



# Сегменты социально-педагогической сферы

Монография

Часть 3

ТОМ II

*Ассоциация социальных педагогов Московской области  
«Социальные педагоги Подмосковья»*

Коломна, 2015



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

АССОЦИАЦИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПЕДАГОГОВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«СОЦИАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИ ПОДМОСКОВЬЯ»

# **Сегменты социально-педагогической сферы**

**Монография**

**Часть 3**

**ТОМ II**

*Монография посвящена открытию Ассоциации социальных педагогов  
Московской области «Социальные педагоги Подмосковья»*

Коломна  
2015

УДК 37.013.42  
ББК 74.6  
С28

Рекомендовано к изданию  
редакционно-издательским  
советом ГОУ ВО МО "ГСГУ"

Рецензенты:

***Нарбут Николай Петрович*** -

доктор социологических наук, профессор, заведующий  
кафедрой социологии факультета гуманитарных и социальных  
наук Российского университета дружбы народов (РУДН);

***Шубович Марина Михайловна*** -

доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой  
педагогике и социальной работы ФГБОУ ВПО "Ульяновский  
государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова"

**С28** **Сегменты социально-педагогической сферы:** монография. Ч. 3;  
в 2 т.; Т. 2. / под ред. Е. Н. Белоус, М. А. Ерофеевой. – Коломна :  
Государственный социально-гуманитарный университет, 2015. – 363 с.  
ISBN 978-5-98492-257-9

Монография издается Ассоциацией социальных педагогов Подмосковья «Социальные педагоги Подмосковья» при поддержке Государственного социально-гуманитарного университета, социально-психологического факультета этого университета и кафедры социальной педагогики. Монография предназначена для практикующих социальных педагогов и других специалистов из смежных областей, работающих в социально-педагогической сфере. Монография будет полезной и для студентов, будущих социальных педагогов, психологов, педагогов-психологов, а так же для преподавателей, методистов и руководителей образовательных учреждений, работников социальной сферы.

УДК 37.013.42  
ББК 74.6

ISBN 978-5-98492-257-9

© ГОУ ВО МО «Государственный  
социально-гуманитарный  
университет», 2015

# СОДЕРЖАНИЕ

## ТОМ II

### Методическая социально-педагогическая копилка

Методика оценки эмоционального благополучия здорового человека МОЗЛ ( <i>Одарущенко О.И.</i> ).....	8
«Подготовка детей и подростков к жизни в семье» Программа подготовки детей и подростков к семейной среде и адаптации к новым условиям жизни (с игровыми упражнениями и анализом типовых ситуаций детско-родительских отношений) ( <i>Горохова И.В., Фатина Е.А., Мухаева В.А.</i> ).....	25
«Семь - Я» Образовательная модифицированная программа по работе с приемными детьми с ОВЗ и приемными родителями: естественнонаучное направление ( <i>Горохова И.В., Куйдо К.В.</i> ) .....	117
«Шаги Навстречу» Тренинговая программа психологической подготовки граждан, выразивших желание стать опекунами или попечителями несовершеннолетних граждан, либо принять детей, оставшихся без попечения родителей в семью на воспитание ( <i>Фатина Е.А., Мухаева В.А.</i> ).....	134
<b>Методические рекомендации приемным родителям</b> ( <i>Денисевич Н.Н.</i> ).....	206

### Практические разработки

<b>Экологическая сказка «Хламище-окаянице»</b> для дошкольников ( <i>Казьмина С.А.</i> ).....	237
«Путешествие в сказку "Репка"» Конспект организованной образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста по образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» с использованием ИКТ и нетрадиционной техники конструирования из нестандартных материалов по мотивам русской народной сказки ( <i>Казьмина С.А.</i> ).....	245
<b>Психологическая игра-путешествие «Поезд»</b> для школьников 5 класса ( <i>Ткачук О.С.</i> ).....	251
<b>Классный час «Разные, но равные»</b> для школьников 6-7 класс, многонациональных классов ( <i>Ткачук О.С.</i> ).....	257
<b>Семейный совет «Под счастливой крышей»</b> Классный час-представление для школьников 5 класса с привлечением родительской общественности ( <i>Ткачук О.С.</i> ).....	270
План-конспект тренинга по развитию адаптивных форм поведения и профилактике конфликтов у старших подростков, студентов	

