенка животных далеко-далеко на юге. Он помог мамонтенку сесть на льдину и отправиться в дальнейшее путешествие. Много дней и ночей скитался мамонтенок по бескрайнему океану, и вот однажды его льдину прибило к очень странному берегу. Вокруг росли огромные зеленые деревья, летали разноцветные птицы, и было очень жарко. Вдруг с ближайшего дерева прыгнул маленький шустрый зверек.

– Ты кто? – спросил он у мамонтенка.

– Я не знаю. А ты кто?

– Я – обезьянка.

- *А ты случайно не встречала мою маму?*
- *Нет, но хочешь, я помогу тебе ее найти?*
- *Конечно, хочу, – обрадовался мамонтенок.*

И они вдвоем пошли искать маму мамонтенка. Но никто не соглашался стать его мамой, и никто не мог сказать, где ее искать. И вот однажды далеко в джунглях мамонтенку и обезьянке повстречалась слониха. Она была так похожа на мамонтенка, что он радостно бросился к ней и закричал: «Мама, наконец-то я тебя нашел!» Слониха была очень доброй и сразу согласилась стать мамой мамонтенка. Так мамонтенок нашел свою маму и уже больше никогда ее не терял».

Педагог: «Ребята, понравилась вам сказка? А как вы думаете, бывает ли так, чтобы у человека никого не было? Как вы считаете? А у вас есть кто-нибудь родной? Как мы называем одним словом этих людей? Что такое семья? У всех ли людей есть родители, семья? Хорошо или плохо, что у человека есть семья? А зачем человеку семья? Как относятся к своим детям родители? А дети к родителям?»

Упражнение «Семья» (работа по карточкам):

Педагог: «Ребята, вам необходимо зачеркнуть лишнее: родные, члены семьи – это мама, папа, бабушка, дедушка, брат, подруга, сестра, дядя, тетя, соседка, племянник, невестка, зять».

После обсуждения вопросов педагог делает вывод: семья – это самые близкие люди, которые живут вместе. У детей есть родители. Родители очень любят своих детей, даже когда они почему-то сердятся, они часто волнуются и переживают за вас. Семья людям нужна, чтобы каждый чувствовал, что его любят, и чтобы всем было хорошо.

Игра «Дружная семья»:

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, кто-то шьет или вяжет.

Педагог: «Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают».

Дети должны производить манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.

Занятие «Моя семья» (2)

Цель. Формирование чувства принадлежности к своей семье; творческое самовыражение.

Педагог: «Здравствуй! На прошлом занятии мы с вами говорили о том, для чего человеку нужна его семья, и сегодня я хочу предложить вам продолжить эту тему. Давайте сыграем с вами в игру».

Игра «Верно – неверно!»:

Педагог: «Я буду говорить вам какие-то фразы, а вы, если согласны со мной, поднимайте обе руки вверх, а если не согласны, сидите тихо-нечко.

- *Семья – это все мои друзья и знакомые.*
- *Семья – это я.*
- *Мои родители могут быть младше меня.*
- *Бабушка – это мама моей мамы.*
- *Дедушка – это папа моего папы.*
- *Семья – это люди, которые любят друг друга.*
- *Бабушка и дедушка – это мои родители.*
- *Я – дочь мамы и папы.*
- *Всем людям нужна семья.*

Педагог: «Сегодня мы и будем рисовать свою семью».

Дети рисуют три рисунка: «Моя семья», «Моя семья в образах животных», «Моя семья в образах сказочных героев».

Во время рисования можно включить спокойную музыку.

После того как рисунки будут готовы, дети рассказывают о них.

Деловая игра «Что значит любить родителей?»:

Педагог задает вопросы к группе девочек «Хозяюшки» и к группе мальчиков «Настоящие мужчины».

- *Почему важно в семье любить друг друга?*
- *Как выразить свою любовь к родителям?*
- *Как научиться не огорчать близких?*
- *Как вести себя, когда провинился?*
- *Как научиться понимать настроение родителей?*
- *Как повысить настроение папе, маме?*

Вопросы к «Хозяюшкам»

- *Как помочь маме вести домашнее хозяйство?*
- *Как приучить младшего брата делать «женскую работу»?*
- *Какие семейные праздники сплотят семью?*
- *Как помочь папе более внимательно и нежно относиться к маме?*

Вопросы к «Настоящим мужчинам»

- *Какой объем домашних дел должен взять на себя ты, чтобы мама увидела в сыне настоящего помощника?*
- *Как мужчины в семье могут устроить настоящий праздник для мамы с сестренкой?*

- *Как проявить особое внимание к маме, чтобы она почувствовала внимание и заботу сына?*
- *Как вы считаете, со всеми ли домашними делами может справиться настоящий мужчина, хозяин?*

Упражнение «Обыграй ситуацию»:

Ситуация 1. Предлагается командам разыграть две ситуации из семейной жизни (домашнее задание). Сценки и атрибуты дети готовят самостоятельно.

- Как помирить брата и сестру в семье?
- Ссора дочери с мамой.

Ситуация 2. Предлагается детям условная сумма денег (две тысячи рублей), перечень продуктов, промтоваров, их цены за 1 кг; коммунальные услуги. Дети планируют семейный бюджет на месяц, решают, чтобы уложиться в условную сумму. Что приобретут на оставшиеся деньги: папе теплые ботинки (старые порвались) или ребенку очередную игру.

Ситуация 3. Планирование семейного отпуска – путешествия при наличии пяти тысяч рублей вчетвером.

Куда? На чем? (дорога);

Что возьмете в дорогу (продукты, одежда)?;

Распределение обязанностей;

Развлечения;

Расходы;

Обратный путь.

Занятие «Семейные радости и горести»

Приветствие. Упражнение «Музыкальная медитация»:

Педагог: «Вспомните игру «Постройка дома». Сядьте удобно, закройте глаза и побывайте в доме, который вы построили. Подойдите к дому. Какой он? Какого цвета? Большой или маленький? Высокий или низкий? Есть ли окна? Какие стены? Есть ли занавески? Какого они цвета? Кого видите около дома?

Открываем дверь: тяжелая или легкая? Поднимаетесь по ступенькам в комнату.

Посмотрите, что есть в комнате.

Мебель, какая? Что стоит на столе? Идем по коридору. Какие еще есть помещения? Кто есть в комнатах? Люди, животные? Какие люди? Какие животные? Вдохните воздух, понюхайте. Чем пахнет в доме?

Прислушайтесь к звукам. Что слышно? Медленно спускаетесь по ступенькам вниз, выходите на улицу и открываете глаза. Мы снова очутились здесь, в зале».

Педагог: «Кто хочет рассказать о своем доме?»

Игра «Птенчики»:

Цель. Упражнение в эмпатическом поведении, дает опыт получения эмоциональной поддержки.

Педагог: «Поиграем в семью птучек. Мама или папа по очереди будут улетать за добычей для птенцов. Пока они летают, кто-нибудь из птенчиков проснется, и будет пищать, звать на помощь. Родители должны отгадать, кто подал голос и молча успокоить своего птенца».

Обсуждение упражнения.

Ролевая игра «Семейные радости и горести»:

Цель. Проживание эмоционально значимых семейных событий

Педагог: «В каждой семье бывают разные события: радостные, грустные. Давайте назовем радостные события: папа получил много денег, день рождения, Новый год, малыш родился. А какие бывают горести в семье: кто-то заболел, потерялся ребенок, пожар в доме, сломалась любимая игрушка. Мы поиграем сегодня в радости и в горести. Волшебная палочка: «раз – два – три, волшебная палочка, чудеса твои. Абракадабра – абра. Мы, дети, превращаемся в членов семьи».

Дети выбирают роли, переодеваются, разыгрывают ситуации, предлагаемые педагогом.

Педагог: «А теперь давайте обсудим, что понравилось? Почему?»

Упражнение «Ласковушка и мурашка»:

Цель. Опыт принятия и выражения как положительных, так и отрицательных переживаний.

Дети сидят на стульях.

Педагог: «В каждой семье бывают дни, когда все добры, ласковы друг с другом, когда к ним прилетит Ласковушка, но бывает, когда кто-то обидит, рассердится, тогда прилетит Мурашка. Давайте пригласим в гости Ласковушку. К кому прилетит Ласковушка, тому говорим добрые, теплые, ласковые слова» (*Юленька, золотце мое, солнышко мое, хорошая девочка, я тебя люблю.*)

Дети и педагог говорят друг другу ласковые слова.

Педагог: «Что вы можете рассказать об этой игре? Что вам больше понравилось: говорить ласковые слова или их слушать? Что вы чувствовали (добро, ласку, тепло)? Почему вы улыбались, когда слышали ласковые слова? А сейчас появится Мурашка. Прилетела Мурашка – рассердились друг на друга».

После проведения упражнения нужно обязательно его обсудить с детьми.

Занятие «Взрослые и дети в семье»

Приветствие:

Педагог: «В какую игру мы играли на прошлом занятии? Кто кем был? Какие события переживала наша семья? Кто хочет рассказать, что понравилось в прошлый раз, что чувствовал в игре. Сегодня мы тоже будем играть».

Игра «Живые куклы»:

Цель. Проживание ребенком роли родителя, возможности научить чему-то своего малыша, пережить эмпатические чувства, испытать ответственность за другого; приобретение опыта теплых родительских отношений, внимания и заботы в роли малыша; готовность к сотрудничеству.

Сначала педагог беседует с детьми о том, что в семье мама с папой многому учат своих детей. Затем дети разбиваются на пары: одни из них будут детьми, а другие – папами и мамами. Мама или папа своему сынку, доченьке, помогут руки, покормят обедом, положат спать, разбудят, утешат ребенка, если разбил коленку. Затем дети меняются ролями.

Педагог: «Расскажите, что больше понравилось, почему? Как можно принять, утешить».

Игра «Коллаж»:

Цели. Реконструкция прошлых, реальных детско-родительских отношений на основе проявления и закрепления теплого эмоционального опыта, полученного в процессе тренинга через позитивную модель семьи; осознание и принятие интегрированного опыта.

Педагог: «Мы все сегодня превратились во взрослых. В кого превратились девочки? А мальчики?»

Сейчас каждый найдет себе место на ковре и из картинок, которые он захочет себе выбрать, построит свою семью, как будто он уже взрослый. (Коллаж каждый ребенок создает индивидуально на своем листе ватмана.) Давайте подумаем, что нужно иметь человеку, чтобы построить свою семью».

- дом,
- работу,
- членов семьи,
- еду,
- отдых,

- *животных и т.д.*

По команде педагога дети идут к столу превращений, где лежат картинки, выбирают лист, картинки, которые их привлекают и составляют и представляют свои коллажи.

Занятие «Семь – Я»

Приветствие. Беседа «Что запомнилось из прошлого занятия?»:

Педагог: «В какую игру мы играли? Кто кем был? Какие события переживала наша семья? Кто хочет рассказать, что понравилось в прошлый раз, что чувствовал в игре?»

Игра «Паровозик»:

Цель. Осознание структуры семьи, общности ее членов; упражнение в умении брать на себя доминирующую и подчиненную роли.

Педагог: «Семьи, садитесь в круг. Давайте договоримся, кто сначала будет паровозиком (например, папа). Папа в одиночку будет ездить по кругу, громко приговаривая: “Чух, чух, чух”. Потом паровозик-папа соскучится, подъедет к кому-нибудь и скажет: “Я паровозик-папа”, а тот, к кому подъехал, скажет: “Я вагончик-сынок (мама и т.д.)”».

Снова паровозик и вагончик двигаются по кругу («чух-чух-чух») и подъезжают к другому члену семьи и т.д. Затем лидер меняется.

Анализ:

Что понравилось в игре? Понравилось или не понравилось быть паровозиком? Что ты чувствовал, когда был главным (гордость, радость, счастье)? Что хотелось паровозу (чтобы все были вместе, не отстали, не потерялись)?

Упражнение «Рисунок по сказке «Семья медведей»:

Цель. Диагностика динамики развития представлений детей о семье.

Педагог: «Мы давно не встречались с семьей медведей (помните сказку?). Их дом был в лесу под поваленным деревом. Прошло много времени, давайте заглянем, что происходит в медвежьей семье сейчас и нарисуем сказку».

Дети придумывают то, что происходит в семье медведей в данное время и рисуют, а затем рассказывают о том, что нарисовали.

Упражнение «Тропинка к сердцу»:

Для упражнения заранее готовятся небольшие сердечки из бумаги, на которых написаны имена детей из группы. Если дети нечитающие, вместо имен можно приклеить фотографии.

Сердечки на некотором расстоянии друг от друга прикрепляются магнитами к доске. Ведущий говорит детям, что каждый из них уже подружился с кем-то в группе, то есть нашел тропинку к его сердцу. Нужно подойти к доске и мелом нарисовать тропинку от своего «сердечка» к «сердечкам» тех ребят, с которыми он подружился. Если в группе есть дети, которые еще ни с кем не дружат, можно предложить им нарисовать тропинки к тем ребятам, которые им нравятся.

Занятия, рекомендуемые для работы с воспитанниками среднего школьного возраста

Занятие «Чувства и эмоции»

Приветствие. Упражнение «Кончиками пальцев»:

Цель. Исследовать глубокие чувства детей, проявляющиеся в различных ситуациях.

Материал. Пластилин или глина, дощечка.

Педагог: «Закрой глаза, возьми в руки ком глины или пластилина. Хорошенько подумай и вспомни, кто в твоей жизни тебя сильно расстроил или обидел. Постарайся подумать об этом человеке, что он сделал, чтобы причинить тебе боль. Что ты чувствуешь? Постарайся думать об этом. Сосредоточься только на мыслях об этом человеке. Постарайся не открывать глаза. С помощью обеих рук постарайся придать кому глины или пластилина некоторую форму. Делай руками форму, но при этом все время думай об этом человеке и событиях в твоей жизни, связанных с ним. Попробуй почувствовать это своими пальцами».

Дается 5-7 мин для работы, затем детям предлагается открыть глаза и посмотреть, что получилось. По желанию дети могут рассказать, на что похожа их форма.

Упражнение «На что похоже твое чувство»:

Цель. Ощутить разнообразие своих чувств и эмоций; исследовать свои тайные переживания; связать свои чувства, переживания и взаимоотношения с другими людьми.

Педагог: «Послушайте меня внимательно. Я сейчас прочитаю список из нескольких ситуаций, и мы вместе обсудим, как бы вы себя чувствовали, попав в подобное положение».

Примеры ситуаций:

- *ты вместе со своей футбольной командой выигрываешь очередной матч;*
- *тебе не разрешают подольше остаться в гостях у друзей;*

- *погибает твое любимое домашнее животное (кошка, собака и т.д.);*
- *твои родители постоянно ссорятся;*
- *тебя отправляют в приют или детский дом.*

Педагог может продолжить этот список, опираясь на конкретные факты из жизни детей, на позитивный и негативный опыт детей.

Упражнение «Чувства»:

Педагог: «Давайте поделим чувства на виды: «да»-чувство и «нет»-чувство, т.е. на «хорошие» и «плохие» чувства; поговорим о тех чувствах, которые одновременно могут быть и хорошими и плохими. Выберите какое-то одно чувство и попробуйте описать его с помощью следующих вопросов».

- *Какого цвета это чувство?*
- *Какой у него вкус?*
- *Какой оно формы?*
- *Какое оно на ощупь?*
- *Как оно пахнет?*
- *Как оно звучит?*
- *Что оно тебе напоминает?*
- *Кого оно тебе напоминает?*

В случае затруднения можно рассмотреть счастье. Оно желтого цвета, на вкус, как мороженое, приятный запах, как у жасмина, и т.д. Злость – красного цвета, похоже на тухлое яйцо и т.д.

С помощью этого способа можно описывать и другие абстрактные понятия, например доверие, обиду, ревность и т.д.

Занятие «Самоопределение, самооценка»

Приветствие. Упражнение «Я на рисунке»:

Цель. Помочь детям определиться, выработать позитивный взгляд на себя.

Педагог: «Сейчас каждый из вас по очереди будет рассказывать нам о себе. Рассказывать будете, отвечая на вопросы».

- *Что ты больше всего любишь делать в школе?*
- *Что тебе больше всего нравится делать после школы?*
- *Что ты больше всего любишь из еды?*
- *Любишь ли ты спорт?*
- *Что ты любишь рисовать?*
- *Какие друзья есть у тебя? И т.д.*

Педагог: «А сейчас каждый из вас вырежет картинки из журналов и на листе бумаги сделает коллаж на тему “Это я на рисунке”».

Вместе с ребенком определите 10 его хороших качеств. Напишите их на листочках бумаги и наклейте в качестве рамки на коллаж. Написать можно в форме: «Мне нравится твое улыбающееся лицо», «Я люблю своих друзей», «Я кормлю свою кошку», «Я помогаю мыть посуду и вытирать пыль».

Упражнение «О себе»:

Цель. Выработать самооценку и самоконтроль.

Взрослый и дети по очереди говорят о себе что-нибудь положительное. Например: «Я могу избавиться от злости, прыгая на месте», «Я играю хорошо в футбол», «Мне нравятся мои глаза», «Мне нравятся мои руки».

Затем это упражнение продолжается и каждый говорит о собеседнике, например: «Ты мне нравишься, потому что...».

Занятие «Привязанности, близкие отношения»

Приветствие. Упражнение «Остров»:

Цель. Определить уровень осознания детьми своих привязанностей к близким людям: к кому они чувствуют привязанность, кому они доверяют, с кем бы они хотели жить, насколько они осознают реальность?

Педагог: «Нарисуйте на листе бумаги остров или вырежьте его из цветной бумаги и наклейте на море. Представьте, что ваш корабль потерпел кораблекрушение на острове. Хорошо подумайте, кого бы вы хотели видеть на этом острове. Вам придется провести там долгое время и, кроме этих людей, вы больше никого не сумеете видеть. Нарисуйте и назовите этих людей на острове. Чтобы разместиться на острове и устроиться на ночлег, вам нужно нарисовать шалаш. С кем бы вы хотели делить этот шалаш. Нарисуйте еще шалаш и в нем поместите тех людей, которые будут с вами на острове. Разделите, кто с кем будет жить».

Упражнение «Кольца»:

Цель. Выяснить, к кому из окружающих его людей ребенок чувствует привязанность.

Материал. Три кольца разных размеров, игрушечные человечки.

Педагог: «Положите кольца на полу так, чтобы они находились друг в друге. Выберите человечков, которые будут представлять ваших родных и близких, разместите их на кольцах».

Дети выбирают фигурку человечка и ставят ее в центр колец. Затем дети по очереди располагают фигурки членов семьи ближе или дальше

к центру, в зависимости от того, насколько близкие отношения у них с данным человеком.

Занятие «Разлука»

Приветствие. Упражнение «Кирпичная стена»:

Цель. Символически представить жизнь ребенка и помочь преодолеть негативный опыт разлуки; создать у ребенка картину его прошлой жизни с целью преодоления последствий многочисленных переездов.

Педагог: «Сейчас мы вспомним с вами всю вашу жизнь и, вспоминая события, будем строить кирпичную стену. Каждый ряд кирпичей соответствует одному году в жизни. Стена строится, начиная с рождения и каждый кирпич – важное событие в жизни».

После работы нужно обсудить вместе с ребенком, что может случиться со стеной, если в ней не хватает кирпичей. В случае необходимости можно сравнить шатающуюся стену с проблемами ребенка, которые он испытывает в настоящее время. Вместе с ребенком необходимо обсудить, что необходимо сделать для того, чтобы стена стояла надежно и с запасом прочности. Можно предложить ребенку нарисовать кирпичную стену, раскрашивая кирпич и рассказывая, что за событие произошло. Пустыми остаются только те кирпичи, которые соответствуют переездам или разлукам с близкими людьми. Ребенок возвращается к пустым местам и начинает рассказывать о своих переживаниях при переездах или разлуках. Это упражнение особенно важно, если до этого ребенок не осознавал, что с ним происходило в жизни, почему он живет без родителей. Отрицательные эмоции относительно своего прошлого смешиваются в сознании ребенка, и задача педагога – помочь разобраться в этих переживаниях. Это не может быть сделано за один раз.

Упражнение особенно полезно для детей, испытавших многочисленные переезды и изменения места жительства. Оно в простой форме представляет историю жизни ребенка и может проводиться одновременно с написанием «Книги жизни ребенка».

Небольшой рисунок законченной стены будет хорошим графическим дополнением к подобному описанию жизни.

Занятие «Способы поведения в конфликтных ситуациях»

Приветствие. Беседа: «Что такое конфликт?»:

Цель. Знакомство с различными способами поведения в конфликтных ситуациях.

Педагог: «В словаре Ожегова слово конфликт толкуется, как столкновение, разногласие, спор. Вся наша жизнь состоит из ссор, стычек, столкновений, после которых наши отношения с окружающими ухудшаются, осложняются, прерываются, которые дают участникам отрицательный эмоциональный заряд. И дело не в том, что мы специально отбираем в жизни острые ситуации, чтобы развить конфликт, а дело состоит как раз, наоборот, в том, что мы не можем или не желаем предугадать, предвидеть, погасить еще не возникший конфликт. Умение погасить конфликт так, чтобы при этом не испортить отношения с окружающими людьми – это очень важное умение. Если бы каждый человек научился бы это делать, жизнь наша стала бы куда интереснее и спокойнее».

- Скажите, между кем в группе чаще бывают конфликты?
- Что чаще бывает поводом для конфликта?
- Когда конфликт, возникший между сверстниками, гаснет, а когда разгорается?
- Трудно ли вам признать свою вину?
- Пытались ли вы поставить себя на место соперника в конфликте?
- Откладывали ли вы выяснения обстоятельств конфликта?
- Какими словами и выражениями при этом вы пользовались?
- Приходилось ли вам вступить за какую-то сторону? Как вы отстаивали свою точку зрения? Помогло ли это погасить конфликт или он разгорелся еще сильнее?
- Какой вывод можно сделать из услышанного? (Если конфликт угас – значит, вы смогли помочь правильно решить его, если он разгорелся еще сильнее, значит, вы усугубили конфликт.)
- Всегда ли необходимо гасить конфликт сиюминутно?
- Каким бывает психологическое состояние спорящих?
- Какой выход вы предлагаете, если одна из спорящих сторон дошла до состояния нервного срыва?
- К чему чаще может привести конфликт, если обе стороны находятся в сильном эмоциональном состоянии (разрыв отношений, ссора)?
- Может ли разрыв отношений, ссора явиться положительным результатом решения конфликта?
- Что является положительным результатом разрешения конфликта (конфронтация, умение найти решение, удовлетворяющие обе стороны)?

Педагог: «Умение найти решение, которое удовлетворяет спорящие стороны – это очень важное умение, и если человеку удастся это делать единожды – значит, он умеет решать конфликты»).

Практикум «Разыгрывание конфликтных ситуаций с нахождением различных способов поведения для разрешения конфликта»:

Задание 1

Разыграть ситуацию, когда один воспитанник берет без разрешения чужую вещь, а второй воспитанник встает на его пути в защиту права собственности своего друга. (Разыграть эту ситуацию, используя способ компромисса.)

Задание 2

Разыграть ситуацию, когда один воспитанник назойливо пристает к другому, младшему, сознательно его «доставая». Третий воспитанник пытается помочь в конфликте, используя способ борьбы отстаивания прав младшего.

Задание 3

Разыграть ситуацию, когда нечаянно один воспитанник задевает другого плечом. Обиженный воспринимает толчок, как умышленное действие. Используя способ избегания конфликта, первый воспитанник пытается уладить ссору.

Задание 4

Разыграть ситуацию, когда одному из воспитанников было поручено дело – организовать уборку классной комнаты, а среди детей, которым необходимо было заняться этим делом, был воспитанник, наотрез отказавшийся выполнять порученное дело. Помочь решить данный конфликт воспитаннику, используя способ сотрудничества.

Подведение итогов в каждом случае проводится после предложенных детьми способов выхода из создавшихся конфликтных ситуаций.

Игра «Правила спора»:

Двум командам даются карандаши и лист бумаги, на котором они за определенное время должны написать правила разрешения конфликта. Правила обеих команд зачитываются вслух и обсуждаются: Понятно ли правило? Справедливо ли оно? Насколько оно реалистично?

Обсужденные и принятые правила, затем аккуратно переписываются и вывешиваются на видном месте.

Занятие «Мы идем в гости»

Приветствие:

Цель. Познакомить детей с правилами поведения в гостях, с ролью хозяина; предложить решить ребятам различные ситуации, встречающиеся в жизни; учить каждого высказывать собственное мнение.

На доске записаны слова: «Ж.-Ж. Руссо: “Истинная вежливость заключается в благожелательном отношении к людям”».

Педагог: «Ребята! Мы продолжаем с вами знакомиться с правилами поведения. Мы не раз говорили о том, как важно их знать. Они учат нас доброте, умению осознавать свои поступки, различать, «что такое хорошо и что такое плохо». На занятии мы рассмотрим различные ситуации и попробуем их решить. Прежде чем я познакомлю вас с темой сегодняшнего занятия, мы сначала повторим с вами вежливые слова. Я буду читать стихи, а вы должны будете мне помогать. Ваша задача подобрать слово по смыслу и продолжить строчку».

Растает даже ледяная глыба

От слова теплого (спасибо).

Зазеленеет старый пенек,

Когда услышит (добрый день!).

Если больше есть не в силах,

Скажем маме мы (спасибо).

Педагог: «Молодцы! Вы нашли правильные слова. И я надеюсь, что вы не только их знаете, но и часто говорите. А вы любите ходить в гости? А знаете ли вы, что существуют специальные правила поведения, как для хозяина, так и для гостей. С некоторыми из них мы сегодня познакомимся. Надеюсь, что вы будете соблюдать их. Вы никогда не задумывались над тем, зачем люди ходят в гости? Правильно! С давних пор люди ходили в гости друг к другу, люди привыкли делить беду и радость, приятно встретиться с хорошим другом, вспомнить то, что было, поговорить о будущем. С давних времен выработаны правила поведения гостя. Сегодня мы вспомним некоторые из них. Знаете ли вы, как нужно вести себя в некоторых ситуациях?»

Ситуация 1

Вы прибегаете к товарищу домой пригласить его на прогулку, дверь открывает его мама. Вы спрашиваете: «Юра дома?» Есть ли здесь ошибки?

Ситуация 2

Ребята спорили, кто из животных быстрее бегает, и вдруг Алеша сказал: «Пойдемте ко мне. У меня есть книга о животных, там все написано». Дверь открыла мама, она была в стареньком халатике и фартуке, в

руках у нее была мокрая тряпка, в ванной работала машина. В комнате, куда прошли мальчики, вся мебель была сдвинута, в доме – генеральная уборка. «Вы уж извините, ребята, у нас беспорядок, я сейчас вам что-нибудь приготовлю!» Мальчики хотели уйти, хозяева их уговаривали, но всем было неловко. Кто виноват в случившейся обстановке?

Ситуация 3

Мама и папа ушли в кино. Наташа дома одна, она смотрела телевизор. Вдруг звонок. В дверях – мамина подруга, которая только приехала из командировки. «Здравствуй, Наташа, мама дома?» «Мамы дома нет», – недовольно буркнула Наташа, ее рука лежала уже на задвижке. «Очень жаль! До свидания». Правильно ли поступила Наташа?

Ситуация 4

В дверь постучали. Сергей, продолжая есть, крикнул: «Открыто!» На пороге появилась одноклассница Марина. Что делать? Продолжить ужин, спросить, зачем пришла? А если ей нужна книга, ее надо искать в соседней комнате, как поступить?

Упражнение «Что делать?»

Эти ситуации нужно раздать по микрогруппам, дать возможность детям самим найти правильное решение:

- *Забыл поздороваться с мамой и извиниться за приход.*
- *Прежде чем приглашать в гости, нужно предупредить маму. В случившейся обстановке виноват Алеша.*
- *Наташа должна была пригласить мамину подругу в комнату и предложить подождать маму.*
- *Сергей должен был встретить Марину у дверей, а не кричать, помочь снять пальто, предложить поужинать или отложить ужин, не спрашивать о причине прихода. Если нужно найти книгу, то на это время Марину нужно чем-то занять.*

Педагог: «Иногда к тебе в гости приходят твои знакомые, которые раньше у вас никогда не были. Как вы думаете, их надо представить? Запомни, пожалуйста, младших нужно представлять старшим. Поэтому, пригласив своего товарища войти, ты говоришь: “Мамочка! Это мой друг Сергей Петров” или “Бабушка! Это моя подруга Светлана Попова”, – это делается для того, чтобы мама или бабушка имели представление о том, кто к тебе пришел и с кем ты дружишь. Но не забудьте, когда представляешь своих друзей, совсем не нужно делать дополнительные пояснения в таком роде: “Этот самый мальчик, который облил мой костюм чернилами” или “Это та девочка, у которой три тройки в четверти”. Если ты хочешь сказать о них что-нибудь приятное – тогда другое дело. Если ты знакомишь сверстников, то сначала нужно представить

вновь пришедшего, затем тех, кто уже давно находится в комнате. Но если среди присутствующих есть девочка, то мальчика представляют девочке. Люди, которых представляют друг другу, должны впоследствии здороваться».