<i>(Белоус Е.Н., Бирюкова О., Шакшова Н., Антонов И.)</i> .....	285
<b>Есть ли границы у свободы слова? Конспект круглого стола для учащихся 7-8-х классов</b> ( <i>Мовчанюк Н.Е.</i> ) .....	293
<b>«Зимние забавы»</b> Спортивный праздник для детей с родителями ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	302
<b>Игра народная - весёлая, задорная!</b> Непосредственная образовательная деятельность для детей старшего возраста ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	304
<b>23 февраля - День защитника Отечества</b> Развлечение для детей старшего дошкольного возраста ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	313
<b>«Зимние Олимпийские игры»</b> спортивный праздник ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	318
<b>«На поле Куликовом...»</b> Конспект непосредственной образовательной деятельности по физической культуре с этнокультурным компонентом для старших дошкольников ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	324
<b>«Юные пожарные»</b> Сценарий спортивного развлечения для старших дошкольников ( <i>Федосова Л.Е., Эвоян Г.С.</i> ) .....	335
<b>«Озорные мышки»</b> Конспект сюжетно-игрового занятия с использованием нестандартного оборудования для дошкольников младшего возраста ( <i>Федосова Л.Е., Копытина Л.В.</i> ) .....	342
<b>«Космос – человечеству»</b> Развлечение для старших дошкольников ( <i>Федосова Л.Е.</i> ) .....	345
<b>«Детство - сказочная страна»</b> Конспект выездной оздоровительной кампании ( <i>Афонасенко Ю.Б.</i> ) .....	352



# TOM II

*Методическая социально-педагогическая  
копилка*

**Одарущенко Ольга Ивановна -**

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологического образования, ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет», [olgaodar@yandex.ru](mailto:olgaodar@yandex.ru)*

## **Методика оценки эмоционального благополучия здорового человека МОЗЛ**

Сохранение и восстановление психического здоровья здорового человека, а тем более духовного сегодня невозможно вне оценки психологического профиля личности [2], а значит, зависит от критериев, определяющих психическое здоровье здорового человека. Возможным вариантом, позволяющим решить один из ключевых вопросов прикладных психологических проблем психического и социального здоровья, является выделение критериев все более высокой степени общности (Никифоров, Г.С. Психология здоровья, 2006. С. 60), таковым может стать критерий эмоционального благополучия.

Исследование, проведенное на базе кафедры психологического образования ГАОУ ВПО «МГОСГИ», позволяет говорить о структуре эмоционального благополучия как одного из важных критериев психического здоровья практически здоровых людей. Выделены параметры, определяющие эмоциональное благополучие здорового человека и разработана методика оценки эмоционального благополучия здорового человека МОЗЛ[1].

Методика разработана главным образом для прикладных исследований с учетом таких широко распространенных опросников, как «Оценка уровня самоактуализации личности» Э. Шострома, «Шкала субъективного благополучия» М.В. Соколова, «Аутоаналитический опросник здоровой личности» В.А. Ананьева, «Метод диагностики уровня субъективного контроля (локус контроля)».

Методика состоит из девяти субтестов, определяющих следующие параметры психического здоровья здорового человека: интернальность в

области семейных отношений, контактность, субъективное благополучие, креативность, самопринятие, гибкость поведения, индекс нравственности, зрелость личности, самоуважение. Именно эти показатели определяют профиль психически здоровой личности, позволяют оценить психическое здоровье здорового человека и определить направления профилактической и восстановительной работы с ней штатного психолога в оздоровительных учреждениях любого типа.

Первый субтест определяет интернальность в области семейных отношений.

Инструкция.

Вам предлагаются вопросы-утверждения, касающиеся различных сторон жизни и отношения к ним. Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными утверждениями по 6-бальной шкале:

- 3 – совершенно не согласен;
- 2 – не согласен;
- 1 – скорее не согласен, чем согласен;
- +1 – скорее согласен, чем не согласен;
- +2 – согласен;
- +3 – совершенно согласен.

Будьте, пожалуйста, внимательны и искренни. Желаем успеха!

Текст опросника.

1. Большинство разводов происходит оттого, что люди не захотели приспособиться друг к другу.
2. Внешние обстоятельства – родители и благосостояние – влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.
3. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они не старались, наладить семейную жизнь они все равно не смогут.
4. Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.
5. В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.
6. Я часто думаю, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье.