Педагог: «Ребята, послушайте советы Г. Остера».

*Если ты пришел к знакомым,
Не здоровайся ни с кем.
Слов «пожалуйста», «спасибо»
Никому не говори.
Отвернись и на вопросы
Ни на чьи не отвечай,
И тогда никто не скажет
Про тебя, что ты болтун.*

Педагог: «Вам понравились эти советы? Прежде чем мы с вами решим, как должен себя вести гость, давайте посмотрим сценку».

Подготовленные дети показывают инсценировку басни И.А. Крылова «Демьянова уха».

(Действующие лица: автор, Демьян, Фока).

*Пригласил на уху соседа
«Соседушка, мой свет!
Пожалуйста, покушай».
«Соседушка, я сыт по горло».
– «Нужды нет,
Еще тарелочку», послушай:
«Ушица, ей-же-ей, на славу сварена!»
«Я три тарелки съел».
– «И полно, что за счеты:
Лишь стало бы охоты, –
А то во здравье: ешь до дна!
Что за уха! Да как жирна:
Как будто янтарем подернулась она.
Потешь же, миленький дружок!
Вот лещик, потроха, вот стерляди кусочек!
Еще хоть ложечку! Да кланяйся, жена!»
Так потчевал сосед Демьян соседа Фоку
И не давал ему ни отдыху, ни сроку,
А с Фоки уж давно катился градом пот.
Однако же еще тарелку он берет,
Сбирается с последней силой
И – очищает всю. «Вот друга я люблю! –*

Вскричал Демьян. – Зато уж чванных не терплю.

Ну, скушай же еще тарелочку, мой милый!»

Тут бедный Фока мой,

Как ни любил уху, но от беды такой,

Схватя в охапку

Кушак и шапку,

Скорей без памяти домой -

И с той поры к Демьяну ни ногой.

Обсуждение.

Педагог: «Вам понравилось гостеприимство Демьяна? Почему?»

Педагог: «А сейчас послушайте стихотворение еще про одного хозяина и подумайте над вопросом: “Почему к Индюку не пришли гости?”»

Б. Заходер «Очень вежливый Индюк»:

Объявился в доме вдруг

Очень вежливый Индюк.

Раз по тридцать в день, не реже,

Он кричал: «Эй вы, невежи!

Заходите, что ли, в гости –

Поучиться вежливости.

Я и сам, – кричал Индюк, –

Доктор Вежливых Наук.

И жена моя пример

Замечательных манер.

Даже когда спит она,

Видно, что воспитана.

Не стесняйся ты, осел,

Заходи, садись за стол!

Что же ты молчишь как рыба?

Говори: «Приду, спасибо».

Ты не будь свиньей, Свинья,

Ждет тебя моя семья.

Только раньше бы умыла

Ты свое свиное рыло».

Как ни бился он, однако

К Индюку никто не шел –

Ни Корова, ни Собака,

Ни Хавронья, ни Осел.

Посинел Индюк от злости.

«Не идут нахалы в гости!

Зря пропали все труды!

Все они балды-балды!»

И добавил с высоты

Своего величия:

«Не усвоили скоты правила приличия».

Обсуждение.

Педагог: «Как же должен вести себя хозяин?»

После обсуждения с детьми на плакат записываются выработанные правила:

Хозяин должен быть приветлив, внимателен.

Должен быть предупредительным (угадывать желание гостей), должен заранее подготовиться к встрече.

Быть щедрым и бескорыстным, не требовать благодарности и подарка.

Быть тактичным – хороший хозяин не замечает промахов и ошибок гостей, не ставит гостя в неудобное положение.

Нельзя быть назойливым.

Хозяин должен быть в нарядной одежде.

Педагог: «Я думаю, что вы эти правила запомните и будете их выполнять. Но ведь каждый из вас бывает не только хозяином, но и гостем, а знаете ли вы правила для гостя? Как должен вести себя гость?»

Упражнение «Ошибки Виктора»:

Педагог: «Сосчитайте ошибки, совершенные Виктором.

Игорь пригласил после соревнования Виктора: «Приходи ко мне в шесть часов вечера, пластинки послушаем, я тебе коллекцию марок покажу».

В семь часов Игорь уже перестал ждать товарища. Он налил в таз воды и решил простирать свою футбольную майку. В это время резко и сильно зазвенел звонок. Пока Игорь шел к двери, звонок надрывно звенел. «Привет, – сказал Виктор, – это я!» Он прошел в комнату, бросив мокрый плащ на кресло, и оглянулся: «А у вас ничего!» И, увидев модель парусника, схватил ее с полки. «Это дедушке подарили на память о службе», – объяснил Игорь. «Здорово сделано, а мачта из дерева?» – спросил Витя, и под его пальцами хрустнула мачта. Игорь ничего не сказал.

А гость уже щелкал разноцветной шариковой ручкой и пробовал писать на газетах, лежащих на столе. Когда ему это надоело, он стал бродить по комнатам. «Сколько стоит, где покупали?» – поминутно спрашивал он, трогая то хрустальную вазу, то картину, то панно. Кар-

тина ему не понравилась, и он с презрением сказал: “Чего это вы всякое барахло в доме держите?”

Зато столик в маминой комнате, стоящий перед зеркалом, ему приглянулся. Он открыл флакон духов и почти половину вылил себе на голову. Потом ткнул грязный палец в крем, понюхал, сказал, что пахнет земляникой, и лизнул его. Затем взял пудру и дунул на нее, она медленно стала оседать на ковер.

Игорь в это время вскипятил чайник и пригласил гостя к столу. Тот критически оглядел стол – стаканы с чаем, вазочку с вареньем, затем подошел к холодильнику и открыл его: “Ты, Игорь, лучше колбасы нарежь и сала, а это селедка? Давай селедку, я ее очень люблю!”

Наевшись, напившись вдоволь чаю, он сгреб из вазы конфеты – это мне на дорогу. Взяв плащ, он сказал: “Ну, я пошел, завтра опять приду. Да, я ножик перочинный, что в дедушкиной комнате был, взял, мне палку достругать нужно, а то мой сломался, не бойся, как-нибудь отдам”. И, гремя сапогами, он помчался по лестнице, на стене оставался след, оставляемый ножиком».

Педагог: «Какие допустил ошибки Виктор? Что можно сказать об Игоре как о хозяине?»

Педагог: «Не только русский народ гостеприимен, у народов Кавказа и Востока есть обычай отдавать гостю все, что ему понравится. Однажды у арабского героя, известного своей щедростью, спросили, приходилось ли ему встречать человека более щедрого, чем он? И он ответил: “Да. Я встретил женщину, которая сожгла свой шатер, чтобы разжечь костер, и зарезала последнего козленка, чтобы накормить гостя”. Быть хорошим хозяином непросто, непросто быть и хорошим гостем. Вспомните, в каких произведениях главный герой ведет себя не очень вежливо в гостях?» (*А. Толстой «Золотой ключик, или Приключения Буратино»*. *Ален Милл «Винни-Пух и все-все-все»*, *«Пес Барбос в гостях у Шарика»*).

Педагог: «Вспомните, как вел себя Буратино. *Буратино сел за стол, подвернув под себя ногу. Миндальное пирожное он запихивал в рот и глотал не жуя. В вазу с вареньем залез прямо пальцами и с удовольствием их обсасывал. Когда девочка отвернулась, чтобы бросить несколько крошек пожилой журулице, он схватил кофейник и вылил все какао из носика. Поперхнулся, пролил какао на скатерть. Тогда девочка сказала ему строго: “Вытащите из-под себя ногу и отпустите ее под стол. Не ешьте руками, для этого есть ложки и вилки”*».

Педагог: «Пригласили бы вы такого гостя к себе? Давайте выделим основные правила для гостя».

Веди себя так, чтобы твой приход был приятен хозяину.

Не сиди молча, не заставляй хозяев себя развлекать.

Но и не заставляй слушать только себя.

За столом не тянись первым за самым вкусным.

Обсуждение русской народной сказки «Лиса и Журавль»:

Лиса с журавлем подружились.

Вот вздумала лиса угостить журавля, пошла, звать его к себе в гости:

Приходи, куманек, приходи, дорогой! Уж я тебя угощу! –

Пошел журавль на званный пир. А лиса наварила манной каши и размазала по тарелке. Подала и потчевает:

Покушай, голубчик-куманек, – сама стряпала. –

Журавль стук-стук носом по тарелке, стучал, стучал – ничего не попадает!

А лисица лижет себе да лижет кашу, так всю сама и съела.

Кашу съела и говорит:

Не обессудь, куманек! Большие потчевать нечем. –

Журавль ей отвечает:

Спасибо, кума, и на этом! Приходи ко мне в гости. –

На другой день приходит лиса к журавлю, а он приготовил крошку, налил в кувшин с узким горлышком, поставил на стол и говорит:

Кушай, кумушка! Право, больше нечем потчевать. –

Лиса начала вертеться вокруг кувшина. И так зайдет, и эдак, и лизнет его, и понюхает-то, – никак достать не может: не лезет голова в кувшин.

А журавль клюет себе да клюет, пока все не съел.

Ну, не обессудь, кума! Большие угощать нечем! –

Взяла лису досада. Думала, что наестся на целую неделю, а домой пошла – не солоно хлебала. Как аукнулось, так и откликнулось!

С тех пор и дружба у лисы с журавлем врозь.

Педагог: «О чем эта сказка, чему она учит? Как вы думаете ребята. Каким должен быть хозяин: таким как Лиса или Журавль? Как вы считаете, подходит ли к сказке пословица: «Каков привет, таков ответ».

Педагог: «Теперь послушайте, пожалуйста, стихотворение Г. Остера».

Если друг на день рожденья

Пригласил тебя к себе,

Ты оставь подарок дома -

Пригодится самому.

Сесть старайся рядом с тортом,

*В разговоры не вступай:
Ты во время разговора
Вдвое меньше съешь конфет.
Выбирай куски поменьше,
Чтоб быстрее проглотить.
Не хватай салат руками,
Ложкой больше почерпнешь.
Если вдруг дадут орехи,
Сыть их бережно в карман,
Но не прячь туда варенье -
Трудно будет вынимать.*

Педагог: «Вы будете следовать советам Г. Остера?»

- *Давайте вспомним, что мы сегодня узнали?*
- *Как должен себя вести хозяин, гость?*

Занятие «Осознание себя»

Приветствие. Игра «Горячий стул»:

Все дети садятся друг за другом по кругу на стулья. В середине круга ставится пустой стул – «горячий».

Педагог: «Сейчас один из вас должен будет сесть на пустой стул в середину круга. Остальные по очереди будут говорить сидящему на стуле, за что они его уважают, или перечислят, что он сделал такого, за что его можно уважать».

Первый комплимент говорит педагог: Дети продолжают говорить за ним, стараясь не повторяться. В начале упражнения на пустой стул лучше посадить ребенка, который отличается неодобряемым поведением. После того, как все дети побывают на горячем стуле, подводятся итоги.

Вопросы для подведения итогов:

- *Что понравилось в упражнении?*
- *Чье пожелание или комплимент тебе больше всего понравилось?*

Упражнение «Наши пожелания»:

Группа детей садится по одному друг за другом. У каждого находится двойной лист бумаги из школьной тетради. На верху листа каждый ребенок пишет фамилию, имя и возраст, ниже – дату заполнения.

Педагог: «Сейчас каждый из вас обменяется листом бумаги с соседом, сидящим сзади. На листе бумаги вы напишите свое пожелание товарищу и закроете его, сложив лист гармошкой. Листы бумаги вы будете передавать до тех пор, пока каждый не напишет каждому товарищу свое пожелание».

После окончания педагог с детьми договариваются, куда сложить пожелания. Можно предложить коробку и заклеить ее, спрятать в определенном месте, чтобы никто не прочитал, и договориться о том, когда прочитать их. С этой целью можно найти большой конверт, мешочек и т.д.

Тест «Волшебник»:

Педагог: «Представьте себе, что вы стали волшебником и можете исполнить любые пять желаний. Напишите их в порядке убывания. На первое место поставьте самое сильное, главное желание. Затем главное, но не настолько, как первое. И так далее все пять желаний».

Тест «Три желания»:

Педагог: «Представь, что тебе встретился волшебник, который может исполнить любые три желания. Какие бы желания ты попросил исполнить? Напиши их».

Затем вычисляется, сколько всего желаний, и какие, из них на первом месте, втором и последующих местах относительно данной выборки детей.

Помимо перечисленных, можно использовать широко известные классические методики:

- тематический апперцептивный тест (ТАТ);
- рисунок несуществующего животного;
- рисунок себя в трех проекциях (реальный, идеальный, в глазах других);
- пиктограмму;
- исключение лишнего;
- тест «Пословицы»;
- незаконченные предложения.

Занятие «Повышение самооценки»

Приветствие. Упражнение «Розовый куст»:

(«Направленная фантазия», В. Оклендер, Стивенс)

Из трех этапов – релаксации с использованием мысленных образов, рисования и опроса после рисования.

Педагог: «Закройте глаза и просто ощущайте свое тело. Забудьте о том, что происходит вокруг вас... думайте только о том, что происходит внутри вас. Думайте о дыхании... вы почувствуете, как воздух поступает через ваш рот, нос и движется дальше в грудь. Представьте себе, что ваше дыхание похоже на мягкие волны, накатывающиеся на берег... Каждая волна приносит вам успокоение.

Теперь представьте, что каждый из вас превратился в куст роз. Постарайтесь выяснить, что значит быть кустом роз... Какой ты куст?.. Большой?.. Маленький?.. Широкий?.. Высокий?.. У тебя есть цветы?.. Если да, то какие? Какие у тебя стебли и ветки?.. На что похожи твои корни? (пауза) ... или у тебя нет корней?.. Если у тебя есть корни, то какие они?.. Длинные и прямые?.. Скрученные?.. Они глубоко уходят в землю?.. Оглянитесь вокруг (пауза)... Где вы находитесь?.. Во дворе?.. В парке?.. В пустыне?.. В городе?.. За городом?.. Посреди океана?.. Вы находитесь в сосуде или растете в земле?.. Быть может вы пробиваетесь сквозь бетон?.. Растете внутри чего-то?.. Оглянитесь вокруг (пауза)... Что вы видите?.. Другие цветы?.. Вы одиноки?.. Нет ли поблизости деревьев?.. Животных?.. Людей?.. Птиц?.. Вы похожи на куст роз или на что-нибудь иное?.. Не ограждает ли вас изгородь?.. Кто за вами ухаживает?.. Какая теперь погода? Как вы воспринимаете жизнь?.. Что вы чувствуете?.. Что происходит с вами, когда меняются времена года?... Не забывайте, что вы – розовый куст. Определите свое отношение к своей жизни и происходящему с вами».

Педагог: «Через несколько минут я попрошу вас открыть глаза и изобразить себя на рисунке в виде куста роз. Затем я задам вам несколько вопросов. Вы расскажете мне о рисунке так, как если бы вы были розовым кустом (долгая пауза)... Готовы? Откройте глаза и нарисуйте розовый куст».

Вопросы после окончания рисования розового куста:

1. *Каким кустом роз ты являешься и как ты выглядишь?*
2. *Расскажи мне о своих цветах.*
3. *Расскажи мне о своих листьях.*
4. *У тебя есть шипы? Если да, то расскажи мне о них. Если нет, тогда расскажи, как ты защищаешься. Ты добрый или злой куст?*
5. *Расскажи мне о своих стеблях и ветвях.*
6. *Расскажи мне о своих корнях.*
7. *Расскажи мне, где ты живешь. Какие предметы окружают тебя? Тебе нравится жить в том месте, где ты находишься?*
8. *Ты думаешь, что похож на розовый куст или на что-то иное? Если да, то на что ты похож?*
9. *Кто ухаживает за тобой? Тебе это нравится? Каким образом они ухаживают за тобой?*
10. *Как ты относишься к нынешней погоде? Что происходит с тобой при смене времен года?*
11. *Как ты чувствуешь себя в роли куста роз? Как тебе живется в роли куста?*

Упражнение «Ромашка откровений»:

Цель. Повышение уровня самосознания ребенка.

На лепестках ромашки пишутся фразы, например:

- Я отличаюсь от других тем, что...
- Моя самая большая проблема – это...
- Я счастлив потому, что...
- Меня радует, когда...
- Меня раздражает...
- Я себе не нравлюсь за то, что...
- Самое мое лучшее качество – это...
- Я обижаюсь, когда...
- Я себя люблю за то, что...
- Я хочу, чтобы...
- Когда я окончу университет...
- Если бы я был (а) волшебником...
- Мне хотелось бы изменить...
- Друзья меня ценят за...
- Мое жизненное кредо...
- Я не смогу простить человека, если он...
- В людях я больше всего ценю...
- Мир вокруг кажется мне...
- Иногда люди не понимают меня, потому что...
- Мне бывает стыдно, когда...

Нужно продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним.

Занятие «Я и другие» (1)

Приветствие:

Цель. Показать детям, что в них много общего и много различий; помочь понять, что внешность человека может меняться, отражая разное настроение и открывая неожиданные черты его характера; формировать позитивное отношение к окружающим; воспитывать терпимость к непохожести.

Педагог: «Назовите одно хорошее и одно плохое событие, происшедшие за неделю».

Игра «Ветерок»:

Цель. Обратит внимание на сходство между людьми, подготовить детей к работе на занятии.

Дети садятся в круг на стулья, в центре круга стоит ведущий.

Педагог: «Ветер дует на... (называет какую-то свою особенность: внешность, одежду, характер, поступки и др.) тех, у кого голубые глаза (кто в шортах)».

Педагог называет свои индивидуальные особенности. После слов педагога дети, у которых тоже есть названная особенность, должны встать со своего стула и занять свободное место. Педагог тоже пытается занять пустой стул. Тот, кому не досталось стула, становится ведущим. Игра повторяется. Если ребенок остается в роли ведущего несколько раз подряд, он может сказать: «Ураган!» – и тогда все дети должны поменять свои места.

Обсуждение игры:

– *Понравилась ли вам игра?*

– *Много ли у вас оказалось похожего? Что именно?*

Педагог: «Вы знаете, для чего человеку нужна одежда? (Ответы детей.) Оказывается, одежда может изменить внешность человека. Давайте посмотрим, как это происходит». Дети переодеваются в заранее подготовленную для них педагогом одежду.

Обсуждение.

– *Какие виды одежды мы использовали? (Повседневная, праздничная, зимняя, летняя, профессиональная.)*

– *Что произойдет, если люди будут использовать одежду не по назначению?*

Упражнение «Узнай, кто он?»:

Цель. Обратить внимание детей на индивидуальные особенности каждого, развитие внимания.

Педагог рассказывает о ком-то из детей, описывает его внешность, одежду, качества, не называя имени ребенка. Дети должны отгадать, о ком идет речь. Отгадавший становится ведущим и рассказывает о следующем участнике (по выбору).

Занятие «Я и другие» (2)

Приветствие:

Цель. Закрепить понимание того, что в людях есть сходства и различия; показать, как может измениться облик человека, если изменить некоторые черты лица; развитие творческого воображения; формирование позитивного отношения к окружающим.

Педагог: «Назовите одно хорошее и одно плохое событие, происшедшие за неделю».

Упражнение «Сходства и различия»:

Цель. Закрепить понимание сходств и различий.

Лист ватмана разделить пополам, на одной стороне написать «Сходства», на другой – «Различия». Педагог бросает ребенку мяч. Тот должен вернуть мяч педагогу и назвать одно из качеств, общее у разных людей. Затем мяч получает следующий ребенок и игра продолжается. Аналогично выясняются различия между людьми. Все высказывания детей записываются на листе ватмана, обсуждаются, уточняется понимание детьми сходства и различия.

Затем педагог предлагает детям картинки, на которых они могут раскрасить глаза и волосы, как захочется. Кроме того, можно дорисовать детали внешности по своему желанию: например, бороду, очки, усы, украшения и пр.

Упражнение «Ищем клад»:

Цель. Развивать навыки сотрудничества, наблюдательность.

Детям предлагается выстроиться в ряд:

- по цвету глаз, начиная с самых светлых;
- по цвету волос, начиная с самых темных;

затем разделиться на команды, например – участники со светлыми и с темными волосами.

Каждой команде дается задание: найти спрятанный предмет (педагог описывает предмет, который надо найти каждой команде).

Упражнение «Работа с портретами людей»:

Цель. Порассуждать с детьми о том, можно ли представить, чем занимается человек, какой у него характер, опираясь только на внешний облик; показать, как меняется внешний облик человека, если изменяются отдельные черты лица.

Детям предлагаются портреты людей для рассмотрения и рассуждения.

Упражнение «Подарок»:

Цель. Развитие доброжелательного отношения друг к другу, творческого воображения.

Все сидят в кругу. Педагог предлагает детям подарить друг другу воображаемые подарки. О подарке нельзя говорить, нужно изобразить его с помощью рук. Затем педагог поворачивается к ребенку слева, изображает подарок, говорит приятное и преподносит этот подарок. Ребенок должен отгадать, что ему подарили, поблагодарить и подарить подарок следующему. Игра продолжается, пока каждый не получит свой подарок.

Занятие «Автопортрет»

Приветствие:

Цель. Достижение частичного осознания ребенком своего социального «Я», себя как носителя *социальной* роли; осознание своего места в социуме, выделение равных себе в социальном окружении.

Педагог: «Ребята, сегодня вам необходимо нарисовать свой «Автопортрет».

Рисование (можно совместно со взрослым) себя с целью создания своего социального портрета. Вербализация ребенком присущих ему социальных признаков: «У меня есть, имя ... моя фамилия ... мое отчество ... мне ... лет, я – ученик ... класса, я живу в детском доме, у меня есть друзья ... я люблю ... На портрете я веселый (грустный, хороший)».

Педагог помогает ребенку наводящими вопросами дать социальную и нравственную характеристику герою портрета, подчеркивает сходные с другими детьми характеристики: ученики одной школы, класса, одинаковое количество лет, схожие интересы.

Упражнение «Я»:

Участникам раздают карточки и булавки. Каждого просят написать на карточке имя (можно вымышленное), которым его будут называть на протяжении всего тренинга, и приколоть булавкой карточку на груди.

Обсуждение упражнения:

- *Все ли написали свои имена?*
- *С чем связана замена настоящего имени на вымышленное?*

Упражнение «Назови свое имя»:

Участникам предлагается назвать свое имя и сказать, нравится ли оно. Назвать свое ласковое имя.

Дискуссия по упражнению:

- *Почему одним людям нравится свое имя, а другим нет?*
- *Как вы думаете, с чем это может быть связано?*
- *Что обозначают ваши имена?*
- *В честь кого вас назвали?*

Упражнение: «Кто я? Какой я?»:

Педагог: «Продолжите письменно предложения».

Я думаю, что я...

Другие считают, что я...

Мне хочется быть...

Для каждого предложения подберите от 5 до 10 определений из списка слов на плакате.

Педагог вывешивает список слов, помогающих детям отвечать на вопросы.

Список слов: *Симпатичный, слабый, приятный, грубый, справедливый, хвастливый, трудолюбивый, скучный, остроумный, смелый, жадный, хитрый, смешной, терпеливый, надежный, неприятный, задумчивый, хороший, здоровый, вежливый, робкий, честный, глупый, одинокий, красивый, резкий, нежный, сильный, задиристый, лживый, сообразительный, дружелюбный.*

Упражнение «Горячий стул»:

Педагог: «Сейчас каждый из вас сможет проверить, насколько совпадает представление о нем участников группы с его собственным представлением о себе».

Каждый (по очереди) будет занимать место на стуле в центре, и участники ответят на вопрос: «Какой он?» Для этого они должны подобрать одно или несколько определений из того же списка слов на плакате (см. выше). Сидящий в центре отмечает те слова, которые совпадают с его определением (*Я думаю, что я...*).

Количество совпадений подсчитывается.

Обсуждение занятия.

Педагог: «Давайте оценим наше занятие. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет “три” нужное количество пальцев одной руки.

Что понравилось?

Какие испытывали трудности?

Кого трудней оценивать – себя или других?

Какие самопредставления вам больше всего понравились и запомнились? Почему?

Что именно привлекает внимание: черты характера, качества, интересы, чувства и др.?

Что было важным в сегодняшнем занятии?

Что запомнилось?

Какие мысли и чувства вызвало у вас занятие?

Какие выводы из занятия вы сделали для себя?

Занятие «Картина моей личности» (1)

Приветствие:

Цель. Формировать стремление к самопознанию; развивать представление о себе, умение распознавать собственные личностные качества.

Упражнение «Букет»:

Водящий стоит в центре круга, образованного сидящими на стульях участниками. Участники выбирают себе цветок из трех предложенных ведущим или самими участниками: роза, ландыш и пион. Если в группе 12 человек, то будет по 4 цветка одного названия. По коман-

де водящего меняются местами те, чей цветок он назвал, а по команде «Букет!» меняются местами все участники. Водящий должен успеть сесть на место одного из участников, который становится следующим водящим.

Упражнение «Немного о себе»:

Участникам предлагается закончить предложения:

- *Больше всего я люблю...*
- *Я хотел бы...*
- *Я хотел бы быть...*
- *Я чувствую себя счастливым, когда...*
- *Мое будущее кажется мне...*
- *Я надеюсь, что когда-нибудь...*
- *Я хотел бы быть более...*
- *Мне очень грустно, когда...*
- *Я хочу познакомиться с...*
- *Я хотел бы больше узнать о...*

Обсуждение упражнения:

- *Что вы чувствовали?*
- *Трудно ли говорить о себе?*

Упражнение «Какой он?»:

Водящий выходит за дверь, а остальные загадывают кого-то из группы. Водящий возвращается и, задавая вопрос: «Какой он?» – должен по качествам, называемым участниками, догадаться, кто был загадан.

Обсуждение упражнения:

- *Легко ли было отгадать?*
- *Понравились ли вам описания?*

Упражнение «Я – первый»:

Педагог: «Каждый человек уникален. Подумайте, в чем проявляется ваша уникальность? В чем вы считаете себя первым? Сейчас мы будем бросать друг другу мяч. Тот, у кого он окажется, говорит такую фразу: “Я первый в ...”»

Обсуждение упражнения:

- *Какие мысли и чувства у вас возникали?*
- *Трудно ли аргументировать свою исключительность?*
- *Что вы узнали на занятии?*
- *Что вам больше всего понравилось?*
- *В чем вы испытывали трудности?*

Занятие «Картина моей личности» (2)

Приветствие:

Цель. Способствовать осознанию себя; формировать способность анализировать свои личностные качества; обратить внимание на то, что у каждого качества есть две стороны – позитивная и негативная.

Упражнение «Пересядьте все те, кто...»:

Участники садятся в круг. Водящий стоит в центре круга.

Стоящий в центре круга предлагает поменяться местами (пересест) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Он называет этот признак, например: «Пересядьте все те, кто любит мороженое». И все, кто любит мороженое, должны поменяться местами. Тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит игру. Используем эту ситуацию для того, чтобы лучше узнать друг друга.

Обсуждение упражнения:

Много ли участников имеют сходные вкусы, интересы, предпочтения?

Упражнение «Ассоциации»:

Водящий выходит за дверь. Группа загадывает одного из участников, которого водящий должен угадать. Вернувшись, водящий задает вопросы членам группы и по их ответам пытается угадать человека. Вопросы задаются на ассоциации, возникающие у каждого члена группы в связи с загаданным человеком: «С каким животным ассоциируется у тебя этот человек? С какой погодой? Растением? Цветом? Музыкакой?» и др. Обычно задаются 5 вопросов, и после этого водящий должен назвать того из участников, кого загадали.

В случае верного ответа загаданный становится водящим, в случае неверного – водящий выполняет это упражнение еще раз.

Обсуждение упражнения:

- Легко ли было угадывать?*
- С чем это связано?*
- Легко ли давать ассоциации на человека?*
- Совпали ли ассоциации у разных участников?*
- Как вы думаете, почему?*

Упражнение «Волшебная рука»:

Участникам предлагается на листе обвести свою руку. На пальцах написать свои хорошие качества, а на ладони – те, которые хотелось бы изменить.