7. На подрастающее поколение влияет так много разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.
8. Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, чего я хочу.
9. Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.
10. В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.

Обработка и интерпретация результатов.

Производится подсчет баллов с помощью «Ключа к опроснику».

Подсчет баллов осуществляется следующим образом:

- баллы, набранные при ответе на вопросы (утверждения), соответствующие отмеченным знаком «+», складываются;
- баллы, набранные при ответе на вопросы (утверждения), соответствующие отмеченным знаком «-», также складываются, но с обратным знаком.

Далее производится сложение сумм, набранных со знаками «+» и «-». Это и будет сумма баллов, соответствующая интернальности в области семейных отношений.

Высокие показатели означают, что человек считает себя ответственным за события в его семейной жизни, тогда как низкие указывают на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной конфликтных ситуаций, возникающих в семье.

Ключ: «+» (1, 4, 5, 8, 9); «-» (2, 3, 6, 7, 10).

Второй субтест определяет контактность.

Инструкция.

Внимательно прочтите каждое утверждение и пометьте «+», если согласны с ним или «-», если не согласны.

Текст опросника.

1. Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.

2. Для меня не слишком важно, разделяют ли другие люди мою точку зрения.
3. Я не хотел бы отступить от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто полезное, за что люди были бы благодарны мне.
4. Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
5. Два человека лучше ладят между собой, если каждый из них старается, прежде всего, выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.
6. Я не чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
7. Мне кажется, что люди открыто должны проявлять в отношениях с другими свое недовольство ими.
8. Обычно я не задумываюсь над тем, соответствует ли мое поведение тому, что от меня ждут.
9. Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
10. В большинстве ситуаций я прежде всего стараюсь понять, чего хочу я сам.
11. Я позволяю себе быть «белой вороной».
12. Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
13. Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобрили то, что я делаю.
14. Меня любят потому, что я сам способен любить.
15. Защищая собственные интересы, люди часто не забывают интересы окружающих.
16. Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
17. Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
18. Иногда я не против того, когда мной командуют.
19. Мне нравится участвовать в жарких спорах.
20. Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.

Обработка и интерпретация результатов.

За каждое суждение, отмеченное испытуемым «+» начисляется 1 балл, за суждение, отмеченное «-» начисляется 0 баллов. Баллы суммируются.

Шкала измеряет способность человека устанавливать глубокие и тесные контакты с окружающими. Психически здоровая личность может легко и быстро вступать в контакт, но ее отношения с людьми не являются поверхностными, она играет значимую роль в жизни своих друзей и близких, ее отношения с людьми полны смысла и доброжелательности. Низкий балл – трудности в общении.

Третий субтест определяет субъективное благополучие.

Инструкция.

Внимательно прочитайте приводимые ниже высказывания. На каждое утверждение вы можете ответить: полностью согласен, согласен, более или менее согласен, затрудняюсь ответить, более или менее не согласен, не согласен, полностью не согласен.

Текст опросника.

1. В последнее время я был в хорошем настроении.
2. Моя работа давит на меня.
3. Если у меня есть проблемы, я могу обратиться к кому-нибудь.
4. В последнее время я хорошо сплю.
5. Я редко скучаю в моей повседневной деятельности.
6. Я часто чувствую себя одиноким.
7. Я чувствую себя здоровым и бодрым.
8. Я испытываю большое удовольствие, находясь вместе с семьей или моими друзьями.
9. Иногда я становлюсь беспокойным по неизвестной причине.
10. Утром мне трудно вставать и работать.
11. Я оптимист в отношении будущего.
12. Я охотно меньше просил бы других о чем-либо.
13. Мне нравится моя повседневная деятельность.
14. В последнее время я чрезмерно реагирую на незначительные препятствия и неудачи.
15. В последнее время я чувствую себя в прекрасной форме.
16. Я все больше ощущаю потребность в уединении.
17. В последнее время я был очень рассеян.

Обработка и интерпретация результатов.

Подсчет значения субъективного благополучия проводится путем суммирования баллов, получаемых за ответ на каждый вопрос из расчета:

полностью согласен – 1 балл, согласен – 2 балла, более или менее согласен – 3 балла, затрудняюсь ответить – 4 балла, более или менее не согласен – 5 баллов, не согласен – 6 баллов, полностью не согласен – 7 баллов.

Оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного неблагополучия (высокие оценки), характерны для людей, склонных к депрессии и тревогам, пессимистичных, замкнутых, зависимых, плохо переносящих стрессовые ситуации. Крайне высокие оценки свидетельствуют о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте.

Средние оценки свидетельствуют о низкой выраженности субъективного благополучия (серьезные проблемы отсутствуют, но и о полном психологическом комфорте говорить нельзя).

Оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного благополучия (низкие оценки), говорят об умеренном эмоциональном комфорте испытуемого, он не испытывает серьезных психологических проблем.

Крайне низкие оценки свидетельствуют о полном благополучии испытуемого и отрицании им серьезных психологических проблем.

Четвертый субтест изучает креативность.

Инструкция.

Внимательно прочтите каждое утверждение и пометьте «+», если согласны с ним или «-», если не согласны.

Текст опросника.

1. В сложных ситуациях всегда надо искать принципиально новые решения.
2. Главное в нашей жизни – творить, создавать что-то новое.
3. Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.
4. Я часто принимаю спонтанные решения.
5. При необходимости человек может достаточно легко освободиться от своих привычек.
6. Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.
7. Я очень увлечен своей работой.
8. Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
9. Я легко принимаю рискованные решения.

10. Я считаю, что способность к творчеству – природное свойство человека.
11. Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
12. Наибольшее удовольствие человек получает в самом процессе работы.
13. Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.
14. Мне кажется, что, для того чтобы заниматься творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.

Обработка и интерпретация результатов.

За каждое суждение, отмеченное испытуемым «+» начисляется 1 балл, за суждение, отмеченное «-» начисляется 0 баллов. Баллы суммируются.

Субтест измеряет выраженность направленности личности. Высоким баллам соответствует развитая творческая направленность, низким – слабый творческий потенциал.

Пятый субтест дает возможность определять самопринятие.

Инструкция.

Внимательно прочтите каждое утверждение и пометьте «+», если согласны с ним или «-», если не согласны.

Текст опросника.

1. Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
2. Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других.
3. У меня никогда не возникает потребности в обосновании своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
4. Я редко задумываюсь о том, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.
5. Главное в нашей жизни – приносить пользу.
6. Иногда мне приятно посплетничать.
7. Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.
8. Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.
9. Мне кажется, что я могу вполне доверять своим собственным оценкам.

10. Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
11. Человек совсем не обязательно должен раскаиваться в своих поступках.
12. Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
13. Я готов примириться со своими ошибками.
14. Я никогда не испытываю чувства вины, если делаю что-то исключительно для себя.
15. Мне легко смириться со своими слабостями.
16. Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
17. Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
18. Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.
19. Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
20. Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.
21. Я не боюсь неудач.

Обработка и интерпретация результатов.

За каждое суждение, отмеченное испытуемым «+» начисляется 1 балл, за суждение, отмеченное «-» начисляется 0 баллов. Баллы суммируются.

Высокая оценка по субтесту означает, что испытуемый принимает себя таким, какой он есть, со всеми своими недостатками и слабостями.

Шестой субтест определяет гибкость поведения.

Инструкция.

Внимательно прочтите каждое утверждение и пометьте «+», если согласны с ним или «-», если не согласны.

Текст опросника.

1. Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
2. Я могу без всяких угрызений совести отложить на завтра то, что я должен сделать сегодня.
3. Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.
4. Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему.

5. Я не чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
6. Я не считаю необходимым следовать правилу «не трать время даром».
7. Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего замечательного.
8. Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя другие люди.
9. Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.
10. Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.
11. Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
12. Существует множество ситуаций, в которых я могу позволить себя дурачить.
13. Обычно я не задумываюсь над тем, соответствует ли мое поведение тому, что от меня ждут.
14. Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
15. Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
16. Я позволяю себе быть «белой вороной».
17. Мне никогда не бывает скучно.
18. Иногда я считаю возможным мошенничать.
19. Мне иногда нравятся сальные шутки.
20. Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.
21. Защищая собственные интересы, люди часто не забывают интересы окружающих.
22. Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю.
23. Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
24. Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.

Обработка и интерпретация результатов.

За каждое суждение, отмеченное испытуемым «+» начисляется 1 балл, за суждение, отмеченное «-» начисляется 0 баллов. Баллы суммируются.

Высокий балл по субтесту отражает способность человека быстро реагировать на изменяющуюся ситуацию, гибкость, разумность в применении некоторых стандартных принципов. Низкий балл означает догматизм,

проявляющийся в том, что испытуемый очень жестко придерживается общих принципов.

Седьмой субтест определяет индекс нравственности.

Инструкция.

Представьте себе, что к вам обращаются ваш друг или подруга с просьбой дать совет в трудной ситуации. Дайте этот совет на каждый вопрос в письменной форме одной или несколькими фразами.

Текст опросника.

1. Мой возлюбленный меня бросил. Я беременна. Что ты мне посоветуешь?
2. Мне представляется удобный случай поквитаться со своим давним недругом. Стоит ли?
3. Представляешь, вчера, придя домой, я обнаружила, что продавец в магазине самообслуживания не взял с меня денег за кофточку. Что ты мне посоветуешь?
4. «Мы с тобой договорились завтра встретиться и пойти в ресторан, но мне только что позвонил друг и просил помочь с переездом. Как мне поступить?»
5. За мной красиво ухаживает один молодой человек. Ты знаешь, что мой муж не обращает на меня внимания. Конечно, он бы ни о чем не узнал. Что ты мне посоветуешь?
6. Мне говорят, что, нанимаясь на работу, полезно сказать, что я уже имею опыт в этой области. Тогда, вероятно, я могу рассчитывать на большую зарплату. А ты как думаешь?
7. Мне нужен твой совет: издатель моей книги предложил мне для занимательности вставить несколько эротических сцен. Тогда книга станет бестселером. Соглашаться ли мне?
8. Мы договорились с соседями по очереди убирать лестницу, а старуха из 12-й квартиры никогда не убирает, говорит, что не в состоянии. Что нам с ней делать?
9. В наших супружеских отношениях нет больше любви и понимания. Как поступить?

10. Моя жена серьезно заболела. Врачи говорят, что энергия и привлекательность к ней больше не вернуться. Не знаю, как жить дальше.

11. Я давно заключил контракт, а сейчас он стал для меня невыгодным. Мой контрагент настаивает на продолжении работ, так как он вложил много средств. А мой адвокат говорит, что есть лазейка, при помощи которой можно расторгнуть контракт. Что ты мне посоветуешь?

Обработка и интерпретация результатов.

Обработка результатов ответов предполагает, что при подсчете индекса нравственности ответу присваивается одна из трех категорий: 1. Позитивный моральный выбор – полное соответствие моральному стандарту – 2 балла; 2. Негативный моральный выбор – отрицание морального стандарта, мнение о необязательности его выполнения – 0 баллов; 3. Промежуточные варианты – уклончивые неопределенные ответы, отсутствие ответа на данный вопрос – 1 балл. Подсчитывается сумма баллов за позитивные и уклончивые ответы.

При низких баллах можно прогнозировать ослабление роли нравственности в регуляции поведения.

Перечень моральных норм, соответствующих ситуациям.

«Не убий» – 1

Заповедь прощать врагам (по крайней мере, не мстить им – 2

«Не укради» – 3

Норма, требующая помогать друзьям – 4

«Не прелюбодействуй» – 5

Норма негативного отношения ко лжи – 6

Норма христианской морали, рассматривающая описание эротических сцен как соблазн для ближнего, подлежащий осуждению – 7

Норма милосердия, предписывающая оказывать помощь и уважение старым, немощным людям – 8

Заповедь, рассматривающая развод супругов как однозначно негативное явление – 9, 10

«Будь верным своему слову» – 11

Восьмой субтест определяет зрелость личности.

Инструкция.

Постарайтесь искренне ответить на предложенные вопросы. Да – «+», нет – «-».

Текст опросника.

1. Вы отважитесь взять на себя ответственность за собственную жизнь и поступки и не обвинять других, когда дела идут не так.
2. Вы достаточно мудры, чтобы не мешать другим жить своей жизнью.
3. Вы сами без подсказок, знаете, что для вас хорошо, а что плохо.
4. При принятии решений вы во многом доверяете интуиции.
5. Вы понимаете, что сначала нужно быть довольным собой, а потом уже другими.
6. Вы бережно относитесь к своему телу, развиваете интеллект и духовные качества для того, чтобы обрести целостность и гармоничность.
7. Вы предпочитаете преодолевать собственные вершины, а не карабкаться на чужие.
8. Вы способны изменить привычные схемы своего поведения в поиске новых путей общения с миром.
9. Вы знаете, что свобода – это внутреннее, а не зависящее от обстоятельств состояние.
10. Вы умеете создавать вокруг себя состояние мира и спокойствия, когда вокруг бушует буря.
11. Вы ощущаете, что ведомы высшей силой и чувствуете себя ее частью.
12. Вы желаете обрести совершенство, но прощаете недостатки себе и другим.
13. У вас есть силы находить жизнь прекрасной и удивительной даже во время испытаний и лишений.
14. Вы понимаете, что в жизни неизбежны перемены и их не надо бояться.
15. Вы способны видеть за цепочкой случайных событий целостность бытия.
16. Вы умеете любить и делать добрые дела, ничего не требуя взамен.
17. Вы готовы искать всегда и везде, чтобы постичь истину.
18. Вы стараетесь поступать так, как подсказывает вам ваша совесть.