Обсуждение упражнения:

– *Какие качества было легче написать? Почему?*

– *Зачем человеку нужно знать, какими положительными и отрицательными качествами он обладает?*

Необходимо подвести участников к мысли, что все люди не идеальны, имеют положительные и отрицательные качества. В каждом качестве есть две стороны – позитивная и негативная. Когда человек осознает и позитивную, и негативную стороны качества, возможен баланс и сознательный выбор линии поведения.

Упражнение «Хорошо или плохо»:

Участники записывают на листах бумаги различные качества, затем вытягивается один лист. По кругу каждый участник высказывает свое мнение о данном качестве. Первый участник свое высказывание начинает со слов: «Хорошо быть (*называется выбранное качество*), потому что...» – а следующий участник начинает со слов: «Плохо быть (*выбранное качество*), потому что...» – и т.д. попеременно. Например: «Хорошо быть непунктуальным, потому что можешь приходить, когда захочешь», «Плохо быть непунктуальным, потому что окружающие перестанут доверять тебе»; «Хорошо быть жадным, потому что все тебе достается», «Плохо быть жадным, потому что сверстники не станут дружить с тобой».

Упражнение проводится в два круга для того, чтобы каждый мог отразить и позитивную, и негативную стороны качества.

Обсуждение упражнения:

– *Какую сторону качества – позитивную или негативную – легче найти?*

– *Все ли качества имеют две стороны?*

– *Есть стопроцентно хорошие качества или, наоборот, плохие?*

– *Что для вас было важным в сегодняшнем занятии?*

– *Что вам запомнилось?*

– *Какие мысли и чувства вызвало у вас занятие?*

– *Какие выводы из занятия вы сделали для себя?*

Занятие «Расширение круга близких людей»

Приветствие:

Цель. Формировать представления о роли общения в жизни участников и необходимости совершенствования навыков общения; развивать умение устанавливать контакт; развивать наблюдательность в общении.

Упражнение «Молекулы»:

Подросткам предлагается представить себя атомами: согнуть руки в локтях и прижать кисти к плечам. Педагог говорит: «Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разным, оно будет определяться тем, какое число будет названо. Сейчас начните быстро двигаться по этой комнате, и я время от времени буду говорить какое-то число, например три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы, по три атома в каждой. Молекула должна выглядеть так: “атомы” стоят лицом друг к другу в кругу, соприкасаясь друг с другом предплечьями».

Обсуждение упражнения:

- *Какова роль общения в жизни человека?*
- *Как и для чего люди знакомятся между собой?*
- *Почему иногда людям трудно знакомиться друг с другом?*
- *Всегда ли можно преодолеть коммуникативные трудности?*
- *Как совершенствовать общение?*
- *Всегда ли нужно начинать разговор первыми?*
- *Какие усилия нужно приложить, чтобы собеседник вошел в контакт?*
- *Как расположить собеседника к себе?*
- *Какие вопросы являются открытыми, закрытыми?*
- *В чем их отличия?*
- *Что такое комплимент?*

Упражнение «Комплименты»:

Группа делится на две равные части. Участники встают, образуя внутренний и внешний круги. Подростки стоят лицом друг к другу. Участник из внешнего круга говорит участнику во внутреннем круге: «Мне нравится, что ты...», тот отвечает:

«Да, я *(повторяет)*, и еще я...». Важно, чтобы участники говорили искренне. Затем они меняются кругами.

Обсуждение упражнения:

- *Какие чувства вы испытывали? Что было трудным?*
- *Трудно или легко отвечать на комплимент?*

– *Что больше понравилось – делать комплимент или принимать его?*

– *Какие комплименты показались необычными?*

Упражнение «Тростинка на ветру»:

Подросткам предлагается встать в круг, близко друг к другу. Один из участников становится посередине, закрывает глаза. Все остальные поднимают руки на уровне груди. Когда стоящий в центре «падает» в сторону одного из участников, тот должен его поймать и осторожно вернуть в исходное положение. Затем следующий участник должен его поймать и т.д.

Обсуждение упражнения:

– *Как ты себя чувствовал в центре круга?*

– *Мог ли ты доверять другу?*

– *Кого ты опасался?*

– *Что для тебя было самым трудным?*

– *Пробовал ли ты закрывать глаза?*

– *Что ты чувствовал, когда был частью круга?*

– *Было ли тебе трудно удерживать других?*

– *Хорошо ли вы справлялись со своей задачей вместе?*

Ролевая игра «Установление контакта»:

Участники группы в парах, по очереди разыгрывают различные сценки на установление контакта. Основному играющему дается инструкция: «Ты должен установить контакт с собеседником для того, чтобы...»

Например: *один участник – администратор гостиницы, основной участник должен устроиться в гостиницу; один участник – продавец, основной участник должен поменять купленные вчера джинсы; один участник – спешащий прохожий, основной участник должен узнать, как доехать до улицы и т.д.*

Обсуждение упражнения:

– *Что вам показалось сложным?*

– *Что вы чувствовали?*

Упражнение «Умение вести разговор»:

Группа делится на пары. Один участник задает открытые вопросы, дающие возможность собеседнику ответить более полно. Второй участник не только дает на каждый вопрос строгий ответ, но и сообщает дополнительную, произвольную информацию о себе. Потом участники меняются ролями.

Обсуждение упражнения:

– *Что вам понравилось, что показалось трудным?*

– *Насколько открытые вопросы и раскрывающая информация о себе способствуют установлению контакта?*

Упражнение «Таможенники и контрабандисты»:

Один участник играет роль контрабандиста, он выходит из комнаты и почти сразу же возвращается к остальным – таможенникам. Всего он выходит из комнаты 5 раз. В одно из возвращений (какое – он выбирает сам) у него под одеждой должен быть прикреплен конверт, содержащий нечто. Однако обыскать контрабандиста таможенники не имеют права. Они могут только задавать различные вопросы. Задача таможенников – догадаться, в какой приход у контрабандиста был спрятан конверт. Свои соображения каждый таможенник записывает, при этом он может указать только два прихода, показавшиеся наиболее вероятными. Роль контрабандиста играют несколько участников. Конверт может содержать приз для лучшего контрабандиста. По записям в таблицах бывает легко выявить лучшего контрабандиста и лучшего таможенника.

Обсуждение упражнения:

- *Какие наблюдения были вами сделаны?*
- *Что во внешнем виде, в поведении контрабандистов вас насторожило?*
- *Кто угадал, кто нет? Почему?*
- *Трудно ли было заметить изменение голоса, дрожание, неуверенность движений, принужденную улыбку, общую напряженность?*
- *Насколько информативны эти проявления?*
- *Что было важным в сегодняшнем занятии?*
- *Что запомнилось?*
- *Какие мысли и чувства вызвало у вас занятие?*
- *Какие выводы из занятия вы сделали для себя?*

Занятие «Эмоции и наше поведение»

Приветствие:

Цель. Отработка навыков коммуникативного поведения; коррекция эмоциональной сферы на основе отработки навыка адекватного эмоционального реагирования.

Игра «Островок чувств»:

Цель. Уточнение детьми собственных чувств и эмоций, которые они уже привыкли скрывать.

Педагог: «Вы едете в отпуск на Остров ярких чувств... Разделитесь на две группы: танцоры и художники. Танцоры по очереди подойдут

к моему столу и вытянут цветную полоску, на которой написаны идеи движений»:

- тебе грустно, твой друг уехал;
- у тебя совесть нечиста: ты разбил вазу в комнате;
- тебе одиноко, т.к. не с кем играть;
- ты чувствуешь радость – тебе предстоит веселое путешествие...

Педагог: «Выразите эти идеи своим танцем, набором движений, мимикой лица; используйте аксессуары (шляпы, очки, халат врача, губную помаду, бусы...). Художники наблюдают за движениями своего танцора и подбирают такую краску, которая отразит, по их мнению, характер этих движений (черную, серую, красную, желтую, синюю...)».

Беседа: «Эмоции в жизни человека»:

Педагог: «Эмоции – это выражение состояния, настроения... Всегда ли можно выражать свои эмоции? Назовите ситуации, когда вы считаете неуместным проявлять свою радость».

(Болезнь друга – нужно заботиться, сопереживать; неудача в учебе у друга – нужно помочь; упал на прогулке – нужно пожалеть, поддержать.)

Упражнение «Классификация чувств»:

Цель. Выявить понимание детьми эмоциональных состояний людей.

Педагог: «Посмотрите на фотографии и назовите эмоции, которые могут возникнуть в данной ситуации, и объясните, будете ли вы эти эмоции проявлять. Назовите эмоции, которые вам нравятся и которые не нравятся»:

- радость печаль;
- спокойствие злость;
- удивление страх;
- интерес, вина, стыд.

Педагог: «Сейчас мы с вами рассмотрим ситуации и обсудим их».

- Вы гость – на вас случайно падает кусочек торта, проливается горячий чай...
- Вы ждете автобуса – проезжающая машина забрызгала ваши джинсы и куртку...
- Вы ждете хороших результатов диктанта – получаете «2»...
- Вы собрались с подругами гулять – воспитатель просит помочь ему в столовой...
- Дискотека – вам хочется надеть что-то новое, но вещи в вашем гардеробе вас не радуют...

Педагог: «Какие эмоции были вызваны у вас в каждой ситуации? Вы правильно определили характер эмоционального реагирования, но не смогли совладать с напором возникших чувств... Именно умение управлять своими эмоциями характерно для человека сильной воли, выдержанного, уравновешенного... Такой человек всеми любим и всем приятен. Попробуем узнать секрет этих качеств на нашем занятии».



Педагог: «Ребята, подберите для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией». После выполнения задания идет обсуждение, правильно ли ребята подобрали пиктограммы к данным фотографиям.

Программированные задания (на доске, на карточках):

Педагог: «Выберите правильный ответ и прочитайте его».

Эмоции – это...

- *аппетит;*
- *отношение к учебе;*
- *различные состояния человека, связанные с его переживаниями и чувствами.*

Основной эмоцией человека является:

- *радость;*
- *интерес;*
- *печаль.*

Воспитанный человек должен уметь:

- *управлять своими эмоциями;*

- *все время скрывать свои эмоции.*

У человека должны быть:

- *только одни и те же эмоции;*
- *разные эмоции, в зависимости от причин, их вызвавших.*

Чувства – это:

- *переживания человека;*
- *внешний облик человека.*

О каких чувствах легче говорить:

- *печали, гнева, боли...;*
- *радости, восторге, счастье.*

Какое чувство тебе нравится больше других:

- *печаль, гнев;*
- *радость, счастье;*
- *стыд, вина?*

Игра «Наши чувства»:

Педагог: «Мы слишком мало используем возможность рассказывать другим о своих чувствах. Из-за этого мы часто не можем объяснить свое состояние другим, и люди нас не понимают. Общение с нами становится скучным и сухим. Очень важно уметь говорить о своих чувствах... Разделитесь на пары. Один из вас будет называть какое-то чувство, эмоцию, второй – считать. Например: один из игроков говорит: «Счастье», другой – считает: «Один»; затем вновь первый говорит: «Гнев», а второй считает: «Два». И т.д. Через минуту определяется пара, назвавшая больше всех чувств».

(На доске могут быть написаны слова: *интерес, любопытство, внимание, радость, ошеломление, испуг, отчаяние, страх, боязнь, гнев, печаль, восхищение, любовь, преданность, дружба, настойчивость, виновность, стыд...*)

«Напишите, какие чувства вам нравятся больше других? Какое чувство самое неприятное? Почему важно, чтобы мы могли говорить о своих чувствах?»

Домашнее задание

Заполнить анкету (раздается каждому ребенку).

Анкета «Вот я какой!»

1. *Меня зовут* _____
2. *Мне лет* _____
3. *У меня глаза* _____
4. *У меня волосы* _____
5. *Улица, на которой я живу, называется* _____
6. *Моя любимая еда* _____

7. *Мой любимый цвет*
8. *Мое любимое животное*
9. *Моя любимая книга*
10. *Моя любимая телевизионная передача*
11. *Самый прекрасный фильм, который я видел*
12. *Я люблю в себе*
13. *Моя любимая игра*
14. *Моего лучшего друга зовут*
15. *Страна, в которую я бы хотел съездить, –*
16. *Лучше всего я умею*
17. *Моих братьев и сестер зовут*
18. *Больше всего мне запомнился такой случай из моей жизни:*
19. *Самая главная моя цель – _____*

Занятия, рекомендуемые для работы с воспитанниками подросткового возраста

Занятие «Определение проблемы»

Приветствие. Упражнение «Позитивные и негативные круги»:

Цель. Проследить причины затруднений во взаимодействии, помочь молодым людям осознать связь между их поведением и его последствиями.

Обрисуйте типичную ситуацию, в которую может попасть подросток, например, семейную ссору. Детально проследите течение спора с начала до конца и попробуйте определить, с какого момента спор начинает идти «по кругу». Постройте диаграмму, отражающую круговое развитие спора. У вас получится «негативный круг». Попробуйте создать «позитивный круг», т.е. найти иной подход к проблеме, когда ситуация в целом может стать более позитивной.

Позитивный (негативный) круг:

Я приглашен на вечеринку → Мама говорит «нет» → Я спорю, говорю, что это несправедливо, но пока сдерживаю себя → Она начинает кричать → Терпеть не могу, когда она кричит, это выводит меня из себя. Я завожусь. Она сама виновата → Она унижает меня → Я теряю терпение, ругаюсь, кричу: «Я ненавижу тебя!» → Она дает пощечину → Я сбегая из дома → Иду на вечеринку → Меня находит милиция → Я сижу дома, пытаюсь не показывать вид, но чувствую себя униженным → Мне опять разрешили гулять → Я приглашен на вечеринку...

С помощью разноцветных ручек выделите ступени развития спора и моменты, когда он выходит из-под контроля. Возможные вопросы:

- *Где начинается ситуация (определенная линия поведения подростка)?*
- *Что происходит затем? После этого? Что в это время думает подросток? (В какой момент «внутренний голос» советует ему остановиться?)*
- *Как он заставляет замолчать этот внутренний голос?*

С помощью диаграммы обсудите возможные выходы из ситуации. Предложите молодому человеку рассматривать альтернативные линии поведения (положительные) как «эксперимент», который поможет найти выход из ситуации.

Занятие «Взгляд на себя»

Приветствие. Упражнение «Карточки-характеристики»:

Цель. Определение молодым человеком взгляда на самого себя, осмысление того, как другие оценивают его характер.

Упражнение может выполняться как индивидуально, так и в группе.

Материалы. Колода карточек-характеристик – большое количество небольших карточек с написанными на них существительными и прилагательными, описывающими различные черты характера (эгоист, шутник, щедрый, бестолковый), ручка и бумага для записи отобранных карточек.

Индивидуальные задания:

- *Молодой человек просматривает карточки и отбирает те из них, которые, по его мнению, описывают его характер. Обсудите каждую из них и запишите на отдельный лист бумаги: почему подросток думает, что он именно таков? какие бы карточки выбрала его мать (друзья) и т.д.? Выберите карточки, которые описывают вас лично, разные стороны вашей личности, объясните положительные и отрицательные качества.*
- *Подросток прислоняется к большому листу бумаги (рулону обоев) и вокруг него обрисовывается контур его тела. Затем внутри этого контура молодой человек дорисовывает лицо, волосы и одежду, после чего на получившееся изображение прикалываются выбранные карточки. Прodelайте то же упражнение сами.*

Групповое задание:

Педагог: «На листках бумаги напишите имена всех участников группы, листки заверните и положите в шляпу. Один из участников вынимает листки, читает про себя имя, но другим его не сообщает. Затем он выбирает те карточки-характеристики, которые, на его взгляд, опи-

сывают выбранного человека. Каждый из членов группы делает предположение на основе данной характеристики, кто бы это мог быть».

После того как каждый высказал свое предположение, зачитывается имя, написанное на листке бумаги. Человек, чье имя оказалось на листке, может высказать свое мнение по поводу выбранных ведущим карточек-характеристик: насколько выбор был верным или неверным и почему. Можно учредить приз тому, кто сделает наиболее точное предположение.

Занятие «Чувства»

Приветствие. Упражнение «Анкета»:

Цель. Помочь подростку обдумать свои чувства и научиться их обсуждать с другими.

Педагог: «Ребята, вы сейчас будете работать с анкетой. Вам необходимо как можно более подробно заполнить анкету».

Анкета⁵:

- *Я счастлив, когда ...*
- *Я печалюсь, когда ...*
- *Я злюсь, когда ...*
- *Я выхожу из себя, когда ...*
- *Я в нерешительности, когда ...*
- *Я смущаюсь в случаях ...*
- *Мне не по себе, когда ...*
- *Мне страшно ...*
- *Я абсолютно уверен в себе в случаях, когда ...*
- *Я могу гордиться собой, когда ...*
- *Мне тяжело на душе, когда ...*
- *Я теряюсь, когда ...*
- *Я ощущаю собственную значимость, когда ...*
- *Я обижаюсь, когда ...*
- *Я чувствую себя сильным и смелым, когда ...*
- *Я плачу ...*
- *Я смеюсь*
- *Я нервничаю ...*
- *Мне больно ...*
- *Я чувствую себя хуже некуда, когда ...*

Беседа «Об одиночестве»:

- *В каких ситуациях человек чувствует себя одиноким?*
- *Как ты думаешь, часто ли люди чувствуют себя одиноким?*

⁵ Анкета предоставлена А.Л. Лихтарниковым.

- Долго ли длится это состояние?
- Кто чаще чувствует себя одиноко: дети или взрослые? почему?
- Кого можно назвать одиноким человеком?
- Что чувствует одинокий человек?
- Как он себя ведет?
- Может ли человек одиноко себя почувствовать в семье? почему?
- Может ли ребенок почувствовать себя одиноко среди других людей? Почему?
- Чувствовал ли ты себя одиноко?
- Когда ты чувствовал себя одиноко?
- В каких ситуациях ты чувствуешь себя одиноко?
- Может ли одинокий человек стать не одиноким?
- Что для этого нужно?

Упражнение «Мои лица»:

Цель. Помочь подростку обдумать свои чувства и научиться их обсуждать с другими.

Педагог.

- Как бы ты выразил свои переживания?
- Предпочитаешь ли ты выражать свои чувства или держать их в себе?

Раздайте карточки с контурами лиц и предложите подросткам дорисовать черты лиц так, как предложено (*Я счастлив. Мне грустно. Я злюсь. Мне страшно*).

Обсуждение упражнения:

- Когда у тебя такое лицо?
- Как еще окружающие могут понять, что тебе грустно?

Упражнение «Термометр раздражения»:

Цель. Обратит внимание на раздражение и злобу как на чувства, преобладающие у подростков в критических ситуациях и часто используемые ими для того, чтобы скрыть другие переживания, более сложные в выражении (например, печаль или неприятие). Помочь подросткам определить причины их раздражения и его корни, используя при этом термометр (для облегчения обсуждения того, к чему приводит раздражение в их повседневной жизни и как можно с этим бороться).

Объясните, что в отличие от общих заданий, которые выполнялись до этого, это упражнение концентрирует внимание на одном, всем присущем чувстве – раздражении (злобе).

Идея заключается в том, что раздражение подобно температуре. Отметьте вместе с молодым человеком на картинке термометра 0°С

(состояние покоя и полного контроля над собой) и 100°С (точка, когда мы «закипаем», наши эмоции выливаются наружу и теряется контроль над собой).

Предложите подростку подумать над тем, как он становится раздражительным, и оцените, какие степени состояния он переживает (отражайте их на схеме термометра). Сначала сконцентрируйтесь на промежутке от 0 до 25°С, когда подросток начинает чувствовать себя несправедливо обиженным. Около термометра – в соответствующем промежутке – подросток должен написать, когда и в каких ситуациях он чувствует, что к нему необоснованно придираются или несправедливо его третируют.

Затем сделайте то же по всем остальным степеням раздражения.

Обсуждение упражнения:

Сделайте работу, используя термометр для собственных переживаний, это поможет установить контакт с подростком и даст почву для полезных сравнений. Обратите особое внимание на уровень «кипения» при температуре 100°С, когда человек теряет над собой контроль. Обсудите, как проявляется злость, что люди при этом делают.

Упражнение «Эмоциональная тропинка»:

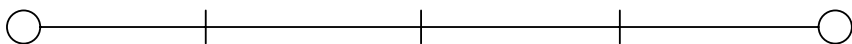
Цель. Развитие у подростков способности анализировать свое эмоциональное состояние на различных этапах развития конфликта.

Детям предлагается начертить «эмоциональную тропинку». Первая точка этой тропинки обозначает момент до начала конфликта («Все хорошо»), последняя – разрешение конфликта («Все снова хорошо»). Промежуточные точки обозначают различные этапы конфликта.

Нужно проанализировать какой-либо недавно произошедший конфликт. Для описания конфликта подростку необходимо выделить в нем различные этапы, на которых изменялось его эмоциональное состояние. На «Тропинке» изменение эмоциональных состояний обозначается значками и краткими высказываниями, выражающими их суть.

Например: *Я проснулся в плохом настроении, пришел в школу, а там некто рассказывает тупые анекдоты. Я попросил его заткнуться. Мы поссорились, потому что меня все бесит. Он рассказал анекдот про меня. Я обиделся и решил не разговаривать, но потом пожалел. И мы помирились.*

Все хорошо Меня все бесит! Я обиделся Я пожалел Все опять хорошо



Педагог: Какие перемены в эмоциональном состоянии повлияли на разрешение конфликта?

Упражнение «Круги взаимоотношений»:

Цель. Помочь подросткам распознать многие различные чувства и объяснить, почему они сложные. Помочь подросткам осознать взаимоотношения (позитивные и негативные) с окружающими их людьми. Научить подростков обсуждать свои сложные переживания.

Это упражнение особенно полезно при работе с подростками, подвергшимися насилию: оно может помочь им разобраться в своих неоднозначных чувствах по отношению к насильнику.

1. Вы вместе с подростками пишете (каждый на своем листе) как можно больше слов, обозначающих чувства, их оттенки, переживания и т.д. Когда ваша фантазия истощится, каждый по очереди зачитывает то, что он написал. Обратите внимание на то, какие чувства у вас совпали, а какие нет. Сконцентрируйте внимание подростка на чувствах, которые являются смешением позитивных и негативных переживаний.
2. На отдельном листе бумаги подросток рисует концентрические круги.

Пусть подросток вспомнит всех тех, кто играл или играет важную роль в его жизни. Необходимо подчеркнуть, что роль могла быть как позитивной, так и негативной. Подросток может включить в этот список также людей умерших или находящихся очень далеко.

После этого ребенок должен распределить имена по кругам в зависимости от «близости», которую он ощущает к данному человеку. Вы можете обсудить с подростком как каждого человека, так и всю получившуюся диаграмму в целом.

3. На другой стороне листа бланка с «кругами взаимоотношений» подросток записывает те чувства, которые испытывает к наиболее близким людям. Ему могут помочь слова, обозначающие чувства (см. п.1).

Обсудите проделанную работу.

Примите непосредственное участие в упражнении, что облегчит подростку общение с вами. Это довольно сложное, но эффективное упражнение. Учтите, что для некоторых подростков даже написать имя их обидчиков или насильников может быть почти невыполнимым заданием.

Упражнение «Написание писем»:

Цель. Переживание и обновление собственных чувств с помощью их описания. Написание письма как процесс очищения (катарсис).

1. Написание письма кому-то другому особенно эффективно при приступах злости и раздражения или в ситуации печали и страдания.

Письмо может выражать как позитивные, так и негативные чувства; молодой человек может выразить в нем все, что угодно. В принципе совсем не обязательно отсылать письмо тому, кому оно писалось, хотя в некоторых случаях это было бы уместным (но в любом случае не черновик).

2. Написание письма самому себе. Можно писать самому себе в настоящем времени или использовать концепцию «ребенка, которым я когда-то был», обращаясь к нему, как к отдельному лицу.

Таким образом можно привести собственные чувства в порядок, успокоить себя (например: «*в том, что случилось, нет твоей вины...*» или «*взрослые более сильные, они, а не ты решили, чтобы все произошло так, как случилось*») и ободрить.

Перед тем как приступить к этому упражнению, необходимо провести предварительную работу. Упражнение окажется чрезвычайно действенным, если использовать его в подходящее время. Описание чувств для других или для себя самого – это подготовка к осознанию позитивного восприятия и прямому выражению собственных переживаний.

Письменные упражнения особенно полезны при работе с подростками, подвергшимися сексуальному насилию. (Подумайте, как бы вы проводили занятия в этом случае, и обсудите с коллегами вашего учреждения.)

Занятие «Прошлое – настоящее – будущее»

Приветствие. Упражнение «Метафора»:

Цель. Через иносказание помочь подросткам проанализировать ситуацию, в которую они попали, обдумать линию своего поведения и решиться на изменение своей жизни.

Приведите примеры возможных метафор. Например:

1. «Корзина с мусором» – иллюстрация того, как прошлое воздействует на настоящее. Объясните, что в наших головах находится «корзина», в которую мы складываем «мусор» (воспоминания, мысли и чувства, причинявшие нам в прошлом боль и страдания). Если мы не вычистим эту корзину, то мусор будет постепенно накапливаться до тех пор, пока не начнет вываливаться через край, создавая нам тем самым проблемы в настоящем. Это всегда происходит в самый неподходящий момент – когда мы меньше всего этого ожидаем! Чтобы этого избежать, необходимо «вытряхивать» время от времени свою корзину. Это довольно сложная задача, но, в конце концов, результат может значительно облегчить нам жизнь.

2. «Замок» – иллюстрация того, как многие молодые люди замыкаются в себе. Они любят строить вокруг себя замки, вырывать перед ними глубокие рвы и «поднимать мосты», никого и ничего не допуская внутрь. Необходимо подумать, почему так получается, когда подросток начинает это строительство, и есть ли пути, по которым все же можно проникнуть за стены замка, т.е. может ли подросток снова доверять людям. Можно начать хотя бы с того, что «открыть все окна в замке и опустить мост через ров».
3. «Кирпичная стена» – препятствия во взаимоотношениях людей. Что символизирует стена? С чем можно соотнести каждый кирпичик этой стены? Как можно разрушить эту стену?
4. «Цветы» – необходимость в проявлении заботы и нежной любви. Поговорите о том, как много необходимо цветку, чтобы быть здоровым и хорошо расти, например, ему нужны вода, подходящие условия, солнечный свет, постоянная забота о почве и т.д. Соотнесите заботу о цветке с заботой, о ребенке. Что происходит, если цветок не получает всего, что ему необходимо? Что может произойти с ребенком?

Упражнение «Какой я есть и каким хотел бы быть»?

Для этого упражнения понадобятся два листа бумаги, цветные карандаши или фломастеры.

Ребенку предлагается нарисовать себя таким, какой он есть на самом деле, и таким, каким бы он хотел стать.

После рисования проводится обсуждение рисунков: в чем разница между ними, чем изображение реального «Я» отличается от идеального, что нужно делать, чтобы стать таким, как хочется, что мешает сделать это.

Практика показывает, что возможны четыре типа расхождения, между рисунками реального и идеального «Я».

1. Рисунки практически полностью совпадают. Ребенок не видит разницы между двумя «Я», он вполне удовлетворен собой, считая, что нет необходимости что-то в себе менять.
2. Реальное «Я» нарисовано крупнее, ярче, выразительнее, чем идеальное. Ребенок считает, что он самый умный, самый сильный, самый добрый, самый красивый, самый лучший. Часто такие рисунки характерны для детей, которые ставят себя выше других, зазнаются, презрительно относятся к окружающим, т. е. имеют внутреннюю установку «Я+ТЫ». Как правило, рисунки первого и второго типов характерны для детей с завышенной самооценкой.

3. Рисунки реального и идеального «Я» незначительно различаются между собой. Ребенок видит перспективы изменения себя и саморазвития, адекватно оценивает себя и свои возможности, при этом вполне ими доволен. Он имеет стремление стать лучше и знает, как этого добиться.
 4. Контрастное расхождение между реальным и идеальным «Я». Дети рисуют себя-реального одним цветом (как правило, темным), без элементов, подчеркивающих внешнюю и внутреннюю красоту. При изображении идеального «Я» используется большое количество цветов, дети изображают себя в яркой одежде, в движении. Дети, которые выполняют такие рисунки, считают, что нарисованный ими идеал недостижим и не пытаются к нему стремиться, т.е. обладают заниженной самооценкой.
- Обсуждение упражнения.