19. Вы не возмущаетесь критикой в свой адрес, а стараетесь найти в ней полезные для совершенствования моменты.
20. Вы умеете проигрывать, принимать поражения и разочарования без жалоб и злости.
21. Вы способны остаться верным себе и своей цели даже перед лицом отвержения и непопулярности.
22. Вы способны трансцендировать (расширять до масштабов всей Земли) среду и культуру, в которой живете.
23. Вы умеете принимать комплименты достойно, без ложной скромности.
24. Вы не беспокоитесь преждевременно, а также по поводу событий, не зависящих от вас.
25. Вы постоянно и четко осознаете различия между целью и средствами ее достижения.
26. Вы умеете устанавливать тесные эмоциональные отношения с близкими и друзьями.
27. Вы не теряете чувства юмора ни при каких обстоятельствах.
28. Вы живете спонтанно и естественно, синхронно с жизнью.
29. Проблемы, на которых вы сфокусированы, лежат вне вас.
30. Вы обладаете чувством принадлежности ко всему человечеству, хотя и видите его недостатки.
31. Вы достаточно избирательны в своей деятельности и не следуете стереотипам.
32. Вы знаете, откуда черпать силы и вдохновение, и умеете это делать.
33. Вы смиряетесь с неизбежным, с тем, что уже произошло.
34. Вы не уходите от жизни различными способами, а предпочитаете иметь дело с действительностью какой бы она ни была.
35. Вы не критикуете других, не разобравшись в сути дела.
36. Вы терпеливы, потому что знаете: рана заживает постепенно.
37. Вы не выходите из себя и «не бьетесь головой о стену» по пустякам.
38. Мораль для вас определяется собственным опытом, а не чужим мнением.
39. Вы всегда просите о помощи, когда осознаете, что в ней нуждаетесь.
40. Вы составляете разумный план и реализуете промежуточные цели на пути к главной.

Обработка и интерпретация результатов.

Ответ да – 3 балла, нет – 1.

Суммируются баллы. По сумме определяется зрелость личности.

- 40 – 70: начало зрелости – впереди трудная, но нужная работа над собой.

- 70 – 100: умеренная зрелость – есть резервы к совершенствованию.

- 100 – 120: уверенная зрелость – вам удалось выйти на новый виток человеческого существования.

Девятый субтест определяет самоуважение.

Инструкция.

Внимательно прочтите каждое утверждение и пометьте «+», если согласны с ним или «-», если не согласны.

Текст опросника.

1. Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
2. Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
3. Для меня не слишком важно, разделяют ли другие люди мою точку зрения.
4. Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
5. Я уверен в себе.
6. Я могу сказать, что я себе нравлюсь.
7. Мне кажется, что я могу вполне доверять своим собственным оценкам.
8. Интерес к самому себе всегда необходим человеку.
9. Не только тщеславные люди не думают о своих недостатках.
10. Я чувствую себя уверенно в отношениях с другими людьми.
11. Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
12. Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю.
13. Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
14. Я почти всегда чувствую в себе силы поступить так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.
15. Мне всегда удается руководствоваться в жизни собственными чувствами и желаниями.

Обработка и интерпретация результатов.

За каждое суждение, отмеченное испытуемым «+» начисляется 1 балл, за суждение, отмеченное «-» начисляется 0 баллов. Баллы суммируются.

Высокая оценка по субтесту означает, что человек высоко ценит себя, нравится сам себе, причем при условии, что для этого есть объективные основания. Низкая оценка говорит о низком самоуважении.

Полученные значения параметров по девяти субтестам ранжируются по таблице 3.17 [1].

Строится график (параметры/ранг) и сравнивается с эталоном.