Занятие «Я в мире людей»

Приветствие:

Цель. Развивать коммуникативные навыки, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

Участникам предлагается образовать круг и разделить на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

Педагог: «Человек входит в воду. Почему у него появилось это желание? Может, он получил достаточное количество тепла на берегу и теперь решил охладиться, а может, ему просто необходимо перейти на другой берег. В любом случае – у него появилась потребность оказаться в новых условиях, а причин для этого может быть много. Что испытывает человек, только что вошедший в воду? Сначала тревогу, может даже и страх, затем дискомфорт от резкой смены температуры, затем он постепенно привыкает и уже не хочет выходить из воды – так она приятна и соответствует его ожиданиям.

Когда человек оказывается в новой жизненной ситуации, происходит нечто похожее. Если сельский житель решает переехать в город, сначала он будет испытывать тревогу, затем дискомфорт от большого количества людей, от шума и проч. Ему понадобится некоторое время, для того чтобы привыкнуть, почувствовать себя комфортно в новых условиях. Для каждого человека срок привыкания индивидуален.

Кому-то достаточно трех недель, а кому-то необходимо гораздо больше времени. Те же закономерности существуют при переходе из детского сада в школу, из начального в среднее звено, из школы в профессиональное учебное заведение. Что необходимо, чтобы лучше адаптироваться?» *(Прежде всего человек должен знать, что его ожидает, и быть к этому внутренне готовым).*

Упражнение «Жизненный путь»:

Участники выполняют коллаж на тему «Мой жизненный путь».

Педагог: «Вы идете по дороге, которая называется Жизнь... Откуда лежит ваш путь и куда? Каковы ваши основные достижения в прошлом, настоящем и будущем? Что помогает вам шагать по жизненному пути, а что препятствует? Кто и что вас окружает? И куда вы хотите прийти?.. Сделайте, пожалуйста, коллаж, который бы отражал ваш жизненный путь в прошлом, настоящем и будущем: основные достижения, планы, ваше окружение».

Упражнение обычно выполняется индивидуально, хотя может, при желании участников, проводиться и в микрогруппах. В качестве основы для коллажей используются листы формата А2-А3 или полотно светлых обоев. Помимо обычного комплекса изобразительных материалов (фломастеры, краски, иллюстрированные журналы, из которых можно вырезать приглянувшиеся картинки), целесообразно попросить участников принести для выполнения этого упражнения несколько собственных фотографий, отражающих значимые события их жизни. На выполнение коллажей дается 35-50 минут, потом проводится их презентация. Она организуется как экскурсия, на которой каждый из участников поочередно выступает в роли экскурсовода, представляющего группе свою композицию (3-5 минут на человека).

Упражнение способствует формированию более осмысленного отношения к планированию собственного жизненного пути. Оно дает повод задуматься, какие события наиболее важны и где источники ресурсов, на которые можно опереться при осуществлении «режиссуры собственной жизни», достижении поставленных целей и преодолении препятствий.

Обсуждение.

Какие эмоции и чувства возникали в процессе работы и возникают сейчас, при взгляде на готовые коллажи?

Что нового удалось понять о себе, своих жизненных целях и ценностях?

Насколько достижимо будущее, изображенное на рисунке, на что можно опираться, чтобы оно воплотилось в реальность?

Упражнение «Клубочек»:

Дети по очереди обращаются друг к другу со словами: «Я рад, что ты, Ира, рядом со мной». Первый играющий наматывает на палец конец нити от клубка и отдает клубок тому, к кому обращается. Участник, который получает клубок, обматывает нитку вокруг пальца, обращается к соседу и отдает ему клубок. Когда все будут соединены одной нитью, поднимают руки вверх, затем опускают их на колени. Очень важно все делать одновременно, чтобы не разрушить общий круг. Затем клубок сматывается в обратном направлении. При этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок, обращаясь к другому соседу с теми же словами.

Педагог: «Легко ли было говорить приятные вещи другим детям? Кто-либо тебе сегодня уже говорил что-нибудь приятное? Как ты себя сейчас чувствуешь?»

Педагог: «Человек не может существовать один. Он находится в системе взаимоотношений с другими людьми. Отношения членов коллектива, группы могут строиться на разных основах, носить характер взаимной поддержки или взаимного подавления. Взаимоподдерживающая система отношений объединяет людей, дает им возможность эффективно развиваться».

Инструменты повышения само- и взаимоеффективности:

- уважение друг к другу;
- стремление понимать и сопереживать друг другу;
- возможность открыто высказывать несогласие с решением других членов коллектива на основе уважения, тактичности (не используя инструменты подавления).

Упражнение «Доброе животное»:

Педагог предлагает представить, что вся группа превратилась в одно большое доброе животное. Все слушают, как оно дышит. Предлагается всем вместе подышать: вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Животное дышит ровно и спокойно. Затем предлагается послушать, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед. Стук – шаг назад. Очень важно все делать одновременно.

Педагог: «Все ли придерживались обозначенных правил? Понравилось ли тебе «животное», частью которого ты был? Что-нибудь удивило тебя в этой игре?»

Педагог: Послушайте *притчу* «Солнце и ветер»:

«Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан самым сильным из нас. Стал ветер дуть, очень старался,

но добился лишь того, что путник сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами. И путник сам снял свой плащ»

Педагог: «О чем эта притча? Какой вывод можно сделать?»

Упражнение «Давайте жить дружно»:

Участники делятся на пары, образуя два круга (внешний и внутренний). Если по команде ведущего игроки выкидывают один палец, то смотрят друг другу в глаза; если одновременно по команде (не договариваясь) выкидывают два пальца, то пожимают друг другу руки, а если три пальца, то обнимаются. Выполнив три задания в паре, внешний круг передвигается вправо, и все задания повторяются. Когда количество выкинутых пальцев в паре не совпадает, то выполняется команда, соответствующая меньшему количеству пальцев.

Обмен впечатлениями от занятия проводится по кругу с передачей друг другу горящей свечи.

Занятие «Люди вокруг меня»

Приветствие:

Цель. Рассмотреть различные человеческие отношения и на основе этого научиться видеть положительные стороны взаимодействия в коллективе, помочь выявить свои способности, которые будут способствовать при выполнении общего дела.

Игра «Поздоровайся, как я»

Цель. Реагирование, провокация и преодоление «здесь и сейчас» нерешительности, скованности через стимуляцию телесного контакта с другими; стимуляция положительных эмоций через необычность телесного контакта у нерешительных детей или у детей с депрессивным и тревожным фоном настроения; стимуляция гуманных чувств у конфликтных детей или враждебно настроенных к другим.

Педагог подходит к ребенку и предлагает: «Давай поздороваемся, вот так», – только указательными или большими пальцами, «А так можешь, кулачками?» – предлагает поздороваться кулаками и т. д.

Возможные правила-ограничения:

- *Если не поздоровался локтями, то глаза открывать нельзя;*
- *После того как поздоровался, надо сосчитать до 5-10 и тогда оторвать свой нос от носа товарища.*

Варианты игры.

Педагог упрощает, усложняет, варьирует необычность, новизну и неожиданность вариантов телесного контакта между детьми или взрослым и ребенком. Например, предлагает детям поздороваться подбо-

родками, лбами, ушами, попками; а можно предложить детям здороваться всем вместе: вдвоем, разбившись по парам, втроем, вчетвером, чтобы игра была веселее, эмоционально насыщеннее. Можно предложить здороваться с закрытыми глазами. Если ребенок отказывается от телесного контакта, то, чтобы не прерывать игровое взаимодействие с ребенком, можно предложить ребенку здороваться с игрушкой, с носками обуви; сказав: «Ну, если ты здороваться не хочешь, может карандаши или куклы поздороваются вместо нас?» Можно вложить в руки ребенка эти предметы и сделать это.

Упражнение «Приветствие»:

Участникам предлагается цветок с разноцветными лепестками, равными количеству участников. Каждый должен оторвать лепесток и отдать его своему соседу справа, при этом поприветствовать. Упражнение продолжается до тех пор, пока у каждого не будет по лепестку.

Упражнение «Пересортировка»:

Педагог убирает свой стул из круга, дает команду поменяться местами тем, у кого карие глаза (у кого есть домашнее животное, у кого обувь черного цвета, кто сегодня в джинсах, кто пил утром чай, кто встал в 8 часов утра и т.д.). Все, у кого присутствует названный признак, меняются местами. Кому не хватило места, тот становится ведущим. Упражнение продолжается до тех пор, пока все не поменяются местами.

Упражнение «Выбери цвет»:

Участникам предлагается разделить на две команды, по принципу считалочки «яблоки – апельсины». Каждой команде дается несколько листочков цветной бумаги (красный, синий, белый). Команда «Яблоки» готовит рекламу полученных цветов. Команда «Апельсины» готовит антирекламу этой же цветовой гаммы. Время на подготовку – 15 минут. По истечении времени проходит защита проектов (рекламных плакатов).

Упражнение «Снежки»:

Участникам группы предлагается разделить на две команды по предыдущей игре «яблоки – апельсины». Помещение делится на два поля «яблочный сад» и «апельсиновая плантация». Каждый участник получает по 1 листу бумаги формата А4, из которого он делает снежный ком. Задача каждой команды «забросать» территорию соседей. Время на проведение игры – 1 минута. После сигнального свистка побеждает та команда, у которой меньше снежков на территории.

Упражнение «Центр круга»:

Одному из участников группы предлагается стать в центр круга. Остальные участники находятся в 1 метре от «центра», затем все

становятся на 1 шаг ближе к центру, смыкаются в тесный круг, потом становятся спиной к «центру», затем каждый участник тренинга находит удобное место в помещении по отношению к «центру». (Здесь уместны близкие контакты; такие, как обнимание, поглаживание, а также контакты на расстоянии.) «Центром круга» должен побыть каждый из участников.

Упражнение «Плохое и хорошее»:

Участникам группы предлагаются два воздушных шарика (синий и розовый). На розовом шарике каждый из участников пишет положительный качества, которые он любит в окружающих его людях. На синем шарике – отрицательные качества, окружающих его людей. Каждое высказывание комментируется.

Подведение итогов упражнения: «Выделяя некие качества как негативные, каждый из нас предполагает, что именно оно (качество) вызывает негативные эмоции во время общения или контакта с окружающими. А может быть, мы негативно оцениваем именно те качества, на которые не знаем, как реагировать?»

Упражнение «Руки»:

Участники разбиваются на пары. Пары садятся друг напротив друга и ставят руки как в зеркальном отражении. Первая часть упражнения: выбирается ведущий и ведомый, во второй части ведущих нет. Участники должны повторять за своим партнером движения руками, а затем прислушиваться к действиям партнера, чтобы со стороны смотрелось, как зеркальное отражение.

Упражнение «Дракон»:

Участники становятся друг за другом паровозиком, положив на плечи друг другу руки. Первый человек – «голова дракона», последний – «хвост».

Задача «хвоста» – приблизиться к «голове», а задача головы – увернуться от хвоста. Упражнение заканчивается, когда все участники побывали в роли «головой» и в роли «хвоста».

Занятие «Поведение и культура»

Приветствие:

Цель. Стимулировать поведенческие изменения, обучать индивидуальным приемам межличностного общения.

Все участники встают в два круга (внутренний и внешний) лицом друг к другу. Задание: поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.

Упражнение «Массаж по кругу»:

Все участники стоят друг за другом, ладони лежат на плечах стоящего впереди. Каждый ребенок начинает осторожно массировать плечи и спину стоящего впереди. Через две минуты все поворачиваются на 180 градусов и массируют плечи и спину партнеру, стоящему с другой стороны.

Педагог: «Может ли человек, обладающий массой достоинств, быть некультурным? Есть ли взаимная связь в понятиях «поведение» и «культура»?»

Культурное поведение – это:

- *поведение человека в соответствии с теми нормами, которые выработало и которых придерживается данное общество;*
- *определенные способы общения, которые подсказывают правила поведения в той или иной ситуации.*

Эти способы общения учат нас правильно вести себя:

- *за столом;*
- *быть вежливыми и предупредительными со старшими;*
- *уметь вести себя в малознакомом и хорошо знакомом обществе;*
- *уметь вести себя в школе;*
- *с друзьями.*

Культура поведения воспитывается с детства. Хорошие манеры необходимы каждому. Если они станут внутренней потребностью человека, то помогут в значительной степени устранить множество поводов для плохого настроения, которое еще подчас порождает грубость и невоспитанность людей. «Добрые приличия опираются, как и требования хорошего вкуса, на здравый смысл, на законы человеческого такта, которые вырабатываются без особого труда у каждого, кто требователен к себе и внимателен к людям», – писал Лев Кассиль. Культурный человек – это человек, убежденный в правоте своего поведения. В моделях своего поведения в различных ситуациях он опирается не на необходимость соблюдать внешние приличия, а на свою совесть – мерило культурности человека.

Упражнение «Ворвись в круг»:

Дети должны встать в один большой круг, взяться за руки. Один ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в него. Как только ему это удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него.

Дайте возможность как можно большему числу детей проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился вне круга не более одной минуты.

Дети должны впустить этого ребенка в круг, а кто-то другой выходит из него и продолжает игру.

Обсуждение упражнения.

Что вы делали для того, чтобы проникнуть в круг?

Что вы чувствовали, когда были частью круга?

Что вы почувствовали, когда проникли в круг?

Упражнение «Оцени ситуацию»:

Участники работают в парах. Они получают карточки с указанием ситуации, которую нужно разыграть. Остальные дети оценивают реплики и поведение ребят. Для оценки сыгранных ролей используются флажки: красный флажок – человек поступает опасно; зеленый флажок – человек поступает верно; желтый флажок – человек поступает справедливо.

Ситуация 1. Купе поезда. В нем едут три человека. На очередной станции заходит новый попутчик. Показать, как будут общаться люди в купе.

Ситуация 2. В магазине стоит очередь. Вы попросили последнего в очереди предупредить тех, кто подойдет позже, что вы отошли в другой отдел. Когда вы пришли и заняли свое место, люди начали возмущаться.

Ситуация 3. Ваш лучший друг ведет себя неправильно. Вы это знаете. Ваши действия.

Группа высказывает мнение по разыгрываемой ситуации и выдвигает версии правильного поведения. Подросткам раздаются для заполнения карточки с перечнем нравственных качеств.

Нравственное качество	Свойства, признаки, элементы, характеризующие это качество личности	Степень сформированности
Человечность	1. Благодарность	
	2. Великодушие	
	3. Вежливость	
	4. Доброжелательность	
	5. Доброта	
	6. Сострадание	
	7. Милосердие	
	8. Любовь к людям	
	9. Забота о ближних	
	10. Послушание	
	11. Щедрость	
	12. Умение прощать	
	13. Внимание, внимательность	

Участники должны отметить степень выраженности этих качеств у самих себя. Оценивание идет следующим образом: «В» (высокая степень выраженности); «С» (средняя степень выраженности); «Н» (низкая степень выраженности); прочерк (отсутствие признака).

Упражнение «Подарок»:

Педагог: «Сейчас мы будем дарить друг другу подарки. Средствами пантомимы каждый изображает какой-либо предмет и дарит его соседу справа (это может быть цветок, мороженое, мяч и др.). За подарок необходимо поблагодарить».

Обсуждение упражнения.

Педагог: «О чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить подарок? Что проще: подумать, как действовать, или выполнить действие?»

Занятие «Конфликты: взрослые и дети»

Цель. Содействие созданию конструктивных отношений в диаде «ребенок – взрослый» через повышение психологической компетентности детей и взрослых по вопросам предупреждения и адекватного разрешения конфликтных ситуаций,

Игра «Приветствие»:

Всем участникам предлагается поздороваться с соседом слева за руку, произнося слова: «Здравствуй...! Я очень рад (а) тебя видеть!» Затем все берутся за руки и приветствуют всех участников нашего занятия.

Разминка «До десяти»:

Педагог объявляет, что будет называть любое число от 1 до 10. То же число участники должны показать на пальцах. Темп разминки должен быть быстрым.

Педагог: «Конфликты очень часто встречаются в нашей жизни. Мы конфликтуем дома, в школе, на улице, в магазине, на работе... Конфликты возникают как с хорошо знакомыми людьми, так и с совершенно незнакомыми, например, в очереди, в транспорте. В современном обществе невозможно избежать конфликтов. А впрочем, они нужны... Поскольку именно в споре рождается истина, можно сказать, что конфликты необходимо для развития ситуаций, отношений.

Но всем известно, что любой конфликт имеет пагубные последствия. Он всегда окрашен сильными эмоциями, в основном отрицательными. Конфликт сильно влияет на нервную систему человека и часто имеет “эффект последствия”. Поэтому необходимо уметь предотвращать конфликты или эффективно и безболезненно для обеих сто-

рон выходить из них. Помните: сегодня, не сумев сдержать эмоции, вы вступили в конфликт со сверстником, учителем, коллегой по работе, а завтра, действуя подобным образом, вы вступите в конфликт с близкими людьми, с теми, кто вам очень дорог. В случае, если вы не сумеете достойно выйти из конфликта, вы испортите отношения надолго или, кто знает, может, навсегда... Таким образом, если человек научится достойно выходить из конфликта или предупреждать его, то это умение он будет использовать и дома, и на улице, и на работе. Пожалуйста, ответьте на вопросы:

- *Что такое конфликт? Как он развивается (его основные стадии)?*
- *Как вы думаете, нужны ли конфликты в нашем обществе? Почему?*
- *Какие виды конфликтов вы знаете?*
- *Какие пять стратегий выхода из конфликтных ситуаций вы знаете? Какая из них является лучшей?*
- *Часто ли в детском доме происходят конфликты между детьми и взрослыми? Назовите вероятные причины возникновения конфликтов.*
- *При каких условиях конфликты между детьми и взрослыми можно предотвратить?*

Конфликт – это столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений, взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

Итак, конфликты возникают при наличии трех основных условий:

- присутствие двух или более людей;
- наличие противоположных взглядов, позиций и мнений;
- столкновение противоположно направленных взглядов, позиций и мнений.

Конфликтуют не люди сами по себе, а их мотивы, цели, взгляды и пр. Напомню, что ссора – это состояние отношений, характеризующееся негативными переживаниями, напряженностью, враждебностью. Ссора – это враждебность без противоборства. Ссора менее эмоционально окрашена, чем конфликт.

Любой конфликт имеет свое развитие во времени и пространстве. В основном выделяют три стадии конфликта:

- предконфликтная,
- собственно конфликт,
- разрешение конфликта.

Конфликт – это нормальное состояние общества; в любом обществе во все времена существовали, существуют и будут существовать

конфликтные ситуации. Давайте рассмотрим, какие виды конфликтов могут быть.

Межличностный – это ситуация, когда в противоречия вступают личности, то есть когда мотивы, интересы или способы действия разных личностей не совмещаются, противопоставляются друг другу. Проще говоря, когда в противоборство вступают двое и более людей, – это конфликт.

Межличностный – самый распространенный вид конфликтов, так как любой конфликт в конечном счете так или иначе сводится к межличностному. К межличностному конфликту можно отнести семейный конфликт. Под семейным конфликтом понимаются определенные отношения между членами семьи, порожденные противоречиями ее развития и функционирования как системы, посредством которого они разрешаются. Семейные конфликты включают в себя конфликты между супругами, родителями и детьми, конфликты с представителями старшего поколения. Семейный конфликт возникает по поводу выполнения семьей ее функций, психологической структуры семейных отношений, определения семейных целей и задач развития на каждой стадии жизненного цикла семьи, системы семейных ценностей и ее соответствия индивидуальным ценностям членам семьи. Семейный конфликт воспринимается и переживается членами семьи как расхождение, столкновение их интересов, целей, потребностей и т.д.

Внутриличностный – порождается противоречием мотивов, целей, взглядов и ценностей одного и того же человека. С одной стороны, он имеет желание что-то сделать, а с другой – по каким-то причинам не может позволить себе это осуществить. Такая ситуация также вызывает внутреннее напряжение, беспокойство, что может закончиться конфликтом с самим собой. Мало кому удастся избежать внутриличностных конфликтов.

Если такое состояние сохраняется достаточно долго, человек никак не может определиться, сделать выбор, найти компромисс с самим собой, то это может закончиться неврозом.

Деловой – конфликт, возникающий в сфере деловых отношений и не затрагивающий собственно личности участников.

Явный (открытый) – начинается с открытой дискуссии, вызванной разногласиями, и может касаться разного способа решения какой-то проблемы.

Скрытый («подспудный») – характеризуется скрытой враждебностью, отсутствием открытой дискуссии.

Сглаженный – чаще касается не самых важных для участников проблем, при решении которых они легко могут уступить друг другу, хотя чувство неудовлетворения и присутствует. Чаще он характеризуется тем, что чувства «загоняются» в сферу подсознания, пересиливает разумная оценка ситуации с целью предотвратить переход конфликта в острую форму.

Острый – возникает тогда, когда спорный вопрос приобретает для участников определяющее личностное значение, отношения переводятся в область чувств и эмоций, а ситуация приобретает характер «театра военных действий». В этом случае конфликт нередко разворачивается на глазах третьих лиц, втягивая их в свою орбиту. Участники «переходят на личности», стремятся скомпрометировать друг друга. Часто теряется объективное зерно конфликта. Однако острый конфликт может иметь и позитивный вариант. Когда решается принципиальный вопрос, вызывающий разногласия участников, а время решения ограничено, то нередко мы тоже наблюдаем форму острого конфликта. Правда, в этом случае приход к общему решению более вероятен».

Обсуждение *басни И.А. Крылова «Лебедь, Рак и Щука»*:

Педагог: «Ребята, сейчас я прочту вам басню И.А. Крылова «Лебедь, Рак и Щука», а вы должны определить, есть ли в этой басне конфликт?»

*Когда в товарищах согласья нет,
На лад их дело не пойдет,
И выйдет из него не дело, только мука.
Однажды Лебедь, Рак и Щука
Везти с поклажей воз взяли;
Из кожи лезут вон, а возу все нет ходу!
Поклажа бы для них казалась и легка:
Да Лебедь рвется в облака,
Рак пятится назад, а Щука тянет в воду.
Кто виноват из них, кто прав, – судить не нам;
Да только воз и ныне там.*

Педагог: «Как можно назвать конфликт в басне? (*Это межличностный конфликт.*) Как можно было бы его разрешить и можно ли вообще его разрешить?»

Педагог: «Давайте разберемся, а как же вести себя при конфликтах?»

Кеннет Томас выделил пять основных стратегий:

Конкуренция, соперничество («акула») – стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

Сотрудничество («сова») – выбор альтернативы, максимально отвечающей интересам обеих сторон.

Компромисс («лиса») – выбор, при котором каждая сторона что-то выигрывает, но что-то и теряет.

Избегание, уклонение («черепашка») – уход от конфликтных ситуаций, отсутствие как стремления к кооперации, так и попыток достижения собственных целей.

Приспособление («медвежонок») – принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого.

Педагог: «Как вы думаете, какой стиль разрешения конфликта в басне “Лебедь, Рак и Щука”? В каком случае они смогли бы столкнуться с поклажей?»

Педагог: «А какими могут быть причины конфликтов?»

Участники выделяют не менее пяти причин, по которым происходят конфликты между детьми и взрослыми.

Педагогу рекомендуется начать свое выступление со слов: «Нам не нравится, что дети (взрослые)...», «Нас огорчает, что дети (взрослые)...». (*Причины желательно записать на доске или листе ватмана.*)

Упражнение «Анализ конкретных ситуаций»:

Участникам предлагаются конфликтные ситуации, которые нужно проанализировать и найти эффективные пути выхода из них.

Примеры ситуаций для анализа.

Ситуация 1. Ты договорился (-лась) идти на дискотеку с друзьями (подругами) по случаю дня рождения друга (подруги). Сообщив об этом педагогу накануне, ты слышишь: «Никуда ты не пойдешь на ночь глядя, посидишь и без дискотеки!»

Ситуация 2. Заметив беспорядок в комнате, педагог указывает тебе на это. Между вами происходит следующий диалог:

– Когда же ты, наконец, начнешь убирать за собой, вещи?!

– Уберу когда-нибудь, отстаньте!

– Ты как со мной разговариваешь?

– А что я такого сказал?

– Ты еще и препираться со мной будешь. Сейчас же прибери!

– Когда захочу, тогда и приберу, а сейчас мне некогда!

Ситуация 3. Педагог сообщает детям:

– Так, сегодня никто никуда не уходит. Будет беседа с инспектором центра занятости.

Тут один подросток заявляет:

– У меня сегодня соревнования по футболу в школе, мне нужно уйти.

На что педагог отвечает:

– Ничего, пропустишь!

Подросток:

– А я все равно уйду!

Педагог: «Рассмотрев ситуации, вам необходимо:

- выделить причину конфликта;
- мотивы, которые столкнулись;
- рассказать о своих чувствах».

Детям предлагается в конфликте защитить взрослых, а взрослым – детей. Начать следует с фразы:

«Я понимаю подростка (взрослого), потому что...»

Мозговой штурм «Как предупредить конфликты детей и взрослых?»:

Каждый подросток предлагает свои варианты предупреждения конфликтных ситуаций между детьми и взрослыми. Варианты желательно записать.

Подведение итогов занятия:

Каждого подростка просят поделиться впечатлениями о том, изменилось ли что-то в его взглядах на конфликт.

Педагог: «Успех и счастье в жизни в значительной степени обусловлены гармонией отношений с окружающими и с самим собой. Важно чувствовать себя уверенно, и тогда возникающие на вашем пути препятствия будут преодолены, вы сможете достигнуть нужной цели, жить радостной и полноценной жизнью. Я надеюсь, что смог помочь вам поверить в свои силы, в возможность удачного разрешения большинства проблем. Будьте счастливы!»

Занятие «Семейные конфликты и пути их разрешения»

Цель. Повышение уровня знаний подростков о культуре семейных взаимоотношений.

Упражнение «Путаница»:

Участникам предлагается сойтись в центре помещения, вытянув руки вперед, а затем взяться за руки так, чтобы в одной руке оказалась одна рука другого человека. Задача – распутать клубок, не разрывая рук.

Педагог: «Это упражнение помогает нам быть вместе, спокойно и культурно общаться, стараться выслушать мнение каждого и оказывать помощь друг другу».

Просмотр фрагмента кинофильма «Любовь и голуби»:

Детям показывают отрывок из фильма – конфликтную семейную ситуацию.

Педагог: «Что вы увидели на экране? (*Люди ссорятся, ругаются.*) Как вы думаете, что произошло между людьми? (*Конфликт.*) Что такое конфликт? (*Когда у людей возникает проблема, они не могут ее решить, и поэтому они ссорятся, злятся.*) Кто участники данного конфликта? (*Мужчина и женщина, муж и жена.*) Что значит семейный конфликт? (*Когда ссорятся в семье муж и жена или родители и дети.*) Какие чувства испытывают конфликтующие люди? (*Плохие: злость, обида, досада, грусть, огорчение, разочарование.*) А какие чувства испытывали вы, когда смотрели этот фрагмент?» (*Ответы детей.*)

Упражнение «Собери фасоль»:

Для выполнения следующего задания педагог обращается к воспитаннице:

– Света, собери фасоль.

После того как девочка справляется с заданием, психолог предлагает сделать то же самое по парам:

– Теперь вместе соберите фасоль.

По окончании педагог спрашивает детей: Ребята, когда задание было выполнено быстрее? Как приятнее выполнять работу – вместе или одному? В какой семье людям приятнее жить: в той, где супруги выполняют домашнюю работу вместе или в которой все домашние обязанности выполняет один супруг? Когда люди будут работать вместе, когда будут понимать и прощать друг друга, тогда в семье не будет конфликтов.

Педагог: «Какие положительные качества необходимо в себе воспитывать, чтобы избежать конфликта?»

Упражнение «Обсуждение конкретных ситуаций»:

Педагог: «Я расскажу вам случаи из жизни, а вы послушайте и скажите, являются эти ситуации конфликтами или нет».

Ситуация 1. Переполненный пассажирами автобус. Мужчина нечаянно толкнул девушку и не извинился. Девушка больно ударилась и в ответ наругала мужчину.

Педагог: «Эта ситуация является конфликтом?» (*Да.*)

Ситуация 2. Жена попросила мужа вынести мусорное ведро. Муж смотрел телевизор и не выполнил просьбу. Жена разозлилась и стала ругаться.

Педагог: «Эта ситуация является конфликтом? (*Да.*) Какой из данных конфликтов является семейным? (*Второй.*) Как следует разрешить этот конфликт? (*Не ругаться, не кричать.*) (*Мужу извиниться и выполнить просьбу жены.*) Если супруги вместе выполняют семейные обязанности, это значит, что они сотрудничают».

Инсценировка ситуации семейного конфликта:

Педагог: «Представьте ситуацию: жена только что вымыла пол. Муж зашел в грязной обуви. Каково может быть поведение жены и мужа в данной ситуации?»

Дети разыгрывают два варианта: негативное развитие ситуации – конфликт и позитивное развитие ситуации.

Вариант с отрицательным решением: кричат, ругаются, ссорятся.

Педагог: «Вам приятно было присутствовать при этой ситуации? Как должны были правильно поступить муж, жена?»

Вариант – конфликт не состоялся: «муж» и «жена» спокойно обсудили ситуацию, помогли друг другу.

Педагог: «Вам приятно было присутствовать при этой ситуации? Правильно ли поступили муж, жена?»

Педагог: «Ребята, как вы думаете, какой самый важный момент разрешения конфликта? (Это примирение, прощение). Очень важно стремиться разрешить семейный конфликт, и это можно сделать, если вы:

– постараетесь спокойно выслушать другого человека;

– объясните, чего вы хотите;

– будете стремиться к сотрудничеству и принятию общего решения».

Педагог: «Сейчас я предлагаю вам побыть в роли супругов и попросить прощения за случившуюся ссору».

Ситуация 1. Муж подарил жене духи. Жене подарок не понравился. «Фу, этот запах мне не нравится!» – резко сказала она. Муж очень обиделся и не желает общаться с женой.

Педагог: «Надо ли в этой ситуации просить прощения? (*Да.*) Покажите, как правильно просить прощения и принимать извинение в данной ситуации».

Ситуация 2. Жена приготовила для мужа праздничное блюдо. Муж попробовал и сделал замечание, что мясо пересолено. Жена очень обиделась, расплакалась.

Педагог: «Надо ли в этой ситуации просить прощения? (Да). Покажите, как правильно попросить прощения и принимать извинение в данной ситуации».

Ситуация 3. Мужа и жену пригласили в гости. Сидя за столом, жена в грубой форме делает замечания мужу: «Что ты чавкаешь?», «Куда ты смотришь?»; «Что ты несешь всякую ерунду». Муж рассердился и нагрубил жене.

Педагог: «Надо ли в этой ситуации просить прощения? (Да). Кто должен просить прощения? (Жена). Покажите, как правильно попросить прощения и принимать извинение в данной ситуации».

Ситуация 4. Муж пришел с работы уставший и голодный. Жена смотрит сериал, а ужин не готов. Муж упрекнул жену.

Педагог: «Надо ли в этой ситуации просить прощения? (Да). Кто в этой ситуации не прав? Покажите, как правильно попросить прощения и принимать извинение в данной ситуации».

Беседа: «Взаимоотношения в семье»:

Педагог выясняет, как дети понимают, что значит любить родителей, близких родственников, в чем выражается эта любовь. Далее педагог рассказывает о том, как хорошо работают родители на производстве, как много они делают дома, как помогают им по хозяйству бабушка и дедушка, что полезного делает дома тот или иной ребенок, а также о том, какими должны быть взаимоотношения в семье.

В конце беседы педагог рассказывает *притчу* «Три сына»:

Три женщины встретились у колодца со стариком. Все они имели сыновей. Одна из них хвалила своего сына за то, что он прекрасно поет. Вторая стала хвалить своего сына за то, что он прекрасный танцор. Третья молчала. Но тут подошел мальчик и взял у нее тяжелые ведра. «А где же три сына? – спросил старик. – Я вижу только одного».

Дети рассуждают о том, почему старик назвал сыном того мальчика, который поднес матери ведра с водой, а не того, кто хорошо пел или хорошо танцевал.

Педагог: «Давайте теперь поговорим о толерантности в семье».

– *Какие примеры толерантного поведения вы можете привести из своей жизни?*

– *Совместимы ли понятия «толерантность» и «семья»?*

Педагог: «В основе взаимоотношений в семье – главное терпимость, уважение, любовь, понимание, прощение. Это и называется толерантность».

Педагог: «В Китайском эпосе есть одна притча, которая лучше всего подойдет нас к выводу в нашем диспуте». Читает *притчу* «*Ладная семья*»:

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете, но дело в том, что семья была особая, мир и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров.

Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Писал долго. Видно, не очень силен был в грамоте.

Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: ЛЮБОВЬ, ПРОЩЕНИЕ, ТЕРПЕНИЕ. И в конце листа: Сто раз ЛЮБОВЬ, Сто раз ПРОЩЕНИЕ, Сто раз ТЕРПЕНИЕ. Прочел владыка, почесал, как водится, за ухом и спросил:

– И все?

– Да, – ответил старик, – это и есть основа жизни всякой хорошей семьи. – И, подумав, добавил: – И мира тоже.

Упражнение «Моделирование реальных ситуаций»:

Педагог: «Давайте обсудим ситуации»:

1. «Мать и сын». Мать пришла с работы, села на стул и говорит, что очень устала, а надо еще идти за картошкой. Сын подходит к матери и говорит, что сходит в магазин, спрашивает, что еще нужно купить.
2. «Бабушка и внуки». Бабушка сидит и вяжет, роняет спицу, наклоняется, ищет ее. Рядом за столом делают уроки внук и внучка. Бабушка просит девочку помочь найти спицу, но та отвечает, что ей некогда – она уроки делает. Внук встает и подает бабушке спицу, та благодарит его.
3. «Помощница». Таня спрашивает Олю: «Ты, почему гулять не выходила?» Оля отвечает: «Я маме помогала, а ты помогаешь?» – «Нет, она не просит», – отвечает Таня.

Далее детям предлагается сюжет для устного разбора:

Жили мать и сын. Мама много работала, уставала, но старалась принести сыну что-нибудь вкусное. Сын не забывал благодарить мать и предлагал ей съесть конфету или яблоко, которые она приносила, но та каждый раз отказывалась. Однажды мама пришла очень усталой. Было много работы, она не успела пообедать, но яблоко сыну принесла. Мальчик предложил его матери. Мама яблоко съела. Сын очень обиделся.

Педагог: «Почему обиделся сын?»

Занятие «Всему начало – отчий дом»

Цель. Воспитание отношения к семье как к базовой ценности общества.

Педагог: «Добрый день! Я неслучайно выбрал такую не совсем обычную форму общения – круг. Как вы думаете – почему?.. Да, круг – это наиболее совершенная фигура, в кругу проще вести открытый разговор. Это еще и возможность некоторое время быть вместе, вот так глаза в глаза, рука к руке. Круг – это гарантия вашей защищенности. Я напомню вам несколько неотложных правил, которые при этом нужно выполнять:

1. В кругу все равны.
2. Можно высказывать любое мнение, не задевая при этом достоинство присутствующих.
3. Говорит один, все слушают, не перебивая.
4. Можно не отвечать на вопрос, если очень не хотите или не можете».

Упражнение: «Как вы себя чувствуете?»

Педагог: «Чтобы снять некоторое напряжение и волнение, которое у нас с вами присутствует, выполним несложное упражнение. С помощью описания погоды постарайтесь выразить свое настроение и самочувствие сейчас». *(Все по очереди высказываются.)*

Педагог: «Мы сегодня будем говорить по теме «Всему начало – отчий дом». Чтобы настроиться на этот разговор, прослушаем небольшой фрагмент песни». *(Звучит фрагмент песни «Родительский дом»).*

Педагог: «Всему начало – отчий дом. У каждого человека есть свой дом. Что же такое дом? *(Отвечают все по кругу)*. Слова «отчий дом», «семья» входят в наше подсознание с первых дней жизни. Семья – это великий дар. Когда-то Лев Толстой сказал: “Счастлив тот, кто счастлив у себя дома”».

Педагог: «В сказочных повествованиях дом выступает символом материнского лона (не случайно большинство сказок и былин начинаются с того, что герой выезжает из дома, отправляясь в путь-дорогу).

В России существовал обряд, который сохранился и в настоящее время (на Дону, в селах Астраханской области). Трехлетнего мальчика сажали на коня, надевали на него “взрослый” ремень, давали в руки “взрослое” оружие и помогали трижды объехать вокруг дома. Обряд сопровождался заговором, а часто и исполнением казачьих песен. Троекратный объезд дома имел сакральный смысл: действие выступало в качестве оберега дома, а дом, в свою очередь, становился источником силы для будущего защитника. После прохождения этого обряда мальчика начинали учить основным мужским работам, требовать соблюдения норм поведения, принятых для мужчин.

Девочке трехлетнего возраста впервые давали в руки веретено и сажали за прялку. Прядение считалось не только исконно женским делом, но и сакральным действием. Наши предки полагали, что прядущая девушка (женщина) прядет судьбу себе и дому. Поэтому важно было, чтобы первая сплетенная нить была без узлов, длинной и ровной. Этой первой спряденной нити придавали огромное значение: она хранилась в доме до свадьбы, и именно ею мать опоясывала невесту в этот день.

Чем же является дом для каждого из нас? Не там ли мы можем побыть наедине с собой, а также встретиться с родными и близкими людьми? Не место ли это для трапезы, радости от общения с любимым человеком, сна и отдыха? Дом для человека – место, где он находит мир, приют и пристанище до тех пор, пока длится его земное существование. Думая о бездомных людях, тех, кто живет в приютах или на улице, или о беженцах, живущих во временных лагерях, мы осознаем, какое это счастье – иметь дом. “Худо тому, кто живет в чужом дому”, – замечено в народе.

Ощущение родного гнезда вместе с восторгом младенческих, детских и отроческих впечатлений рождается стихийно. Родная природа, как и родная мать, может быть только в единственном числе. Все чудеса и красоты мира не могут заменить какой-нибудь невзрачный пригорок с речной излучиной, где растет береза или верба. Еще милее становятся родные места, когда человек приложил к ним руки, когда каждая пядь близлежащей земли знакома на ощупь и связана с четкими бытовыми воспоминаниями. Родной дом, а в доме очаг и красный угол были средоточием хозяйственной жизни, центром всего крестьянского мира. Этот мир в материально-нравственном смысле со-

ставлял последовательно расширяющиеся круги, которые замыкали в себе сперва избу, потом весь дом, потом усадьбу, покотину, наконец, гари и дальние лесные покосы, отстоящие от деревни иногда верст на десять-пятнадцать.

По своей значимости “родной дом” находился в ряду таких понятий, как смерть, жизнь, добро, зло, Бог, совесть, родина, земля, мать, отец. Родимый дом для человека есть нечто определенное, конкретно-образное. Образ его не абстрактен, а всегда предметен, точен и.. индивидуален даже для членов одной семьи, рожденных одной матерью и выросших под одной крышей».

Педагог объясняет, что каждому человеку необходимо уделять огромное внимание порядку в своем доме, и вот по каким причинам.

Во-первых, это спасение себя и своей семьи от “непогод жизни”, защита своих родных от беспризорности.

Во-вторых, в доме человек может жить, творить, организовывать свое личное пространство и время, в котором он понят, принят и обладает абсолютной ценностью.

В-третьих, дом – это место защиты каждого человека, где он спасается от зла и укрывает свое тело от глаз других людей. Это убежище во времена борьбы или несчастий. “Сидите, дома и никуда не выходите”, – советуют родители детям во время опасности.

В-четвертых, большую часть своего времени люди проводят дома, особенно в очень жаркую или очень холодную погоду, в раннее или позднее время суток, в конце тяжелого рабочего дня, и это время должно быть потрачено с пользой, на благо себе и своей семье, в противном случае это будет пустая или пагубная трата времени.

В-пятых, и это самое важное, – внимание к дому является основным элементом построения государства, так как общество состоит из хозяйств и семей, подобно тому, как строение – из свай и кирпичей. Хозяйства формируют округу, а округи, в свою очередь, – общины. Если составные части прочны, общество будет построено по мудрым законам.

Сегодня, к сожалению, многие дома переполнены недостатками, злом, примерами невнимательности, что заставляет задуматься над тем, как избежать всего этого, что необходимо сделать, чтобы в семье царил атмосфера чистой привязанности и нежного взаимного сочувствия?

А что же такое очаг? Издавна в каждом доме имелся некий центр, средоточие, нечто главное по отношению ко всему подворью. Этим

средоточием, несомненно, всегда был очаг, русская печь, не остывающая, пока существует сам дом и пока в нем есть хоть одна живая душа.

Каждое утро на протяжении многих веков возникает в печи огонь, чтобы греть, кормить, утешать и лечить человека. С этим огнем связана вся жизнь. Родной дом существует, пока горит очаг, это тепло равносильно душевному».

Семья – это микрокосмос всего мира. Чтобы понять его, достаточно познать семью. Проявления власти, интимности, независимости, доверия, навыков общения, существующих в ней, – ключ к разгадке многих явлений жизни. Если мы хотим изменить мир, полагают известные психологи, нужно изменить семью.

Из чего складывается семейное счастье? Каждому из нас нужно такое место, где не надо притворяться, где тебя не обманут, где тебе спокойно и хорошо, где можно отдохнуть душой. Такое место твоя семья, дом. (Педагог показывает плакат «7 Я – моя радость».) Как вы думаете, почему слово семья состоит из 7 Я?»

Как появилось слово «семья»?

Когда-то о нем не слыхала земля.

Но Еве сказал перед свадьбой Адам;

Сейчас я тебе семь вопросов задам:

Кто деток родит мне, богиня моя?

И Ева тихонько ответила: «Я».

Кто платье сошьет, постирает белье.

Меня приласкает, украсит жилье?

Ответь на вопрос подруга моя?..

– Я, я, я, – Ева молвила. – Я.

Сказала она знаменитых семь «Я».

И так на земле появилась семья.

Педагог: «А сейчас закройте, пожалуйста, глаза и попытайтесь представить... Перед нами чистый уютный дворик. Красиво выложенная дорожка ведет к дому. Мы идем не спеша, любуясь многообразием цветов, заботливо выращенных хозяевами. И вот, поднимаясь по ступенькам резного крылечка, мы попадаем в дом. Теплом и уютом повеяло на нас от потрескивания дров в камине, от запаха пирогов, от свежесдобитого хлеба, дымящегося кофе...

Откройте глаза. Вам понравился этот дом?»

Педагог: «Теперь разведем очаг и согреем наш дом. (Педагог снимает «фасад дома», под ним виден «камин».) У нас есть дрова, их надо положить в камин и развести огонь». (Поочередно выходят дети, чи-

тают надпись на дровах и отвечают на вопрос: Кто эту обязанность выполняет у вас дома?)

Надписи на «поленях дров» (с обратной стороны):

«Стирать, приготовить обед, мыть обувь, ухаживать за домашними животными, готовить ужин, пылесосить в доме, готовить завтрак, поливать комнатные растения, позаниматься с младшими братьями, сестрами, вынести мусор, подоить корову, сходить в магазин, прополоть грядку, отнести бабушке продукты, вымыть посуду, вымыть пол, вскопать грядки»

Педагог: «И вот уже весело потрескивают дрова в камине, теплом и светом наполняется наш дом. Обратим внимание, чьими стараниями это достигается в ваших семьях: большую часть домашних забот выполняет ... И все-таки пример современных семей опровергает отчасти стихотворение о Еве. Если каждый член семьи имеет свой участок работы, тогда в доме есть уют, тепло и гармония. Там, где все заботы по дому лежат только на женских плечах, домашние обедняют себя радостями, там, как правило, царят раздражение, непонимание, разрыв в общении. Мы сейчас определим, какие бывают семьи. Давайте разделимся на 4 команды по принципу: зима, весна, лето, осень. Командам необходимо придумать прилагательные к слову «семья».

«С» – счастливая, славная, спортивная, современная, симпатичная, ...

«Е» – единая, единственная, единомыслящая, ...

«М» – маленькая, милая, музыкальная, многодетная, мечтательная, ...

«Я» – ясная, языковедческая, яркая, ...

Педагог: «В народных пословицах и поговорках хорошо сказано о том, что не так-то просто поддерживать семейный очаг, семейное тепло. Я сейчас буду говорить начало пословиц, а вы должны их закончить».

- В гостях хорошо, а дома лучше.*
- Дом вести, не бородой трясти.*
- Без хозяина дом сирота.*
- Дом невелик, да лежать не велит.*
- Дом построить – не шапку на голову надеть.*
- Домой придешь – хлеб-соль найдешь.*
- Домом жить – обо всем тужить.*
- Не красна изба углами, красна пирогами.*
- В семье разлад, так и дому не рад.*
- Семья без детей, что цветок без запаха.*

- *Согласную семью и горе не берет.*
- *Не нужен клад, когда в семье лад.*

Педагог: «Не всегда все благополучно в семье. Порой набегают и тучи. Что является причиной непогоды в доме? Как вы думаете? Назовите, какие ваши черты характера могут вызвать непогоду в доме? А теперь разгоним тучи над домом». (*Участники снимают «тучи», читают надписи на них и откладывают в сторону.*)

Надписи на тучах: *лень, грубость, упрямство, несдержанность, вспыльчивость.*

Педагог: «Вот уже засияло солнышко. (*Педагог прикрепляет «солнце» над домом.*) Мы с вами разогнали тучи и выяснили, что погода в доме зависит во многом и от вас самих и вашего поведения...»

Педагог: «Опыт человечества, отраженный в христианской нравственности гласит: “Почитай отца своего и мать”, – это первая заповедь с обетованием (т.е. обещанием). “Да будет тебе благо и будет долголетие на земле”... В послании апостола Павла ефесянам сказано: “почитай”, – не сказано: “люби”. Чувствуете разницу? Речь идет о долге перед родителями. Любить можно и безотчетно, долг же требует осмысления и душевной работы. Искра тепла к старшим и уважения к ним должна быть всегда сохранена. Это будет и примером нравственной долга».

Педагог: «Повторим упражнение, с которого начали встречу. Кратко, с помощью описания погоды, сообщите: как изменилось у вас настроение? Как вы себя чувствуете? Что у вас на душе?»

Занятие «Ассоциация к слову семья»

Приветствие:

Цель. Возможность почувствовать себя в игровой ситуации. Обсуждение того, что такое семья.

Педагог: «Сегодня мы начинаем играть в семью. Вы помните, что такое ассоциации: это слова или понятия, которые первыми приходят вам в голову. Сейчас по очереди назовите, с чем ассоциируется у вас слово семья... Прекрасно. Вы видите, что семья – очень многоплановое понятие».

Педагог: «Вы помните, что такое герб? Вот, например, какой герб у Томской области. Герб представляет собой французский щит с зеленым полем, в щите скачущий в правую сторону серебряный конь с червлеными глазами и языком. Щит увенчан большой императорской короной, окруженный золотыми дубовыми ветвями, перевитыми лентой, имеющей цвета флага Томской области.

Герб зримо представляет существующие связи между членами семьи, он является связующим звеном между прошедшими, нынешними и будущими поколениями».

Происхождение гербов уходит в глубь веков. Прообразы гербов – различные символические изображения, помещаемые на военные доспехи, знамена, перстни и личные вещи – применялись еще в древности. И легендарные герои, и реальные исторические личности, например, цари и полководцы, часто имели личные эмблемы. Так, шлем Александра Македонского украшал морской конь (гиппокамп), шлем Ахиллеса – орел, шлем царя Нумибии Масиниссы – пес, шлем римского императора Каракаллы – орел. Щиты также украшались разнообразными эмблемами».

Упражнение «Создай герб своей семьи»:

Педагог: «Попробуйте создать герб семьи. На это задание вам дается 20 минут...

Положите рядом все ваши рисунки. Есть ли у каких-то из них общие черты?..»

Упражнение «Семь – Я»:

Цель. Нахождение общности и подчеркивание индивидуальности членов игровой семьи.

Педагог: «Сейчас вы выберете фамилию для вашей семьи. Определите имя и семейную роль каждого. Запишите их каждый на карточке-бейдже и прикрепите себе на грудь. Подумайте, какая общая черта есть у всех членов вашей семьи, и чем они отличаются. Можете обозначить эти черты с помощью грима, лент, тесьмы, бандан и т.д. На это Вам дается 15 мин...»

Педагог: «Теперь каждый глава семьи по очереди представит свою семью и расскажет немного о ее особенностях».

Работа с представлениями о семье.

Упражнение «Моя жизнь»

Педагог: «Нарисуй отрезок. Раздели его на три части, которые соответствовали бы прошлому, настоящему и будущему. Поставь значок, где ты сейчас. Какая часть жизни уже пройдена, какая – впереди? Поделись своими мыслями о прошлом (запиши их условно под отрезками соответствующих частей линии). Где твои истоки, что происходило в детстве, в ранние годы? Что происходит в настоящем, что тебя занимает, увлекает сейчас? Что будет в твоём будущем, твои цели и мечты?»

Модификация:

Выбирается доброволец.

Педагог: «Эта линия на полу будет обозначать всю твою жизнь. Пусть кто-то из участников будет обозначать начало твоей жизни, другой участник – сегодняшний момент, и третий – конец твоей жизни. Пройди по этой линии, останавливаясь на разных участках, и расскажи, какова твоя жизнь в эти разные периоды».

Упражнение «Дерево»

Педагог: «Ребята, давайте нарисуем дерево».

«Корни дерева – наше прошлое». Чтобы помочь детям осмыслить свое прошлое, им задается вопрос: «Почему ты такой, какой есть? Что повлияло на твой характер?».

«Ствол дерева – настоящее». С целью более глубокого осмысления своего настоящего детям предлагается поразмышлять над собственной жизнью и изобразить настоящее в виде «Линии жизни». «Ветви дерева – будущее». Будущее – это мечты, надежды, планы. Детей просят изобразить себя и свою мечту на больших листах бумаги с помощью красок и вырезок из журналов. Это задание должно помочь ребенку понять собственное «я». Размышления о будущем, выраженные в виде коллажа, отражают пожелания и чувства детей.

Упражнение «Мой жизненный путь»

Педагог: «Путник шел по дороге, которая называлась “Жизнь”. Дорога привела его к перекрестку. Путник остановился, осмотрелся и задумался. По какому пути идти дальше? Представь себя на месте этого путника... О чем ты думаешь, что ты чувствуешь? Перед тобой чистый лист бумаги. Возьми карандаш и изобрази на листе свою прошлую историю, свое положение в настоящий момент и варианты своей будущей жизни. Используй свои воспоминания, переживания, фантазии и мечты. Куда ты хочешь придти? Что ты возьмешь с собой в дорогу? С чем встретишься на своем пути? Чему тебе предстоит научиться? Какие пути получились? В какой части своего жизненного пути путник наиболее счастлив, переживает радость? Что этому способствует? Важно обратить внимание на связность прошлого и настоящего, настоящего и будущего. Чем отличается прошлый путь от настоящего и будущего? Что общего между ними? Какова цель этого пути? Как ты узнаешь, что твоя цель достигнута? Что тебе необходимо для того, чтобы достичь поставленной цели? Какие условия, средства, возможности?»

Упражнение «Скульптура семьи»

Один участник (доброволец) создает композицию «идеальная семья». Для этого он выбирает нужных ему людей и расставляет их, изображая фрагмент взаимоотношений в семье. Получается застывшая скульптура или «живая картина». Например, можно изобразить

семью вокруг обеденного стола или на прогулке. Каждому участнику говорится, кто он и какую позу должен принять. Когда сцена поставлена, «художник» рассказывает о том, кто изображен на картине, чем заняты персонажи. Затем по очереди каждый участник из композиции делится своими чувствами: насколько комфортно в данной позиции, не слишком ли нависают над ним родные, или не слишком ли далеко они стоят, всех ли членов семьи ему видно и т.д. После обсуждения, при желании, они могут поменять свое местоположение и позу, и, возможно, получится новая картина.

Упражнение «Кино»

Педагог: «Представь, что о тебе, когда тебе стало 30 лет, сняли фильм. И сейчас каким-то чудом тебе удалось его посмотреть. Расскажи, как ты – главный герой фильма – выглядишь, чем занимаешься, с кем живешь и т.п. Нарисуй кадры из фильма».

Обсуждение.

Педагог: «Доволен ли ты этим фильмом? Что тебе там понравилось больше всего? Есть ли там что-то, что тебе не понравилось? Если ты не совсем доволен, то что бы ты хотел изменить в своем образе будущего? Что тебе нужно для этого сделать?»

Упражнение «Вечер воспоминаний»

Для настройки на это упражнение можно использовать медитативные техники.

Педагог: «Закройте глаза. Представьте, что вы откроете глаза и – вам уже 25 лет. Откройте глаза. Походите по комнате, почувствуйте какие вы...

А теперь поработайте в парах. Поговорите друг с другом, как на вечер воспоминаний, о том, какими вы были в 13 лет, какими вы стали в 25...»

Упражнение «Часы жизни»

Педагог: «Нарисуйте часы жизни. Отразите на часах основные вехи и события своей жизни. Это может быть рождение, детский сад, поступление в школу, спортивные достижения, отдых, поездки, и т.д. Можете использовать разные цвета для разных событий. Не забудьте проставить год, когда эти события произошли».

Упражнение «Счастливое событие»

Детям предлагается вспомнить какое-нибудь радостное событие, когда их окружали близкие им люди. Возможно, это родители, другие родственники, может быть, друзья или знакомые, воспитатели или что-то, что произошло на группе. Важно, чтобы каждый нашел что-то, что действительно ценит и может вспоминать с удовольствием.

Некоторые истории очень трогательны, например, одна девочка рассказала, что, когда ей исполнилось четыре года, она напомнила маме вечером: «У меня сегодня день рождения». Мама ответила: «Да, поздравляю тебя, вот тебе два апельсина». У девочки никогда до этого не было двух фруктов одновременно. Она до сих пор вспоминает об этом как об одном из самых радостных событий своей жизни.

Рисунок «Семейный портрет»

Педагог: «Закройте глаза и войдите в свое собственное пространство. Представьте, что вы спускаетесь по лестнице – лестнице жизни. Вот вам 10 лет, 9, 6, 4 года, вы видите перед собой дверь, открываете ее и оказываетесь в комнате. Как выглядит эта комната – большая или маленькая, пустая или заставленная вещами? Что вы видите в комнате, какие обои, мебель? Кто в ней находится рядом с вами? Посмотрите внимательно на каждого человека. Если бы вы нарисовали их на листе бумаги в виде изображения, напоминающего скорее какую-нибудь вещь, чем реальных людей, что бы это было? Если кто-нибудь напоминает вам бабочку, потому что везде порхает, изобразите ли вы его в виде бабочки? Или, может быть, какие-то лица напоминают вам круг, потому что они всегда окружают вас? Начините с того, кого вы представили первым. Если вы зашли в тупик, опять закройте глаза, вернитесь обратно в свое пространство и снова представьте всех людей. Вы можете использовать капли краски, абстрактные формы, предметы и животных, и все, что угодно, все, что придет вам на ум».

Обычно в группе находятся дети, которые свободно начинают говорить про своих родителей или о том, как они попали в детский дом. Иногда дети делятся своей мечтой жить в семье. Если кого-то из группы забирают домой на выходные дни и в каникулы, то у остальных детей часто возрастает агрессия на него. Особенно тогда, когда это делает воспитатель этой группы. Так же, если какого-то ребенка выбрали на усыновление, и он ждет, когда новые родители оформят все документы и заберут его домой, другие дети завидуют ему. При этом они начинают выказывать явное предпочтение этим детям: «О! Американка, я с ней дружу», – или демонстрируют полное отвержение и агрессию: «Ты уже не наша, отойди». Часто это всплывает на занятии. Если кто-то завидует, можно говорить о том, что мы все не совершенны и иногда завидуем кому-то. Ни у кого не бывает идеальных мамы и папы, всегда что-то не устраивает, но прошлого не изменить, нет смысла обвинять родителей. Мы можем опереться на то, что у нас было, и строить жизнь дальше. Каждому хотелось бы жить в своей семье, в благополучной

семье, и у нас есть возможность создать в будущем свою семью, какую бы нам хотелось.

Рисунок «Генеалогическое древо»

Цель. Актуализация своего семейного опыта.

Педагог: «Откуда я родом? Каковы мои корни? Где можно брать поддержку?» «Мама умерла, папа в тюрьме», – но, возможно, есть родственники: братья, сестры, а может быть, другой человек много значит для меня, он считает меня самым замечательным. Есть ли кто-то близкий? «Был ли кто-то, для кого ты много значил, может быть, это была нянечка? Если никого не было, можно просто нарисовать корни, все равно они есть у тебя, ты просто не знаешь о них или не помнишь, потому что был слишком маленький. Ты ствол, а от тебя уже пойдут ветки, и когда-нибудь, в будущем, твои потомки нарисуют тебя в качестве корней».

При выполнении этого упражнения в одной из групп возникла дискуссия. Одна девочка сказала, что человек, если он реально не пережил несчастье, никогда не поймет другого человека, у которого это случилось. Если умерла мама, то другой не поймет, если у него это не случилось, он не будет чувствовать переживания другого. Другие говорили, что если человек пережил это, то может сказать: «Я пережил, и ничего страшного, и ты переживешь». Стало понятно, почему воспитанники держатся друг за друга: им кажется, что их могут понять только люди, пережившие подобное.

Упражнение «Старые фотографии»

У многих детей есть фотографии, которые были сделаны, когда они были младше. К сожалению, у них нет фотографий, где они были бы грудными детьми. На самых ранних фотографиях, которые есть у детей, им обычно уже около 4 лет. В большинстве случаев, это портретные изображения, но могут быть и снимки каких-то праздников или других событий. Перед занятием желательно собрать все имеющиеся фотографии. Часть из них хранится у самих детей, часть – в альбомах группы у воспитателя или в общешкольных альбомах, если они сфотографированы во время школьных мероприятий. Фотографии могут быть также и в личном деле воспитанников.

Все дети садятся в круг за столы, рассматривают свои фотографии и рассказывают о том, что они помнят. Возможно, они вспомнят, как они фотографировались, кто их наряжал и стоял рядом, что они чувствовали в тот момент. Возможно, вспомнят, как проходил праздник, с кем на фотографии они дружили. Может быть, они отметят, как изменилась их внешность, а может, вспомнят, с кем в этот период своей

жизни они жили, кто был рядом с ними. Возможно, это подтолкнет их к более ранним воспоминаниям, которыми они поделятся.

Детям очень нравится разглядывать свои фотографии, и они всегда сожалеют, что их так мало. Они любят фотографироваться, и если ведущий делает фотографии на занятиях, они обычно радуются, что не всегда бывает при видеозаписи. Некоторым детям видеозапись нравится, и они с удовольствием изображают сценки и позируют перед камерой, а другие очень стесняются, прячутся за спины товарищей. Были группы, которые совсем отказывались от съемок.

Упражнение «Маленькая книжечка»

Для этого занятия педагог приносит маленькие блокнотики или маленькие листики бумаги, степлер, тесемочки и т.п., чтобы можно было сделать буклет. Педагог говорит: «В этих книжечках мы будем делать на занятиях заметки, что-то записывать». Обычно дети неохотно пишут на занятиях. Они волнуются, что сделают много ошибок, что напишут неровно, что они очень медленно пишут. Педагог обязательно должен сказать, что неважно, как они напишут, важно, что они знают, о чем они пишут, что они это делают для себя. Детям предлагается написать свои заметки на темы: «Если бы я была моей мамой» для девочек и «Если бы я был моим папой» для мальчиков. В зависимости от желания детей они могут поделиться своими размышлениями.

На последующих занятиях можно использовать другие темы, например: «Получаю письмо от папы (от мамы). Что в нем написано?»

Упражнение «Семейки животных»

Это упражнение очень нравится детям помладше, но оно уместно и в разновозрастной группе. Оно поднимает настроение, активизирует участников, может быть использовано и как самостоятельное упражнение, и в качестве разминки в семейном блоке.

Для этого упражнения педагог заготавливает листочки бумаги с названиями животных, например: корова, кошка, собака, свинья. Каждое из этих животных пишется несколько раз, всего должно получиться столько листочков с названиями животных, сколько участников группы. Все они сворачиваются так, чтобы не было видно надписи.

Педагог: «Сейчас я предлагаю поиграть в семейки животных. Я подкину листочки вверх, и каждый возьмет один из них. Прочитайте на нем название животного, но не называйте его вслух. После этого закройте глаза и издавайте звуки вашего животного. По звуку вам надо будет объединиться со своей семьей. Старайтесь держать глаза закрытыми и говорить только как ваше животное. Глаза можно будет открыть по моей команде».

Обсуждение.

Педагог просит открыть глаза после того, как все семейки соберутся. Педагог спрашивает у каждой группы, кто они. Это дает возможность убедиться, все ли оказались в своей группе.

Педагог: «Как вы искали свою группу? Ходили и прислушивались к звукам или стояли и старались громко издавать звуки? Что вы почувствовали, когда нашли свою семью?»

Обычно детям очень трудно удержаться и не открывать глаза, они подглядывают, смеются, хотят сразу увидеть, кто тоже мычит или мяукает, как и они. Дети испытывают удовольствие, находя своих, часто обнимаются и образуют замкнутую фигуру.

Упражнение «Семейные роли и правила»

Педагог: «Семья представляет собой систему, живущую по определенным правилам. Некоторые правила приняты в культуре и декларируются открыто. Например: «Девочки должны приучаться к обязанностям по домашнему хозяйству, а мальчики должны выполнять мужскую работу», «Дети не должны вступать в разговор взрослых», «Мужчина должен отдавать зарплату жене, оставляя себе «зачачку», «Не ешь продукты из холодильника без разрешения мамы» и т.п. вспомните, какие правила поведения в семье разных ее членов вы знаете. Какие из них вам нравятся, какие удивляют, с какими вы не согласны?»

Упражнение «Семейные обязанности»

Педагог: «Как должны распределяться семейные обязанности? Должны ли дети слушать или не слушать советы своих родителей? Какие обязанности должны быть у детей в семье? Самообслуживание – уборка постели, своей комнаты, разогревание пищи, чистка одежды и обуви и т.п. Семейные поручения – уход за домашними растениями и животными, приобретение продуктов и товаров, помощь родителям в домашних делах, на огороде, на работе и т.д. Должны ли родители контролировать поведение своих детей? Следить за каждым поступком детей или нет? Как родители должны помогать детям в обучении?

Составьте перечень ваших семейных обязанностей».

Упражнение «Семейные традиции»

Педагог: «Что такое традиция? Что такое семейная традиция? Традиция – правило поведения, событие, регулярно повторяющееся. Почему в каждой семье должны быть свои традиции?»

Какие традиции должны быть в каждой семье (*распорядок дня, познавательные, праздничные, оздоровительные, культурные традиции*)?»

Педагог: «Главные семейные праздники в России во многом схожи с соответствующими традициями других стран. Это крестины, дни рождения, именины, свадьбы, юбилеи (особенно широко принято отмечать 50-летие) и т.д. Интересна российская традиция – праздновать годовщины супружества. Например, через год после бракосочетания отмечают ситцевую свадьбу, через десять лет – розовую, через двадцать пять – серебряную, а через пятьдесят – золотую.

Традиция праздновать Новый год с елкой появилась в России при Петре I. В 1699 году он издал указ, которым ввел новое летоисчисление – от Рождества Христова, а Новый год повелел праздновать по-европейски – 1 января. Царским указом всем жителям Москвы было велено отмечать встречу Нового года: зажигать в новогоднюю ночь костры, пускать фейерверки, поздравлять друг друга, украшать дома хвойными деревьями.

В некоторых семьях существует традиция печь новогодние пирожки с сюрпризом – в один кладется монетка, другой печется соленым, а третий – сладким. За новогодним столом, под бой курантов, надо выбрать себе пирожок, а их на блюде много. Тот, кому достанется с монеткой, в следующем году разбогатеет, владельца соленого пирожка ждут испытания, а сладкого – веселая, сладкая жизнь.

В некоторых семьях принято разрисовывать мебель: на стекле или зеркале шкафа изображают гуашью символ наступающего года, Деда Мороза со Снегурочкой и какую-нибудь зимнюю картинку».

- *Что делать, если в вашей семье нет каких-либо из этих традиций?*
- *Какие отрицательные традиции могут быть в семье (отсутствие взаимопомощи, интереса к литературе, искусству, пьянство, неправильное питание, отсутствие праздничных дней, неправильный отдых)?*
- *Как защитит себя от отрицательных семейных традиций?*

Педагог: «Предлагаю вам перечислить и записать на листочках традиции, которые будут в ваших семьях».

Упражнение «Поиграем в семью»

Группа делится на «семьи», при этом они могут быть не одинаковыми по количеству человек. Задача участников – определиться, каков состав семьи, распределить семейные роли, возраст членов семьи. Каждый обдумывает, чем он занимается, где работает, чем увлекается, какую носит одежду, что любит есть на завтрак и т.д. Члены семьи решают, как проходят их будни и выходные дни, где и как они проводят свой отпуск, как распределяют семейные обязанности, какие у них

отношения в семье, решают они семейные вопросы коллегиально или есть глава семьи. Подгруппа придумывает отличительные черты своей семьи, которые отражаются в фамилии. Семья создает свой герб, выбирает девиз семьи, фамильную реликвию или историю, которой она гордится и какую-то семейную тайну, о которой они не хотели бы рассказывать окружающим.

Семьи располагаются за столами в различных частях комнаты. Все соображения зарисовываются на листах бумаги. Количество рисунков, их содержание, совместные они или отдельные каждого члена семьи семья решает сама.

Если в группе, помимо ведущего, есть еще один взрослый (социальный педагог или психолог), то они расходятся в разные «семьи». Желательно, чтобы они выбрали роли младших детей. В этом случае участники будут проявлять больше самостоятельности и творческой активности.

После выполнения задания каждая подгруппа по очереди представляет свою семью. После представления семье можно задать уточняющие вопросы.

Важно отметить, какой состав семей выбирают участники. Полные или неполные семьи, есть ли в семье дети, появляются ли «одиночки», которые не входят ни в одну из семей. Из нашего опыта, воспитанники обычно выбирают отца главой семьи. Отец чаще всего имеет фирму и достаточно богат. В семье обычно много детей и редко встречаются дяди и тети. Отношения обычно не дифференцированы, все хорошо друг к другу относятся и не ссорятся. Определиться с проблемами в семье детям очень сложно, обычно приходится взрослым предлагать их. От большинства предложений дети отказываются и соглашаются, только если эти проблемы временные, легко решаемые. Например, сыну не удалось поступить в институт, и он будет поступать на следующий год. От таких проблем, как болезнь, алкоголизм, бедность, дети отказываются.

Следующее упражнение хорошо проводить сразу же после вышеописанного, так как семья сложилась и «пожила» какое-то время.

Упражнение «Связанные одной цепью»

В каждой семье ее члены связаны друг с другом, все вступают в какие-то взаимоотношения, как-то влияют друг на друга. С помощью этого упражнения можно представить отношения в семье. Для этого упражнения надо приготовить 4 веревки длиной 1 метр каждая и 6 (для 4 человек) веревок по 6 метров. Участники обвязываются вокруг пояса короткой веревкой. После этого каждый привязывает к этой ве-

ревке концы длинных веревок так, чтобы быть связанным с каждым членом семьи. Не должно остаться ни одного свободного конца.

Педагог: «Это не значит, что вы каждый день в семье бегаєте с веревками, но вы ощущаете эти незримые связи. Представьте себе какую-то повседневную ситуацию в семье и начните действовать. Например, мама и папа хотят подойти друг к другу и обняться или сын хочет пойти поиграть в свои игрушки и т.п.»

Обсуждение:

Педагог: «Насколько ты чувствовал себя связанным с другими? Что семье удалось сделать, где при этом находился каждый член семьи? Где имела место напряженность? Что вы можете сделать для того, чтобы ослабить ее?»

Педагог: «Эти веревки можно рассматривать как различные чувства: любовь, беспокойство, тревога, ответственность за других. Мы ослабляем веревки, признавая право каждого человека на личную жизнь».

Упражнение «Сиамские близнецы»

Педагог: «Часто в семье одновременно приходится решать проблемы нескольких членов семьи. Посмотрим, как вы справитесь с подобным заданием. Снова разбейтесь на пары. Встаньте рядом. Сейчас я свяжу левую ногу одного и правую другого. Каждому из вас я скажу на ухо его задание. (Например, одному – взять со стола ножницы, а другому, – написать свое имя на листе бумаги, расположенном на противоположной стене). По моей команде вы начнете выполнять ваши задания. Посмотрим, какая семья точнее и быстрее выполняла это упражнение».

Упражнение «Найди предмет»

Педагог: «Когда люди долго живут вместе, они начинают понимать друг друга по им одним понятным жестам. Сейчас вы договоритесь о таких жестах. Затем один из вас на несколько секунд выйдет из комнаты, а я спрячу игрушку на глазах у другого. Ваша задача – с помощью отработанных вами предварительно жестов, одному помогать искать, а другому найти игрушку. Запрещается говорить и показывать пальцем непосредственно на то место, где спрятана игрушка».

Упражнение «Представление о будущей семье»

Педагог: «Закрой глаза и войди в свое внутреннее пространство. Представь, что ты взрослый человек. Вот ты идешь по улице... тыходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Тебя радостно встречают родные или они заняты своими делами?»

Ты проходишь в комнату, оглядись внимательно: что ты видишь, кто в ней находится?»

Каждый рассказывает о том, что он видел. Можно подобное упражнение провести и в конце этого блока.

Коллаж «Моя семья сейчас» и «Моя семья в будущем»

Детям предлагается создать два коллажа на эти темы или один коллаж, на одну из этих тем, по желанию.

Как обычно, для работы с коллажем детям предоставляются листы картона разного размера и различная бумага – цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. Обычно детям очень нравится создавать коллажи, но предложенные темы иногда вызывают трудности. Ребенок может чувствовать себя очень одиноким, чувствовать, что только он один представляет свою семью. В этом случае педагог должен поддержать ребенка, обратить его внимание на других близких людей.

После создания коллажей дети могут рассказать о своих работах.

Вариант. «Наша семья» – коллаж создается совместно членами «семьи», образованной в упражнении «Поиграем в семью».

Упражнение «Идеальная семья»

Как ребенок представляет себе идеальную семью, что в ней делают мама и папа? Представление о «хороших» детях, ожидания от них, о «правильном» воспитании? На эти темы можно провести беседы с детьми, нарисовать и обсудить рисунки.

Для младших подростков можно использовать вариант упражнения «Волшебная семья».

Воспитанники имеют идеализированное представление о благополучной семье, и главное для многих из них – что родители любят своих детей. Любовь, по их мнению, «это когда все покупают ребенку, что он хочет, много лимонада, конфет, тортов, жвачки... плееры, велосипеды, часы и ни в чем не отказывают. А ребенок во всем слушается своих родителей, делает все по хозяйству, что ему скажут. Родители никогда не наказывают своих детей».

Упражнение «Жизнь идеальной семьи»

Участники группы разыгрывают сцены из жизни семьи, выбирая радостные или грустные события. Один из участников (доброволец) выбирает других участников на разные роли для разыгрывания сценки из жизни идеальной семьи. Остальные участники – зрители. После проигрывания сцены они делятся своими впечатлениями о том, что они видели. Затем сцены разыгрываются другими участниками. Возможно, сцены не будут получаться такими идеальными, как хочется

участникам. Это позволит подойти к обсуждению того, что действительно важно в семье, об отношениях в семье, проблемах, о развитии семьи.

Упражнение «Позаботься о себе»

Упражнение заключается в подстройке двух участников друг к другу, может использоваться как аналогия семейной жизни. В парах сначала, прислонившись спинами, надо найти максимально удобное для себя положение, чтобы тело ощутило расслабленность, должно произойти снятие напряжения, чтобы стало комфортно обоим. Затем подстраивается третий (у родителей появляется ребенок).

Упражнение проходит непросто, у некоторых пар получается, у других нет. У некоторых возникает ощущение давления, напряжения.

Упражнение «Маленький ребенок»

Это упражнение проводится в виде сценки. Выбираются трое участников. Двое из них: папа и мама, а третий – младенец. Он еще не умеет говорить, а только лежит на спине в кроватке. Он может реагировать только жестами и звуками. Родители нагибаются над ним и пытаются делать то, что обычно делают с малышами, руководствуясь при этом его попытками объяснить, что же он хочет. Затем участники меняются ролями. Через 5 минут игры каждый делится впечатлениями, что он думал и что чувствовал. В середине одной из ситуаций ведущий может включить какую-то неожиданность, например, звонит телефон или звонят в дверь. Можно выбрать тот момент, когда ребенок чего-нибудь хочет. Потом каждый рассказывает, как повлияло на него постороннее вмешательство. Затем сценка разыгрывается другими участниками.

Игра «Магазин»

Участники группы делятся на семейные пары. Все пары садятся рядом друг с другом в один ряд. Игра заключается в том, что участники делают покупки в магазине. Для того чтобы что-то купить в магазине, надо сначала отгадать слово, задуманное ведущим. Ведущий берет одну из карточек лото и загадывает изображенный на ней объект. Он подходит к первой паре в ряду и спрашивает: «Какой фрукт (овощ, животное, мебель и т.д.)?» Каждая пара по очереди говорит по одному названию. Отгадавшая пара получает возможность купить что-то в магазине. Изначально предполагается, что все голые, в одних трусах. Сначала участники обычно покупают одежду, потом квартиру, мебель, машину.

Педагог: «Насколько муж и жена советовались при выборе покупок? Учитывали ли интересы партнера? Насколько совпадали интересы?»

Дети могут поделиться соображениями о том, как обустроен быт их пары. Обычно эта игра проходит весело, поэтому она может быть использована и для поддержания сплочения группы в целом.

Упражнение «Семейное событие»

Упражнение проводится по типу круглого аквариума. Участники во внутреннем круге представляют собой семью. Они уточняют свои семейные роли, затем педагог говорит о каком-то радостном или печальном событии, которое произошло в их семье, например: «Представьте себе, что в вашей семье родился ребенок» или «Папа выиграл приз на соревнованиях» – и предлагает им вести дискуссию. Внешний круг наблюдает за внутренним. Педагог может заранее дать наблюдателям задание, например: обратить внимание, насколько семья будет дружной при решении той или иной проблемы. Можно каждому участнику во внешнем круге предложить наблюдать за поведением какого-нибудь конкретного участника в центре. Здесь задания могут быть самыми разными. Например, в ситуации с выигрышем: на что данный член семьи собирается истратить деньги – на учебу, путешествие, на материальную базу и т.д., сумел ли он заинтересовать других своим предложением, насколько может выстроить приоритеты и т.п. После обсуждения внешний и внутренний круги меняются местами и ведется дискуссия на другую тему.

Сходным образом могут быть разыграны ситуации, в которых семья должна принять какое-то решение. Можно обратить внимание на то, кто оказал наибольшее влияние на принятие решения, насколько прислушивались к мнению детей, удалось ли семье прийти к единому мнению, найти компромиссное решение? Возможна такая ситуация: отец матери (дедушка) живет один в деревне, у него свой дом и хозяйство, он заболел, но уезжать в город не хочет. Семья должна решить, что делать. До проигрывания сцены можно определить, у кого какие желания. Например, мать хочет уехать, ей нравится иметь свое хозяйство, отец не хочет, так как у него хорошая работа, старший сын тоже не хочет, потому что собирается поступать учиться, младший хочет – летом можно купаться, а зимой на лыжах кататься и т.п.

Упражнение «Сценки из жизни семьи»

В отличие от предыдущих упражнений, участники представляют семейные ситуации в виде сцен. Участники делятся на две подгруппы и по очереди разыгрывают сценки из семейной жизни. Это может быть ситуация, имевшая место в прошлом, ситуация, которая может сложиться в будущем, или фантастическая ситуация. Можно разыгрывать сценки без слов или со словами. В случае разыгрывания сценок

без слов больше внимания уделяется мимике и пантомиме, через них выражаются отношения, чувства. Играющие могут рассказать о своей ситуации, а могут предоставить зрителям возможность догадаться. Сцена обычно проигрывается на определенном пространстве комнаты и имеет четкое начало и конец по времени. Когда сцена подходит к концу, педагог просит играющих остановиться. После проигрывания зрители, а затем портрет делятся своими впечатлениями. Затем зрители становятся играющими. Участники группы могут придумать и разыграть сцены все вместе на любую тему.

Упражнение «Мои права в семье»

Цель. Формирование представлений о правах и обязанностях различных членов семьи.

Ребятам предлагается перечислить собственные права, которыми бы подростку хотелось обладать в рамках семьи. Можно перечислять любые желательные права, не задумываясь, что в реальности позволят приемные родители, а что нет.

Я имею право:

- на мороженое, сколько хочу,
- на телевизор и компьютер, когда хочу,
- на разговоры по телефону, сколько надо,
- не убирать комнату,
- приводить толпу друзей домой через день,
- не мыть посуду,
- пропускать два учебных дня в неделю,
- хранить молчание.

По окончании работы обсуждается вопрос: «Имеют ли такое же право мои приемные родители? Оказывается, родители должны обладать теми же правами, что и мы сами».

Соответственно, ребятам предлагается в списке собственных желательных прав исправить заголовок «Мои права в семье» на «Права моих родителей» и перечитать написанное.

Индивидуальная работа в тетрадях:

Задание 1. Запишите в рабочих тетрадях. Мое отношение к результатам упражнения «Мои права в семье».

Задание 2. Перечислите и запишите реалистический список прав и обязанностей, которые могу выполнять и я, и мои родители.

Права:

- Гулять.
- Смотреть телевизор.
- Разговаривать по телефону и т.д.

Обязанности:

- Сообщать, если задерживаюсь.
- По очереди мыть посуду и т.д.

Игра «Вместе мы одна семья – я»

Цель: Снятие психомышечного напряжения и создание доброжелательной атмосферы в группе.

Здесь собрались все друзья,
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, хлоп-хлоп.
(хлопки в ладоши)

Ты, и мы, и вы, и я.
Здравствуй, друг, который слева,
Здравствуй, друг, который справа.

Вместе мы (все повторяют) одна семья!
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп-хлоп.

Здесь собрались все друзья,
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.

Обними того, кто справа,
Обними того, кто слева.
Вместе мы одна семья!

(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья,
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.

Ты погладь того, кто справа
Ты погладь того, кто слева.
Вместе мы одна семья!

(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья,
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.

Поцелуй того, кто справа,
Поцелуй того, кто слева.
Вместе мы одна семья!

(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья,
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.

Посмотри в кармане справа,
Посмотри в кармане слева.

*Вместе мы одна семья
(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья,
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.
Ущипни того, кто справа,
Ущипни того, кто слева.
Вместе мы одна семья
(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.
Дай щелбан тому, кто справа,
Дай щелбан тому, кто слева.
Вместе мы одна семья!
(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.
Укуси того, кто справа,
Укуси того, кто слева.
Вместе мы одна семья!
(хлопки в ладоши)
Здесь собрались все друзья
(хлопки в ладоши)
Ты, и мы, и вы, и я.
Улыбнись тому, кто справа,
Улыбнись тому, кто слева.
Вместе мы одна семья!
(хлопки в ладоши) и т.п.
Варианты бесконечны!*

⁶ Эти и другие способы применять в зависимости от развития ребенка.

Приложение № 2

Базарова Г.Т. Инструменты коррекции поведения детей в ходе подготовки к семейному устройству

ПРОБЛЕМА	КОРРЕКЦИЯ
Негативизм	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – противодействия требованиям окружающих; – отвечает «нет» на все предложения, просьбы; – когда предлагают помощь, отказывается, говорит: «Я сам»; – поступает вопреки просьбам; – вредничает
	<p>Способы борьбы⁶:</p> <ul style="list-style-type: none"> – предоставить ребенку самостоятельность; – у ребенка должны быть не только обязанности, но и права; – поощрять инициативу; – не давить на ребенка; – просьба должна быть ненавязчивой
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок перестает противодействовать взрослым; – ребенок перестает отвечать «нет» не подумав; – перестает поступать вопреки просьбам
Проблемы в общении (низкая коммуникативная компетентность), отсутствие ориентации на сотрудничество	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – чрезмерно тихий, спокойный ребенок; – бояться чужих (незнакомых) людей; – когда все играют, сидит в стороне или играет с одним хорошо знакомым ребенком; – мало друзей; – боится проявлять себя; – трудно входит в коллектив; – может быть изгоем в группе; – не умеет отстаивать свою точку зрения
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – познакомить его с детьми самому; – вовлекать ребенка в игры с другими детьми; – общаться с ребенком дружелюбно; – объяснить ребенку правила и нормы общения; – в доверительной беседе узнать, в чем причины малообщительности, нежелания общаться с окружающими; – проводить с ним упражнения на повышение уверенности в себе и самооценки; – поддерживать ребенка в виде советов, а не решать полностью его проблемы за него; – устраивать с ним дискуссии
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок больше общается и играет с остальными детьми; – у ребенка появляется больше друзей; – ребенок больше общается с окружающими

ПРОБЛЕМА	КОРРЕКЦИЯ
Агрессивность	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрушительное отношение к вещам (рвет книги и т.д.); – причинение боли окружающим (кусают, царапают, бьет и т.д.); – причинение боли себе; – вербальная агрессия (оскорбление других); – не умеет сдерживать негативные эмоции
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – постепенно научить ребенка выражать недовольство в социально-приемлемых формах; – останавливать физическое проявление агрессии (окликнуть ребенка, отвлечь внимание); – проявивший агрессию ребенок должен быть осужден взрослым, в то время как «жертва» окружается повышенным вниманием; – высказывать четко и ясно недовольство поведением ребенка; – разобраться, понимает ли ребенок смысл слов. Возможно, он просто не знает их значения. Если ребенок сказал ругательные слова неосознанно, проигнорировать; – перевести агрессию в комическую перепалку – для снятия напряжения; – не проявлять страх перед агрессором – это будет только стимулировать его к проявлению агрессии; – использовать коллективные игры, которые вырабатывают терпимость и взаимовыручку; – быть примером того, как надо себя вести в случае недовольства; – использовать упражнения на снятие агрессивного поведения
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сходит на нет вербальная агрессия; – сходит на нет агрессия по отношению к окружающим (драки и т.д.); – сходит на нет разрушительное отношение к вещам и окружающим предметам
Пассивность	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «тихоня»; – отличается хорошим поведением; – подавленный; – застенчивый; – не предпринимает действий самостоятельно; – не берет инициативу на себя; – уходит от конфликтов, а не решает их
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – все, что поможет ему выразить эмоции (игры, упражнения и т.д.); – понять, что вызвало такое поведение (возможно, невнимание), выявить причину и устранить ее, это поможет ребенку; – попросить выразить чувства в игре; – доверительная беседа; – ставить цели и смотреть на результат, а не контролировать каждый шаг; – вовлекать в деятельность с окружающими; – занятия спортом
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок ведет себя более активно, берет на себя инициативу; – решает сам конфликты и спорные ситуации

ПРОБЛЕМА	КОРРЕКЦИЯ
<p>Эмоциональная несдержанность</p>	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – по незначительному поводу устраивает истерики; – часто плачет; – моментальная непосредственная реакция на все; – все эмоции очень ярко выражены; – когда увлечен разговором, не контролирует громкость голоса; – не может сдерживать волнение
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – предупредить выплеск эмоций (отвлечь и т.п.); – использовать игрушку, которая в ваших руках тоже «заплачет» или «засмеется»; – оставить ребенка без аудитории; – попросить выразить словами свои эмоции; – не ограничивайтесь успокаивающими словами (они помогут только после приступа, если ребенок сам напуган силой своих эмоций); – не уступать ребенку только ради того, чтобы предотвратить приступ; – провести упражнения, в которых ребенок будет учиться проявлять и опознавать эмоции; – дать понять ребенку, что вы готовы его выслушать в любом случае; – быть примером приемлемого поведения
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эмоциональная реакция ребенка становится адекватной ситуации; – эмоциональная реакция не возникает на каждую ситуацию; – редко возникают истерики
<p>Неуверенность в себе</p>	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не выделяется в обществе остальных детей; – мало верит в свои силы («я не смогу это сделать»); – стеснительный; – скромный; – все время в задних рядах; – тихий голос
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – чаще хвалить ребенка (за конкретные достижения, его поступки); – большие цели делить на этапы, результат которых ребенок может увидеть; – предлагать ребенку задачи, с которыми он может справиться; – ведение дневника достижений; – провести упражнения на поднятие самооценки и уверенности в себе
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок больше верит в свои силы («я смогу это сделать»); – менее скромный и стеснительный; – голос – громче и увереннее

ПРОБЛЕМА	КОРРЕКЦИЯ
Страх	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – говорит, что боится; – плачет; – не хочет оставаться один в темной комнате и т.д.; – не расстается с какой-то вещью; – просит присутствия взрослого рядом; – становится менее активным, чем обычно; – прячется
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – признать существование этого страха; – показать ребенку, что понимаете его и знаете, что делать (уверить ребенка в его безопасности); – не принижать значения страха (нельзя говорить: «Ты уже большой, чего ты боишься?»); – обсудить с ребенком его страх; – во время приступа страха отвлечь его внимание; – не идти у страхов на поводу. Вы должны обеспечить ребенку поддержку и уверенность, но не стоит специально менять весь свой жизненный уклад или окружающую обстановку. Иначе это на подсознательном уровне внушает ребенку, что его страхи оправданны и реальны, и в дальнейшем его страхи могут возобновиться с двойной силой или возникнут новые; – использовать методики снятия страха
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не боится оставаться один; – не плачет; – говорит, что не боится; – активность такая же, как всегда; – не прячется
Недоверие к окружающему миру	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – мало общается; – боится делать что-то в новой обстановке; – ведет себя слишком осторожно; – боится знакомиться с новыми людьми, замкнут в присутствии незнакомых; – агрессивная реакция; – плохо общается (из-за нежелания); – диковатость поведения; – уход в свой мир
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать игры и упражнения на доверие (падение на доверие и т.д.); – если наказывать, то четко объяснить причину, чтобы ребенок понял; – не обманывать; – если он рассказал что-то по секрету – держать это в секрете; – проявлять внимание и интерес к ребенку; – доброжелательное отношение и атмосфера
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок более уверенно ведет себя в незнакомой обстановке; – легче общается с другими детьми и взрослыми

ПРОБЛЕМА	КОРРЕКЦИЯ
<p>Неорганизованность</p>	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не успевает делать порученные дела; – часто опаздывает (на занятие, встречи и т.д.); – забывает делать нужные дела; – не доделывает до конца дела; – беспорядок в его вещах; – нет распорядка дня (ест, когда получится, и т.д.)
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – объяснить ребенку, что такое еженедельник, научить его им пользоваться; – вместе планировать, что и когда будет делать ребенок; – использовать игры, в которых ребенок сможет организовывать свою деятельность и деятельность других; – научить составлять списки дел; – ввести частичный распорядок дня; – занятия спортом
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – начнет успевать вовремя делать дела; – опозданий станет меньше; – доводит дела до конца; – реже забывает выполнять просьбы
<p>Не умеет презентовать себя</p>	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> – не умеет рассказать о себе; – неуверенность во время рассказа; – мнется; – мямлит; – неадекватный внешний вид
	<p>Способы борьбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – просить ребенка рассказывать о себе в доверительной беседе, в том числе и перед аудиторией; – поговорить с ребенком и выделить вместе с ним его плюсы и минусы; – попросить ребенка написать о себе сочинение; – использовать упражнения на развитие презентационных навыков; – научить ребенка держать осанку; – помочь ребенку подготовить шаблон выступления; – упражнения на повышение уверенности в себе; – больше читать; – критиковать (указывать четко и ясно на неправильное поведение, например: «Говори громче»)
	<p>Индикаторы успеха:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ребенок научится уверенно презентовать себя; – речь станет четкая, ясная, а голос достаточно громкий; – адекватный внешний вид и поведение

В ходе проведения мероприятий по коррекции поведения детей можно использовать тренинги по психологической подготовке ребенка. Тренинги необходимо разрабатывать с учетом возрастных особенностей детей, группы формировать с учетом характеристик, полученных в результате диагностики ребенка.

Предлагаем несколько упражнений, разработанных для детей разного возраста, которые можно включить в подобный тренинг:

Возраст: 3-6 лет

Прорабатываем: **агрессивность**

Упражнение: «*Просмотр мультиков*»

Тип: групповое.

Материалы: видеомagneтофон, кассеты с мультиками.

Инструкция: Посадите детей перед телевизором, выберите мультики, где герои добрые (без драк), либо где злые герои терпели неудачу (например, про кота Леопольда).

Цель: Чтобы дети видели позитивную модель взаимодействия (без агрессии) и усваивали ее через подражание.

Дискуссия: Что помогло герою добиться успеха? Если есть плохие герои – почему они потерпели неудачу?

Упражнение: «*Музыкотерапия*»

Тип: групповое.

Материалы: магнитофон, диски, кассеты со спокойной музыкой.

Инструкция: Дайте детям послушать музыку, в любое время: когда они спят, когда играют и т.д.

Цель: Спокойная музыка расслабляет и успокаивает ребенка.

Прорабатываем: **неуверенность в себе, низкую самооценку, боязнь быть отвергнутым**

Упражнение: «*Дизайнеры*»

Тип: групповое.

Материалы: Для игры необходимо накопить несколько тюбиков губной помады, грима для лица и т.д.

Инструкция: Играть можно с воспитателем вдвоем и с друзьями ребенка. Каждый получает по тюбику и ему разрешается подойти к любому участнику и «украсить» его лицо, руки, ноги (например, под индейца).

Следите, чтобы «украшали» всех, не забывайте позволять «украшать» себя.

Во время украшения поддерживайте разговор: «Ой, как ты красиво украсил Катю. Катя, тебе нравится?»

Совет: После игры хорошенько отмойтесь.

Цель: Показать ребенку, что можно заниматься делом, которое ему нравится и результат которого может понравиться другим. Повысить самооценку за счет поощрения результата деятельности. Принимать

ребенка таким, какой он есть (ср.: «Это не похоже на солнце! У меня не получилось!» – и: «А мне нравится твое солнце, оно оригинальное!»)

Упражнение: «*А Вася молодец!*»

Тип: групповое.

Инструкция: Выберите одного из детей, который что-то сделал хорошо (например, нарисовал красиво, научился одеваться, убрал игрушки и т.д.), поставьте ребенка в центр круга, пусть остальные ему похлопают, по желанию можно подойти и поздравить, обнять и т.д.

Цель: Обратить внимание на успех ребенка (может, и не большой), поздравить и поддержать его.

Упражнение: «*Хрюшка*»

Тип: индивидуальное.

Материалы: платок, маленький шарфик.

Инструкция: Заправьте в штаны или юбку платок, чтобы большая часть висела, как хвостик. Скажите ребенку, что вы хрюшка с таким вот хвостиком и покажите. Скажите, что надо догнать хрюшку и схватить за хвостик, чтобы хвостик остался в руках. Начните ребенка дразнить хвостиком, сначала близко, поддавайтесь. Постепенно вытягивайте ребенка в игру. Можно поменяться ролями. Постоянно говорите: «Молодец, догнал» и т.д.

Цель: Раскрепостить ребенка, особенно стеснительного и неуверенного в себе, за счет предложения смешной и живой игры.

Поддержать ребенка в его успехе.

Прорабатываем: **страхи**

Упражнение: «*Пугать и пугаться*»

Тип: групповое.

Материалы: лист бумаги, карандаши, краски и т.д.

Инструкция: Попросите детей нарисовать очень страшную картинку – такую, глядя на которую хочется сказать: «Ужас какой!» Пусть после дети выберут самую страшную картинку – например, каждому ребенку дадут три фишки, и он положит свои фишки на три картинки, которые покажутся ему самыми страшными. Та картинка, которая будет признана самой страшной, становится предметом обсуждения. Попросите детей подумать, можно ли сделать эту картинку еще страшней. Пусть каждый предложит свой вариант усиления устрашающей силы картинки.

Потом попросите каждого сказать, что нужно убрать из картин-ки, чтобы она перестала быть страшной. Попросите детей нарисовать самую страшную картинку без тех деталей, которые делали ее самой страшной. Можно на следующем занятии раздать детям копии страшной картин-ки и попросить внести изменения. Спросите после этого, что изменилось в картинке.

Это упражнение построено на известном многим психологам феномене обесценивания страха. Следует заострить внимание на умении ребенка выражать свой страх. Перед рисованием можно попросить детей показать сильный страх – у кого это получится лучше, кто сумеет включить в свое представление как можно больше признаков страха. В какой-то момент попросите детей показать избавление от страха. Проработайте изображение страха и способы избавления от него в таких ситуациях, как: укол у врача (лечение зубов), злая собака рядом, неожиданный крик.

Упражнение: *«Мышь и мышеловка»*

Тип: групповое.

Инструкция: Необходимое количество играющих – 5-6 человек. Все встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, бедрами, плечами и обнимаются за пояс – это мышеловка (может быть, сеть). Водящий – в кругу. Его задача всеми возможными способами вылезти из мышеловки: отыскать «дыру», уговорить кого-то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться из создавшейся ситуации.

Предупреждение: Взрослый следит, чтобы ноги «мышеловки» не пинались, не делали больно мышке.

Совет: Если взрослый замечает, что мышенок загрузил и не может выбраться, он регулирует ситуацию, например: «Давайте все вместе поможем мышонку, расслабим ножки и руки, пожалеем его».

Цель: Убедить, что, как бы ни была страшная ситуация, из нее можно найти выход.

Упражнение: *«Жил-был Страх»*

Тип: групповое.

Инструкция: Взрослый рассказывает сказку: «Жил-был Страх. Все его боялись, и никто не хотел с ним играть. Грустно и скучно стало Страху одному, и решил он пойти поискать себе друзей, но никого не нашел, потому что все его боялись и прятались от него. Надоело Стра-

ху всех пугать, и решил он стать веселым и смешным. Что сделать Страху, чтобы детям стало весело?» – дети предлагают свои варианты.

Потом попросить вспомнить свой страх, любой, и придумать всей группой, как он может вызвать смех: например, медведь большой и страшный, но у него смешные зубы.

Цель: Сделать свой страх смешным.

Упражнение: «*Привет, зайчик!*»

Тип: групповое.

Материалы: Игрушка зайчика или любая другая.

Инструкция: Взрослый: «Здравствуйте, сегодня к вам в гости пришел новый герой, но он такой трусишка, что спрятался от нас. Как вы думаете, что может напугать его (можно назвать один из страхов, который есть у детей)? Давайте подумаем, как можно ему помочь справиться со страхом? Он очень хочет прийти к нам поиграть. А вы хотите поиграть с ним?»

Дискуссия: Вы помогли зайчику справиться со страхом. Как вы думаете, то, что помогло зайчику справиться со страхом, поможет вам? Попробуйте применить советы, которые вы дали зайчику, когда вам страшно, – может, вы тоже перестанете бояться?

Прорабатываем: **коммуникативные навыки**

Упражнение: «*Пойми меня*»

Материал: бумага, карандаши разных цветов.

Инструкция: Это упражнение можно проводить в группе от 3 до 5 человек. Каждый участник получает лист бумаги и один из цветных карандашей. Важно, чтобы все участники упражнения рисовали разными цветами. Задание состоит в следующем: каждый придумывает, что бы он хотел нарисовать. После этого по команде ведущего все начинают рисовать свой замысел, но через 10-20 секунд (по усмотрению ведущего) рисунок прерывается и передается соседу по кругу. Без слов и комментариев другой продолжает рисунок, затем, по истечению того же отрезка времени, рисунок передается дальше по кругу, и так до конца. Пока не дойдет до того, кто начал рисовать. Первый автор имеет право дорисовать и что-то изменить в рисунке, но не менять и не зачеркивать уже выполненный рисунок. После этого каждый сообщает, что он хотел нарисовать и что из этого вышло. Если первоначальный замысел сильно отличается от первоначального плана, обсудите, что помешало реализовать план: кто-то невнимательно посмотрел на рисунок, или замысел был обозначен неточно.

После пробного рисунка можно повторить упражнение, усложнив правила игры, – ограничить участников определенной темой («живая природа», «неживая природа», «дом»), уменьшить время рисования и т.д.

Дискуссия: По ходу выполнения упражнения обсудите с участниками:

– в чем соблазн простых рисунков (легче передать замысел, но получается, что примитивную мысль высказать легче, чем что-то более сложное);

– что чувствуешь, когда тебя не поняли;

– как нужно оформить свой замысел, чтобы другой тебя понял;

– как нужно изучать рисунок другого, чтобы как можно лучше его понять;

– кто несет ответственность за непонимание.

Важно, чтобы участники упражнения проговорили, что уровень понимания замысла другого и умение донести свою мысль до других тесно взаимосвязаны.

Цель: Суть упражнения – в развитии двух умений: уметь передавать другому человеку свой замысел и уметь понимать замысел другого без слов. Основным выводом данного упражнения становится принятие участниками обоюдной ответственности общающихся людей за взаимопонимание – ведь часто те, кто хочет быть понятым, считают, что другой их должен понять сам по себе, если он любит и хочет помочь, но бывает так, что в общении нужно постараться обеим сторонам.

Совет: Это упражнение пригодится и для работы с ребенком и членами принимающей семьи.

Упражнение: «**Покормим мишку!**»

Тип: индивидуальное.

Материалы: игрушка, сахар или конфеты.

Инструкция: «Мишка не хочет есть сахар, попробуй уговорить его скушать сахар!» – обсудите с ребенком возможные варианты, которые могут понравиться медвежонку.

Упражнение: «**Дружная игра**»

Тип: индивидуальное.

Инструкция: Предложите ребенку интересную игру (прятки), но скажите, что вдвоем в нее нельзя играть, и задача ребенка попробовать собрать других детей поиграть. Предлагайте ребенку варианты, которые помогут убедить других детей включиться в игру.

Цель: Научить убеждать других детей.

Прорабатываем: **семейную социализацию**

Упражнение: «*Король лев*»

Тип: индивидуальное.

Материалы: мультим «Король лев» (или аналогичный).

Инструкция: Просмотр мультфильма и обсуждение семейных ролей (что делает мама, папа? – и т.д.).

Цель: Дать представление о семейных ролях, распределении обязанностей в семье.

Упражнение: «*Дочки-матери*»

Тип: индивидуальное или групповое.

Материалы: куклы.

Инструкция: Поиграйте в дочки-матери, с другими детьми или вдвоем с куклами. Можно на роль мамы или папы пригласить детей постарше.

Цель: Проработать представления детей о семейных ролях, распределении обязанностей в семье.

Возраст: 7-12 лет

Прорабатываем: **агрессивность и гнев**

Упражнение: «*Прогноз погоды*»

Тип: групповое.

Материалы: бумага и восковые мелки

Инструкция: Посадить детей по одному, дать каждому листок бумаги и мелки. Попросить детей нарисовать рисунок, который соответствует их настроению.

Дискуссия: Можно положить рисунок около себя – тогда все будут знать, что у вас плохое настроение. А какими еще способами можно показать, что у вас плохое настроение и чтобы вас какое-то время не трогали?

Цель: Научить показывать, что плохое настроение и хочется побыть одному.

Прорабатываем: неуверенность в себе, низкую самооценку, боязнь быть отвергнутым

Упражнение: «*Ты лучше всех!*»

Тип: групповое.

Инструкция: Выбрать одного человека. Он будет лучшим сегодня. Все остальные должны встать вокруг него и говорить ему комплименты, приятные вещи, например: «Ты мне нравишься», «У тебя очень хорошо получается рисовать» и так далее. Если комплимент повторяется, то нужно придумать второй, свой.

Цель: Дать каждому побыть лучшим! Это упражнение может длиться несколько дней, например, каждый вечер выбирать очередного героя.

Прорабатываем: недоверие к окружающему миру

Упражнение: «*Доверительное падение*»

Тип: групповое.

Материалы: повязка.

Инструкция: Участников трое: один взрослый и двое детей. Двое встают на расстоянии метра лицом друг к другу. Ноги стоят устойчиво, делается упор на одну. Руки выставлены вперед. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему дается команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!» Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперед, там ребенок снова встречает выставленные руки. Подобное покачивание продолжается в течение 2-3 минут, при этом амплитуда раскачивания может увеличиваться.

Предупреждение: Дети с сильными страхами и робостью могут выполнять упражнения с открытыми глазами, амплитуда раскачивания может быть сначала минимальной.

Цель: Построение доверительных отношений между детьми и между детьми и воспитателем.

Прорабатываем: страхи

Упражнение: «*Маски*»

Тип: групповое.

Материалы: бумага, краски, карандаши, фломастеры, страшные маски, ножницы, скотч.

Инструкция: Минимальное количество участников – двое, но чем больше, тем интереснее и полезнее игра. На бумаге рисуются страшные маски, затем каждый участник примеряет себе любую, остается в ней какое-то время, можно потанцевать «дикие» танцы, побегать, по-

гоняться друг за другом. Затем происходит ритуал снятия масок, все берется за руки, улыбаются друг другу, можно плавно потанцевать.

Совет: Чтобы закрепить маски на лице, лучше использовать резинку.

Цель: Примерить на себя страх и снять его.

Упражнение: «*Волшебное путешествие*»

Тип: индивидуальное.

Инструкция: Предложите ребенку сесть поудобнее и закрыть глаза. Можно включить какую-нибудь плавную, приятную мелодию (музыка обязательно должна быть без слов!). Объясните, что сейчас вы будете играть в волшебное путешествие. Попросите ребенка расслабиться, сделать глубокий вдох, выдох и постараться представить то, о чем вы будете говорить.

А рассказать вы можете примерно следующее: «Представь себе, что мы сидим в комнате и смотрим в окно, а там синее-синее небо. По небу неторопливо плывут облака. Очень красиво. Вдруг мы видим, что одно пушистое облако приближается к нашему окну. Его форма напоминает пони. Мы залюбовались этим зрелищем, а облако подплыло совсем близко к нам. Смотри, оно машет нам лапкой, как будто приглашает присесть! Мы осторожно открываем окно и усаживаемся на теплое облако. Устраивайся поудобнее, ощути, как здесь мягко и уютно. Можно даже полежать. Куда же мы полетим? Наверное, надо подумать о месте, где тебе всегда хорошо. Подумай о таком месте.

Облако стало двигаться. Вот уже наш дом кажется крошечным вдалеке, ниже пролетают стаи птиц. Удивительно хорошо. Вот, кажется, мы начинаем снижаться. Облако опускает нас на землю. Теперь ты можешь идти. Мы там, где ты спокоен и счастлив, где тебе очень хорошо. Посмотри, что там вокруг? Какие в этом месте запахи? Что ты слышишь? Есть ли здесь кроме тебя какие-то люди или животные? Тут ты можешь делать все, что хочешь. Побудь в этом месте еще немного, пока я посчитаю до десяти, а потом снова пойдем к облаку (медленно считайте от одного до десяти). Ну вот, нам пора возвращаться, залезай на облако. Мы снова летим по самому синему небу. Вот уже показался наш дом. Облако аккуратно подплывает к самому окну. Мы с тобой залезаем в нашу комнату прямо через окно. Мы благодарим облако за чудесную прогулку и машем ему рукой. Оно медленно уплывает вдаль. Когда я посчитаю до пяти, оно растворится в небе, а ты раскроешь глаза», – считаете до пяти.

После того как ребенок раскроет глаза, попросите его поделиться с вами впечатлениями от путешествия. Приятно ли ему было плавать на облаке? Какое место он себе представил? Каким оно было? Как он

там себя чувствовал? Существует ли это место на самом деле или оно полностью создано его воображением?

Примечание. Отнеситесь внимательно к рассказу ребенка – он может содержать очень важную информацию о том, где и от чего он чувствует себя наиболее комфортно.

Цель: По сути, это игра-медитация, помогающая расслабиться не только мышцами, но и душой, уносясь мыслями в заоблачные дали.

Прорабатываем: коммуникативные навыки

Упражнение: «Кто поможет и как?»

Тип: групповое.

Инструкция: Это упражнение можно проводить с детьми от 5 до 10 лет, главное – предложить детям ситуации, которые были бы им интересны. Предложите детям рассмотреть следующие ситуации, отвечая на вопросы, кто и чем может помочь человеку и как просить о помощи.

Ситуация 1: Мальчик пишет домашнее сочинение и не знает написание слова (спросить у взрослых, у старшего брата или сестры, посмотреть словарь, позвонить знакомому).

Ситуация 2: Девочка первый раз идет в магазин и не знает, в правильном ли направлении она идет (примеры ответа: спросить у прохожих, вернуться домой и попросить проводить).

Ситуация 3: Вы купили в магазине пачку творога, а когда открыли ее дома, оказалось, что продукт пропавший (пример ответа: вернуться в магазин и попросить продавца поменять товар).

Ситуация 4: У вас болит живот и голова, но вам неудобно рассказать об этом, и вы надеетесь, что пройдет само (примеры ответа: сказать кому-то из взрослых, позвонить в «скорую», пойти в больницу).

Ситуация 5: Вы поссорились с другом и не знаете, как помириться.

Ситуация 6: Вас обидели в школе, но многие считают, что вы сами в этом виноваты.

Пусть дети придумают свои ситуации и предложат их для решения группой.

Цель: Научиться просить о помощи.

Прорабатываем: презентацию себя

Упражнение: «Визитная карточка»

Тип: групповое.

Материалы: набор для рисования

Инструкция: Спросите участников, знают ли они, что такое визитная карточка. Скорее всего, какое-то представление об этом у них есть. Спросите участников, для чего люди тратят деньги на изготовление карточек, почему обмениваются ими при первой встрече. Можно принести на занятие образцы разных визитных карточек. Пусть участники из тех визиток, которые вы принесете, выберут более «понтовые» и менее. Когда будут выбраны менее «понтовые», попросите их подумать – зачем человеку такая скромная визитка. Важно, чтобы сами участники пришли к выводу, что визитка позволяет представить себя так, как вы хотели бы выглядеть в глазах других. Далее вы переходите к основной части упражнения – раздайте каждому участнику лист формата А4. Пусть участники выделяют углы листа так, чтобы получились квадраты со стороной около 4 см, а также нарисуют квадрат в центре размером 4х4 см.

В левом верхнем углу они должны написать, какое место им кажется самым лучшим на Земле. В правом верхнем углу они пишут ту способность, которой они гордятся. В левом нижнем углу пишется дата одного из самых счастливых дней жизни (можно заменить счастливый день на важный), а в правом нижнем – важное планируемое событие в жизни человека. В центре пишется имя режиссера, которому подросток поручил бы снять фильм о себе – если указать имя сложно, можно указать название фильма, режиссер которого кажется подростку подходящей кандидатурой на роль того, кто снимет фильм. На подготовку визитки отводится от 15 до 25 минут.

После этого визитки собираются и перемешиваются. Перед следующим шагом упражнения ведущий сообщает, что часто руководитель фирмы посылает на первое знакомство своего представителя, который и рассказывает о хозяине визитки. Именно этим и будут заниматься участники тренинга. Каждый из участников получает визитку кого-то другого и составляет рассказ об этом человеке, при этом задача рассказчика – дать самую позитивную информацию об авторе визитной карточки. Ведущий может предложить свою помощь, если в визитке что-то будет не ясно или подростку будет трудно составить рассказ. Рассказ лучше всего начинать словами: «Я хочу рассказать Вам об очень интересном (загадочном, одаренном человеке)...». По желанию автор визитки может дополнить рассказ, а может остаться в тени.

При проведении этого упражнения мы использовали заранее подготовленные бланки.

Если качество описаний оставляет желать лучшего, ведущему придется самому подключаться к описанию визитных карточек, стараясь

по мере возможностей активизировать участников к рассказу по визитным карточкам друг друга.

Индивидуальная работа: На самом начальном этапе работы вам важно выяснить систему значимых «других» ребенка – тех людей, мнение и отношение которых важно для него, под влиянием кого он находился в тот или иной период жизни. Для этого предложите ребенку вспомнить как можно больше людей из его знакомых за все время, которое есть в его памяти. Пусть ребенок воспринимает это задание как соревнование: у кого будет более длинный перечень знакомых. Потом попросите ребенка, используя цветные карандаши (примерно 7-8 цветов), подобрать самое подходящее по настроению сочетание цветов для каждого из списка (один или два цвета). Спросите ребенка, изменилось ли его отношение к кому-либо: есть ли в списке такие люди, которых он окрасил бы, например, два года назад, иначе. Попросите разъяснить, с чем это связано. Спросите ребенка, что может измениться в поведении человека и отношениях с ними, чтобы изменилась и цветовая гамма. Скорее всего, в такой форме ребенок расскажет о событиях, которые определили его отношение к тому или иному человеку. Пусть ребенок окрасит цветами и себя, а также разные ситуации своей жизни, например, хождение в гости, пребывание в школе, в спальне и т.д.

После этого попросите ребенка выбрать более приятные цвета и менее приятные в данный момент. Проанализируйте, как ребенок окрашивает свой круг знакомств – есть ли абсолютно негативное отношение (окрашивает только отрицаемыми цветами), позитивные (только позитивные), конфликтные (присутствуют как позитивные, так и негативные цвета). Уделите внимание тому, какие группы цветов используются ребенком чаще всего. Попробуйте сделать вывод – с чем связано позитивное или негативное отношение ребенка к тем или иным людям.

Вернитесь к этому упражнению в конце тренинга – пусть ребенок добавит в список других людей, пусть попробует окрасить людей в новые цвета и по-новому сделать выбор цветов. Сравните выбор и оценку ребенка в начале занятий и после.

Цель: Научиться презентовать себя.

Примечание: Члены новой семьи также становятся предметом оценки и осмысления для ребенка. Эта тема – взаимные оценки – часто весьма болезненная для детей. Важно научить ребенка видеть за своей оценкой поведение другого человека. Намного легче сказать: «Он обидчивый», – чем разобраться в том, почему человек обижается. Пусть ребенок вспомнит свои самые сильные обиды, горести, злость на других людей. А затем попробует от таких определений, как:

«Он меня разозлил», «Довел», – перейти к объяснению поведения. Важно, чтобы ребенок рассказал о своем поведении, а потом о поступках того, кто стал причиной такого поведения.

Возраст: 13-18 лет

Прорабатываем: **агрессивность**

Упражнение: **«Ролевая игра»**

Тип: групповое.

Инструкция: Выберите детей, которых вы считаете агрессивными, и организуйте ролевую игру с участием нескольких детей. Роль должна быть доброй и ласковой (например, заботиться о других детях). Мотивация может быть соревновательной.

Дискуссия: Расскажите о своих ощущениях: как вам было в роли доброго, заботливого и т.д.?

Цель: Дать возможность ребенку побыть в роли заботливого, доброго и т.д.

Прорабатываем: **эмоциональную несдержанность**

Упражнение: **«Вижу, ты расстроен»**

Тип: групповое.

Инструкция: Попросите детей рассказать, как они понимают, что другой человек горюет. Какие признаки горя более заметны, а какие менее? Возможно, дети назовут не так много внешних проявлений горя: слезы и плач, грустное выражение лица (опущенные уголки рта, полузакрытые глаза), поза горюющего (опущенные плечи, сгорбленная фигура). Попросите их нарисовать или телесно изобразить эти проявления. Обязательно после такого упражнения предложите детям изобразить другие чувства – расслабленность, удовлетворенность и т.д.

Дискуссия: В заключение упражнения спросите детей, нужно ли скрывать от семьи свое горестное настроение, как показать горе так, чтобы другие могли помочь вам, как рассказать о том, что вас угнетает. Может быть, дети смогут придумать истории, которые бы начинались словами: «Однажды я расстроился из-за того, что...». Соберите эти рассказы и запишите их за детьми, а потом включите их в «книги жизни» детей.

Упражнение: **«Театр»**

Тип: групповое.

Материалы: пьеса, возможно, распечатанная для каждого участника, или несколько книг. Место, где будет сцена, зал, где будут стоять стулья, и все, что нужно для театральной постановки.

Инструкция: Организуйте с детьми театр.

Раздайте детям роли. Часть из них может остаться наблюдателями, они могут помогать в постановке и репетиции, оценивать игру.

Начните разыгрывать пьесу, уделяйте внимание точности выражения эмоций (для начала можно обговорить, какой герой в каком настроении, как он выражает свои эмоции и т.д.); зрители должны оценивать, получилось ли у ребенка передать настроение героя, могут советовать, как лучше сыграть.

Цель: Научиться различать эмоции и выражать их.

Прорабатываем: **неуверенность в себе, низкую самооценку, боязнь быть отвергнутым**

Упражнение: «*Я это сделал!*»

Тип: групповое.

Материалы: лист бумаги, карандаши, ручки.

Инструкция: Предложите детям вспомнить ситуацию, когда им было сложно что-то сделать, но они это сделали. Возможно, они приложили к этому много усилий, потратили много времени. Предложите нарисовать эту ситуацию: «Может быть, это было что-то маленькое, и никто этого не заметил, все равно нарисуйте. Опишите трудности и то, как вы справлялись с ними. Или, если хотите, можете описать словами на бумаге, с небольшими иллюстрациями».

Цель: Дать ребенку источник самоуважения: понимание, что он уже справился с чем-то сложным.

Дискуссия: Пусть ребенок покажет всем остальным свой рисунок. Задача психолога – активно выражать свои положительные чувства и провоцировать на это других детей.

Прорабатываем: **недоверие к окружающему миру**

Упражнение: «*Кегли*»

Тип: групповое.

Материалы: кегли и повязки на глаза по числу участников.

Инструкция: Игра командная. Кегли расставляются «змейкой» перед каждой командой. Члены команды, взявшись за руки, с завязанными глазами пытаются пройти дистанцию, не задев кегли. У чьей команды окажется меньше сбитых кеглей, та и победит в «путешествии». Сколько не сбитых кеглей – столько очков.

Цель: Повысить уровень доверия в команде.

Прорабатываем: **коммуникативные навыки**

Упражнение:

Тип: групповое.

Материалы: пустые коробки из-под обуви или небольшое ковровое покрытие.

Инструкция: Начинают игру трое. Они должны встать в одну шеренгу плечом к плечу. Тот, кто стоит посередине, ставит ноги в две пустые коробки из-под обуви: одна коробка предназначена для его левой ноги, а другая – для правой. Двое других ставят по одной ноге в те же коробки: стоящий справа – левую ногу рядом с правой ногой того, кто стоит в центре, а стоящий слева ставит свою правую ногу в одну коробку с его левой ногой. Теперь все трое должны попробовать пройти несколько метров. Будет лучше, если они возьмут друг друга за плечи.

Когда первая тройка успешно справится с заданием, можно подключить к этой группе еще одного ребенка. Если группа большая, имеет смысл начинать с двух или трех троек, к которым постепенно будут подключаться и другие дети. Тогда будет интересно выяснить, какая из групп сможет двигаться с наибольшим числом участников. Подбадривайте детей, когда они обсуждают друг с другом, как им поступить. При желании они могут меняться местами, чтобы их маленькая команда могла лучше справиться с заданием.

Дискуссия: «Вам понравилась эта игра?», «Что было труднее всего?», «Смогли ли вы в своей команде сработаться друг с другом?»

Цель: Большинство детей лучше всего учатся конструктивно взаимодействовать друг с другом, когда при этом они могут использовать свое тело. Это прекрасная групповая игра с нарастающим уровнем сложности, в ходе которой дети могут научиться синхронизировать свои желания с движениями других детей.

Прорабатываем: **презентацию себя**

Упражнение: «*Презентация неизвестного товара*»

Тип: групповое.

Материал: любые предметы.

Инструкция: Поделите подростков на группы из 5-6 человек. Дайте любой предмет в каждую группу. Задача: придумать ему название, способ применения и презентовать так, чтобы его купили.

Дискуссия: Чей товар вам захотелось купить? Почему?

Цель: Тренировка навыков презентации.

**Материалы Школы принимающих родителей «Надежда».
Из опыта работы ГОУ школы-интерната ст. Новолешковской
Краснодарского края.**

**Занятие «Влияние взаимоотношений взрослых на психику
ребенка»**

Цель: Закрепить активный тренинговый стиль общения: способствовать самоанализу участников; диагностика внутрисемейных отношений: обсуждение и анализ типа взаимоотношений в семье.

1. *Упражнение «Настроение»*. Психоэмоциональный настрой на занятие.
2. *Рисуночный тест «Моя семья»*. Возьмите лист бумаги и нарисуйте каждый свою семью; расскажите, какая она, каковы взаимоотношения между членами вашей семьи. (Сравнение с рисунком).

Обсуждение по подгруппам (2-3 человека) темы «Идеальная семья. Какая она». Подгруппа разрабатывает свою модель идеальной семьи и выносит на обсуждение в группе.

3. *Упражнение «Медитация»*. «Что мне нужно для счастья?»
– Сядьте, расслабьтесь, задайте сами себе вопросы: В чем ты нуждаешься? Что тебя радует? Что тебе нужно для того, чтобы быть счастливым?» (Размышления сопровождаются тихой спокойной музыкой).
4. *Игра «Семейная ссора»*. Все члены группы разбиваются на подгруппы по 3 человека («мать», «отец» и «ребенок»). «Взрослые» ругаются в присутствии «ребенка». Обсуждение «Что чувствует ребенок, когда взрослые ссорятся?»
5. *Сообщение психолога «Ссора – всегда ли это плохо?»*. Дискуссия на тему: «Умеем ли мы решать конфликтные вопросы цивилизованно?»
6. *Упражнение «Кто Я»*.
– Возьмите лист бумаги и ответьте на этот вопрос несколько раз.
7. *«Обратная связь»*.

**Занятие «Развитие уверенности в себе и коррекция агрессивного
поведения»**

Цель: Продолжить развитие умений самоанализа; развивать умение действовать адекватно и эффективно при различных психических состояниях; ознакомить с техникой формирования положительной самооценки.

1. Упражнение «Приветствие».

Встаньте в круг парами, лицом друг к другу. Вы должны поздороваться, *представив себе поочередно следующие ситуации*: вы пришли домой; вы встретили знакомого на улице; вы входите к начальнику; вы – индейцы из племени «тумбо-юмбо», в котором здороваются, слегка потягивая за мочку уха друг друга; марсиане, которые здороваются, потираясь носами.

2. Тест на самооценку и уверенность в себе.

3. Упражнение «Преодоление неуверенности в себе».

Возьмите лист бумаги и разделите его на три колонки, озаглавив их «Мои положительные качества», «Где я могу себя хорошо проявить» и «Чего я достиг». Закройте глаза и сосредоточьтесь на каждом заголовке в течение 1–2 минут. Что приходит вам в голову? Откройте глаза и запишите ваши положительные качества. Прodelайте это для каждого заголовка. Закончите тем, что мысленно одобрительно похлопайте себя по спине. Вы действительно великолепны!

4. Упражнение «Сильные стороны».

Закройте глаза, расслабьтесь и вспомните всю вашу жизнь. Начните с самых ранних детских воспоминаний. Вспомните каждое ваше достижение, каждый поступок, которым вы можете гордиться. Не скромничайте! Обратите внимание на те события, которые без вашего участия приняли бы совсем другой оборот. Каждый член группы должен рассказать о своих сильных сторонах – о том, что он любит, ценит, принимает в себе, о том, что ему дает чувство внутренней уверенности в себе. Остальные участники могут задавать вопросы.

5. «Обратная связь».

Занятие «Методы преодоления жизненных кризисов»

Цель. Развивать умения преодолевать трудности в сложных ситуациях; разрешать внутренние конфликты.

1. Упражнение «Осознание жизненных кризисов».

Вспомните три кризиса, пережитых вами в жизни. Затем сделайте свободный рисунок к каждому из них, выражая чувства, которые вы испытали во время кризиса, и существо случившегося. Не пытайтесь сделать рисунок красивым. Положите рисунки перед собой в хронологической последовательности. Осознайте, каким образом вы действовали в ситуации кризиса. Пытались ли вы отсрочить решение проблем, создавших такую ситуацию, или игнорировали их?

Были ли вы мужественны перед лицом кризиса? Помните! Кризис означает, что существующий порядок рушится, а новый, возможно,

более совершенный, постепенно занимает свое место. Жизнь – это школа, а кризисные ситуации – наиболее важные ее уроки. Принятие кризисов – способ быть свободным и в трудной ситуации.

2. *Сообщение психолога* «Встретить кризис с достоинством. Время песочных часов».
3. *Дискуссия*.
4. *Упражнение «Метафора»*.
– Вы должны дать какой-то развернутый образ, метафору, отражающую вашу «сущность».
5. *«Обратная связь»*.

Тренинг позитивного мироощущения

Задания данного тренинга могут использоваться целым блоком или включаться в тренинги профилактики кризисных состояний подростков в качестве фрагмента.

Цель тренинга – установить контакт с подростками и создать положительную мотивацию к занятиям, открыть, привести в действие, автоматизировать позитивно окрашенные реакции на различные, в том числе стрессовые, ситуации в жизни подростков.

Занятие 1.

I этап - знакомство.

1. *Энергизатор «Мяч по кругу»*

Участники встают в круг, держа руки с открытыми вверх ладонями на уровне талии.

Задача: прокатить мяч по ладоням по кругу так, чтобы он не упал на пол.

Сначала пустите мяч по кругу по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Желательно, чтобы темп игры был как можно более быстрым.

Упражнение: Участники стоят в кругу. После того как каждый назвал своё имя, все хлопают, проговаривая названное имя.

II этап - упражнения.

2. *«Словарь хороших качеств»*. По кругу вспомнить и назвать все синонимы и оттенки качеств «хороший» и «красивый» (или «радостный»). К каким жизненным явлениям приложим данные качества? Постараться найти как можно больше объектов для применения этих синонимов. Рефлексиование: какие чувства, ассоциации, воспоминания возникают при произнесении слов «великолепный», «очаровательный», «прелестный» и т.д. Как влияет этот словарь на настроение и состояние души.

3. Упражнения на двигательную активность. Можно использовать какую-либо подвижную игру, например «Паровозик», «Путаница» или подобную.

Обоснование. Один из самых эффективных способов защиты – «выведение» стрессов по мышечным каналам, как минимум, в период нервно-психологического перенапряжения необходимо искать различные поводы для того, чтобы увеличить двигательную активность: бег, спорт, отказ от транспорта, различные игры. Кроме того, терапевтический эффект игр, например, увеличивается от присутствия в них коммуникативного компонента, тренирующего навыки взаимодействия.

4. «Художник-оптимист».

Разбиться на тройки. *Роли:* художник, зритель, «портрет».

«Портрет» изображает лицом, позой, статичными жестами отрицательное эмоциональное состояние. «Художник» «стирает» это изображение и исправляет его на позитивный антипод, давая словесные инструкции: «Уголки губ подними вверх, разверни плечи» и т.д.

«Зритель» должен отгадать первоначальное состояние и замысел «художника». Затем ролями меняются. Обсуждается, какая роль была самой трудной и почему. Трудно ли регулировать выражение своего лица и состояние, следуя чужим указаниям?

Отражается ли на внутреннем состоянии изменение «маски»?

5. *Дискуссия.*

6. «*Обратная связь*».

Занятие 2.

Цель. Научить подростков самостоятельно находить и использовать резервы положительных эмоций, позитивные вербальные и действенные формы общения в трудные моменты жизни; научить некоторым приемам саморегуляции эмоциональных состояний.

1. Упражнение. «Путаница»

Участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга.

1. По сигналу тренера каждый игрок находит себе партнера по рукопожатию, им не должен быть сосед справа.

2. Затем все участники вытягивают левую руку и так же находят себе партнера по рукопожатию, им не должен быть сосед слева. Очень важно, чтобы это был не тот же самый человек.

3. Задача участников состоит в том, чтобы распутаться, то есть снова выстроиться в круг, не разъединяя рук.

2. «Портрет в розовых тонах».

Предлагается вспомнить человека, к которому испытываешь неприязнь. Нужно попытаться написать его словесный портрет, используя только позитивную лексику, то есть, оставляя «в уме» негативные качества, писать только о тех, что можно оценить как положительные. Можно несколько изменить задание, предложив написать портрет неприятного человека с позиции тех, кто его любит.

Для более младших подростков в качестве объекта предлагается выбрать киногероя или литературного персонажа, и так же написать его «портрет».

Обсудить, меняется ли отношение к человеку после такого сочинения.

3. «Успокойте Бирбала».

Индийская легенда рассказывает о Бирбале, нерадивом советнике царя Акбара, который однажды опоздал к царю на целых 3 часа – проспал. Чтобы оправдаться перед царем, Бирбал сказал, что никак не мог успокоить ребенка. Акбар не поверил, что ребенка нельзя было успокоить быстрее. Тогда Бирбал предложил царю выступить в роли утешителя, а сам «заплакал», изображая неутешное горе. Через час бесплодных попыток Акбар сдался и простил своего советника.

Участники тренинга выбирают «Бирбала», которого по очереди пытаются успокоить, используя различные способы утешения: слово, прикосновение, какие-либо стимулы. Затем Бирбал выбирает, чье утешение было самым убедительным и эффективным.

4. «Необитаемый остров».

Вы попали на необитаемый остров. Кто будет больше всего ждать вашего возвращения домой?

О ком сильнее всего будете беспокоиться вы?

Какое дело, кроме вас, не сможет завершить никто?

Представьте, что в вашем распоряжении оказались обученные почтовые голуби. Кому из участников тренинга вы написали бы письмо с призывом о помощи? Почему?

5. Дискуссия.

6. «Обратная связь».

Занятие 3. Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.

Ход занятия

I. Ритуал приветствия.

Встать в круг. Положить руки друг другу на плечи. Приветливо посмотреть друг на друга и поздороваться.

II. Основная часть.

1. Мотивационный блок.

Беседа «Трудности человека, связанные с общением».

Можете ли вы подтвердить или опровергнуть фразу «Самая главная роскошь на земле – это роскошь человеческого общения» (Антуан де Сент Экзюпери)?

Приведите примеры трудностей человека, связанных с отсутствием общения.

Как отсутствие общения может повлиять на человека, его физическое и психическое состояние?

Говорил ли кто-нибудь вам такие слова: «Я не хочу с тобой общаться»?

Эти слова справедливо были сказаны или нет?

Как вы на них реагировали?

2. Информационный блок.

Беседа «Уровни общения людей».

В психологической литературе выделяют 4 уровня общения людей.

Первый уровень – это уровень манипулирования.

Это общение с человеком как с вещью. Нужна вещь в данный момент – я ее использую: приглашаю в кино, дам списать контрольную, приглашу к себе. Манипулятор предполагает и просчитывает, как он в последующем использует этого человека.

Второй уровень – это уровень игры. У каждого участника такого общения есть планы, цели, намерения в этих отношениях. Каждый ведет свою игру. Я не люблю этого человека, но стараюсь быть в его друзьях, потому что он отличник, потому что он сильный, потому что он гроза нашего района и т.д.

Третий уровень – уровень правового общения. Все участники общения уважают права каждого человека, участвующего в общении. Нормы и правила общения распространяются на всех.

Четвертый уровень – это уровень нравственного общения. На этом уровне общение происходит на основе духовности, прямоты, справедливости, порядочности.

3. Блок самоанализа и самооценки.

Задание «Правила общения с людьми».

Проанализируйте свое общение с людьми и сформулируйте правила общения с людьми или фразы – пароли общения.

Заранее на доске написаны фразы – пароли общения, но они скрыты от учащихся. Они знакомятся с ними только тогда, когда составят свои.

В общении:

1) Не оправдывайте себя! (*Меня не понимают, меня не ценят, ко мне несправедливы, я забыла и т.д.*)

2) Не снимайте с себя ответственности!

3) Не общайтесь с людьми только из-за внешних стереотипов!

- 4) Будьте искренни!
- 5) Будьте мужественны!
- 6) Будьте справедливы!
- 7) Считайтесь с чужим мнением!
- 8) Не бойтесь говорить правду!
- 9) Радуйтесь успехам людей, которые вас окружают!
- 10) Будьте естественны в общении!
- 11) Не бойтесь правды, высказанной в ваш адрес!
- 12) Анализируйте свои отношения с людьми, смотрите в них, как в зеркало!

Творческое задание «Круг моего общения». Составьте круг своего общения и обозначьте каждый сегмент круга, соотнеся его с теми людьми, с которыми вы общаетесь.

III. Заключение.

Ведущий подводит итог занятия и благодарит участников за работу.

IV. Ритуал прощания.

ЛИТЕРАТУРА

Авдеева Н.Н., Хаймовская Н.А. Развитие образа себя и привязанностей у детей от рождения до трех лет в семье и доме ребенка. – М., 2003.

Акимова М.Н. и др. Организация работы с приемными семьями. – Самара, 1998.

Алексеева Е.Е. Что делать, если ребёнок... Психологическая помощь семье с детьми от 1 до 7 лет. – СПб., 2008.

Алексеева Л.С., Меновицков В.Ю. Социальный патронаж семьи в системе социального обслуживания. – М., 2000.

Алиева М.А., Гришанович Т.В., Лобанова Л.В., Травникова Н.Г., Трошихина Е.Г. Тренинг развития жизненных целей (программа психологического содействия успешной адаптации). – СПб., 2002.

Ананьева Е.И., Лобанова Л.В., Мельникова Р.В. Дочки-матери. Методической пособие по проведению интерактивной игры для детей-сирот. – СПб., 2000.

Андреева Г.М. Социальная психология. – М., 2003.

Арнаутова Е. П. Повторный брак матери и эмоциональная связь с ребенком. Как помочь ребенку войти в современный мир. – М., 1995.

Бакли Р., Кэйтл Д. Теория и практика тренинга. – СПб., 2002.

Барабохина В.А., Замалдинова Г.Р. Современные технологии в социальной работе с семьёй. – СПб., 2006.

Бахурина Е.С. Методические рекомендации по использованию 8-ми цветового теста Люшера. – Балашиха, 1995.

Белинская Е. Волшебный мир детства // Школьный психолог. – 2007. – № 18.

Блейхер В.М., Крук И.В. Патопсихологическая диагностика. – Киев, 1986.

Большаков В.Ю. Психотренинг: Социодинамика. Упражнения. Игры. – СПб., 1996.

Боулби Дж. Привязанность. – М., 2003.

Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. – М., 2004.

Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. – Киев, 1989.

Быков А.В., Шульга Т.И., Олиференко Л.Я. Социально-психологическая помощь обездоленным детям: опыт исследований и практической работы: Учебное пособие. – М., 2003.

Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М., 2001.

Веккер Л. М. Психические процессы. – Л., 1982.

Венгер А.А. Психологическое консультирование и диагностика. – М., 2007.

Виханский О.С., Наумов А.И. Менеджмент: Учебник. – 3-е изд. – М., 2000.

Возвращение домой. Из опыта работы с родителями уличных детей / Под общей ред. Галияхметова Р.Р. – СПб., 2002.

Волкова Е., Грибанова Л. Иные родители, иная семья. Формы устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. – М., 2001.

Воспитание детей в неполной семье: Сборник статей в переводе с чешского. – М., 1980.

Выхристюк О.Ф. Медицинская помощь сиротам и детям из неблагополучных семей. – М., 2004.

Гильязева И.Н., Игнатъева Н.Д. Детская проективная методика исследования межличностных отношений ребенка // Психологические исследования личности в клинике. – Л., 1978.

Грановская Р.М., Никольская И. М. Психологическая защита у детей. – СПб., 2001.

Грецов А. Психологические тренинги с подростками. – СПб., 2008.

Грэхэм Дж. Как стать родителем самому себе. – М., 1993.

Деинституционализация сети детских домов и развитие системы замещающего семейного воспитания в Пермском крае. – Пермь, 2006.

Добряков И.В., Никольская И.М., Эйдемиллер Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия. – СПб., 2003.

Ежов И.В. Программа психологического обеспечения духовного развития личности воспитанников Яснополянского детского дома. – Ясная Поляна, 1997.

Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. – Л., 1985.

Ефимкина Р.П. Детская психология. Методические указания. – Новосибирск, 1995.

Жаров А.А. Устройство детей: Учебное пособие для специалистов. – М., 2008.

Жирова Н.С. Оценка эффективности модулей коммуникативного тренинга. – М., 2003.

Жуков Ю.М. Коммуникативный тренинг. – М., 2004.

Замещающая семья: Методическое пособие. – М., 2005.

Иванова Н.П., Заводицкая О.В. Дети в приемной семье: советы начинающим родителям-воспитателям. – М., 1993.

Ивэнс Р.М. Введение в теорию цвета. – М., 1964.

Инновационные услуги в профилактике социального сиротства / Под ред. Егоровой М.О. – М., 2006.

Калинина Р.Р. Введение в психологию семейных отношений. – СПб., 2008.

Кларин М.В. Корпоративный тренинг от А до Я. – М., 2000.

Климов Е. А. Психология профессионала. – М., Воронеж, 1996.

Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль, 1996.

Ковалец И.В. Азбука эмоций: Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психоэмоциональном развитии и эмоциональной сфе-

ре: Методическое пособие для педагогов общего и специального образования. – М., 2003.

Козловская Т. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста / Под ред. С.Ю. Циркина. – СПб., 1997.

Коломойской Я.П., Паныко Е.А. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника. – Мн., 1997.

Котли П. Новые приемные родители: Методические материалы. – СПб., 2004.

Кочубей А., Умарова Н. Визит в семью, или практика работы с семьями: Учебно-методическое пособие. – Псков, 2002.

Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. – М., 2000.

Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. – М., 1999.

Красницкая Г.С. Усыновление детей. – М., 1997.

Красницкая Г.С., Пименов М.В., Рудов А.Г. Организация обучения граждан, желающих принять ребенка в семью: Методические материалы. – М., 2008.

Красницкая Г.С., Рудов А.Г. Работа с гражданами, желающими принять ребенка в семью. Методические материалы. – М., 2008.

Кричевский Р.А., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., Изд-во Моск. ун-та, 1991.

Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль, 1997.

Кулагин Б.В. Основы профессиональной диагностики. – Л., 1984.

Лабунская В.А. Невербальное поведение (социально-перцептивный подход). – Ростов, 1986.

Лангмейер Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. – Прага, 1984.

Ли Д. Практика группового тренинга. – СПб., 2001.

Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи. – М.: Издательский центр «Академия», 2006.

Лишенные родительского попечительства: Хрестоматия. – М., 1991.

Лукашинок О.Н. Конфликты в работе педагога с детьми: Методические рекомендации. – Калуга, 1977.

Лютова Е.К., Мочина Г.Б. Как помочь ребенку. – СПб., 1999.

Люшер М. Цветовой тест Люшера. – М., 2002.

Майерсон М., Эшнер А. Когда родители любят слишком сильно (Как помочь родителям и детям жить своей, а не чужой жизнью). – М., 2002.

Малкина-Пых И.Г. Семейная терапия. – М., 2005.

Маркова А.К. Психология профессионализма. – М., 1996.

Марковская И.Ф. Задержка психического развития. Клиническая и нейропсихологическая диагностика. – М., 1993.

Мельникова Э.Б. Ювенальная юстиция. – М., 2000.

Микляева А.В. Я-подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии. – СПб., 2003.

Минкова Э.А. Особенности личности ребенка, воспитывающегося вне семьи. Очерки о развитии детей, оставшихся без родительского попечения / Э.А. Минкова. – М., 1995.

Михеева Л. Ю. Опекa и попечительство: Правовое регулирование. – М., 2002.

Морозова Е.Н. Проблемные дети и дети-сироты. Советы воспитателям и опекунам. – М., 2002.

Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – 4-е издание, стереотипное. – М., 1999.

Назарова А.Г. Игротренинг. – СПб., 1998.

Найди меня, мама! Материалы в помощь журналисту. – М., 2006.

Нечаева А.М. Семейное законодательство: Комментарий судебной практики. – М., 2005.

Нечаева А.М. Судебная защита прав ребенка: Учебно-практическое пособие. – М., 2003.

Обухова Л.Ф. Детская психология. – М., 1996.

Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М., 1996.

Организация комплексной психологической помощи детям, оставшимся без попечения родителей, и детям группы риска по социальному сиротству: Методические рекомендации. – СПб., 2002.

Орлова М.И., Ярославцева Т.Г., Лазарева Л. В. Психологические аспекты семейного жизнеустройства детей. – Екатеринбург, 2007.

Ослон В.Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья. – М., 2006.

Ослон В.Н. Ребенок в приемной семье. Проблемы воспитания // Детский дом. – 2004. – № 4 (13).

Ослон В.Н., Холмогорова А.Б. Замещающая профессиональная семья как одна из моделей решения проблемы сиротства в России // Вопросы психологии. – 2001. – № 3.

Отечественная психология в контексте мировой науки и практики / Под ред. А.И. Донцова, Т.Ю. Базарова. – М., 2005.

Партнерство во имя детей / Под ред. Страбахиной Т.Н., Позднышевой А.А. – Великий Новгород, 2002.

Петрановская Л.В. К вам в класс пришел приемный ребенок. – М., 2008.

Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – М., 1989.

Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М., 1982.

Пименов М.В., Рудов А.Г. Работа ООП по привлечению граждан на семейные формы: Методические материалы. – М., 2008.

Пономаренко А.П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе. Методические рекомендации для школьных психологов. – Одесса, 1999.

Порошенко Е. Семейные конфликты и пути их разрешения // Школьный психолог. – 2008. – № 10.

Практикум по психодиагностике. – М., 1988.

Приемная семья: психологическое сопровождение и тренинги. – СПб., 2007.

Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. – СПб., 2007.

Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психическое развитие воспитанников детских домов / Под ред. Дубровиной И.В. – М., 1990.

Проблема цвета в психологии. – М., 1993.

Работа с детьми группы риска / Под общей ред. Хананашвили Н.Л. – М., 1999.

Райкус Дж., Хьюз Р. Социально-психологическая помощь семьям и детям групп риска. – М., 2008.

Романов А.А. Коррекция нарушений поведения и эмоциональных расстройств у детей. – М., 1998.

Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика / Под общей ред. и предисл. Петровской Л.А. – 2-е изд. – М., 1993.

Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М., 1993.

Сапогова Е.Е. Психология развития человека. М., 2001.

Сборник судебных актов Российской Федерации (усыновление, опека, попечительство). – М., Департамент Семейной и молодежной политики г. Москвы, 2007.

Семаго Н.Я., Семаго М.М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. – СПб., 2005.

Семейное устройство. Методические материалы для специалистов. – М., 2006.

Семьи-мосты: приемные семьи для краткосрочного размещения. Методические материалы. – СПб., 2004.

Серов Н. В. Хроматизм мифа. – Л., 1990.

Социальная работа с несовершеннолетними / Под общей ред. Зыкова О.В., Хананашвили Н.Л. – М., 2000.

Станиславский К.С. Моя жизнь в искусстве. – М., 2003

Старшенбаум Г.В. Как стать семейным психологом. Интерактивный учебник: тесты, упражнения, ролевые игры. – М., 2007.

Страбахина Т.Н. Психологические вопросы социального материнства // Материнство. Психолого-социальные аспекты (норма и девиация). Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Иваново-Плес, 6-9 сентября 2002.

Субботина Л.Ю. Развитие воображения у детей. – Ярославль, 1996.

Тарабрина Н.В. Экспериментально-психологическая методика изучения фрустрационных реакций. – Л., 1984.

Ткачев В.В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии: Учебное пособие. – М., 2007.

Торн К., Маккей Д. Тренинг. Настольная книга тренера. – СПб., 2001.

Туревская Е.И. Возрастная психология. – Тула, 2000.

Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту. Советы психолога родителям. – М., 1996.

Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Обухова Л.А. Нетрадиционные формы работы с родителями. – М., 2005.

Хухлаева О.В. Лесенка радости. – М., 1998.

Целуйко В. М. Психология неблагополучной семьи. – М., 2006.

Черников А. Системная семейная терапия. – М., 2005.

Чирков В.И. Схема для оценки школьной зрелости ребенка. Диаг-ностика готовности детей к обучению в школе. – М., 1993.

Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1995.

Шаповаленко И.В. Возрастная психология. – М., 2005.

Шахманова А. Ш. Воспитание детей-сирот дошкольного возраста: Учебное пособие. – М., 2005.

Шванцара Й. и др. Диагностика психического развития. – Прага, 1978.

Шипицина Л.М. Психическое развитие детей-сирот. – СПб., 1996.

Шнейдер Л. Род, семья, очаг: фамильные ценности // Школьный психолог. – 2006. – № 18 (376).

Щербакова Т.Н. Детская психология в сказках и играх // Школьные технологии. – 1997. – № 1.

Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. – М., 1996.

Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб., 1999.

Экспериментальные задания по общей психологии. – Ярославль, 1985.

Юдина Н. Воспитание коммуникативной культуры // Школьный психолог. – 2007. – № 12.

ССЫЛКИ

http://community.livejournal.com/semja_rebenku

<http://detskiedomiki.ru>

<http://innewfamily.ru>

<http://www.detskiedomiki.ru>

<http://www.fond-detyam.ru>

<http://www.fostercare.ru>

<http://www.nevronet.ru>

<http://www.otkazniki.ru>

<http://www.pro-mama.ru>

<http://www.radiorus.ru>

<http://www.sirotstvo.ru/fond>

<http://www.usynovite.ru>

Серия «Семья для ребенка»

Методическое пособие

**Подготовка ребенка
к устройству в принимающую семью**

Редакторы серии: Э.Ш. Гарифулина, Е.Н. Белолипецкая

Художественное оформление обложки: Дарья Герасимова

Компьютерная верстка: С.А. Имподистов

Подписано в печать 23.11.2009. Бум. офсетная. Формат 60x90^{1/16}.
Гарнитура Garamond. Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,5. Тираж 1000 экз.
Заказ № 336.

Отпечатано ООО «Издательство «Перспект»
119606, г. Москва, пр-т Вернадского, 84

«Фонд помощи обездоленным детям и детям, лишенным родительской ласки – Детский фонд «Виктория» создан в ноябре 2004 года с целью качественного улучшения жизни детей, находящихся в неблагоприятной жизненной ситуации, в первую очередь, осиротевших детей и детей, оставшихся без попечения родителей.

Основными направлениями деятельности Фонда являются: профилактика социального сиротства; семейные формы устройства детей, оставшихся без попечения родителей; развитие их компетенций и социализация; развитие добровольчества и благотворительной среды.