Вычисляется обобщающий критерий психически здоровой личности по формуле [1].

Сравнивается значение полученного обобщающего критерия со значением-эталонном 11,2 (у.е.). В случае значения обобщающего критерия меньше эталонного значения 11,2 (у.е.), можно говорить о факторах риска психическому здоровью здорового человека и использовать методы восстановления резервов адаптационного потенциала здорового человека.

Таким образом, мишенями коррекционной работы будут факторы риска психическому здоровью здорового человека: 1 – контактность, 2 – интернальность в области семейных отношений, 3 – субъективное благополучие, 4 – креативность, 5 – самопринятие, 6 – гибкость поведения, 7 – индекс нравственности, 8 – зрелость личности, 9 – самоуважение.

Именно эти факторы могут способствовать снижению качества здоровья и росту заболеваемости по группе невротических, связанных со стрессом в состоянии здоровья здоровых людей, проявляющихся в форме неспособности устанавливать глубокие отношения с другими, склонности жаловаться на недомогания, снижении способности быстро реагировать на изменяющуюся ситуацию, безразличии к значимым событиям в профессиональной жизни и многих других социально-психологических феноменах, фиксируемыми врачами, психиатрами и психологами.

### **Литература**

1. Одарущенко, О.И. Методика оценки эмоционального благополучия в интересах психогигиены, психопрофилактики и психологической реабилитации: дис. ... канд. психолог. наук: 14.03.11 / Одарущенко Ольга Ивановна. – М., 2015. – 180 с.

2. Одарущенко, О.И. Психологическое здоровье и эмоциональное благополучие / О.И. Одарущенко // Наука и образование в современном мире: Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 31 мая 2013 г. В 4 частях. Часть IV. Мин-во обр и науки – М.: «АР-Консалт». – 2013. – С. 118-121.

**Горохова Ирина Венедиктовна -**

*кандидат педагогических наук, руководитель Центра сопровождения замещающих семей  
ГБОУ Непецинский детский дом-школа Московской области*

**Фатина Екатерина Александровна -**

*педагог-психолог высшей категории, интегративный психотерапевт, Действительный член  
профессиональной психотерапевтической лиги, практикующий психолог-консультант*

*Центра сопровождения замещающих семей ГБОУ Непецинский*

*детский дом-школа Московской области*

**Мухаева Валентина Александровна**

*педагог-психолог высшей категории, интегративный психотерапевт, практикующий  
психолог-консультант Центра сопровождения замещающих семей ГБОУ Непецинский*

*детский дом-школа Московской области*

### **«Подготовка детей и подростков к жизни в семье»**

#### **ПРОГРАММА**

**подготовки детей и подростков к семейной среде  
и адаптация к новым условиям жизни (с игровыми упражнениями и анализом  
типовых ситуаций детско-родительских отношений)**

**Цель программы** — помочь детям освоиться с теми изменениями, которые происходят с ними в процессе передачи в семью.

Упражнения и задания программы пригодны для работы как непосредственно перед передачей в семью, так и в процессе адаптации ребенка к новым условиям жизни. Результатом 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 семейным взаимодействием.

По сути, данная программа является частным случаем программы развития навыков уверенного (ассертивного) поведения.

Главным препятствием для проведения данной программы следует считать разрыв между разными этапами жизни ребенка: до попадания в детский

дом или приют, в процессе пребывания в детском доме и при передаче в семью. Несомненно, эффект этой программы тесно связан с компетентностью принимающей семьи и ментора. Но односторонняя подготовка к передаче ребенка в семью, когда только семейное окружение получает новый опыт, осваивает навыки, недостаточна. Поэтому данная программа и направлена на то, чтобы помочь ребенку достигнуть баланса в понимании всех событий его жизни.

Важно помнить и еще одно условие проведения данной программы. Ее эффективность связана с общей системой психосоциальной и педагогической помощи ребенку. Многие виды упражнений программы основаны на широко известных играх, однако нет ничего удивительного в том, что дети из детских домов этих игр не знают. Поэтому по ходу проверки программы авторам приходилось учить детей многим играм, которые для их «семейных» сверстников были вполне знакомы.

Получается, что для развития необходимых навыков семейной жизни программа формирует и общий план произвольного поведения. Это обеспечивает более полный перенос навыков, полученных ребенком в ходе тренинга, в реальную жизнь. Мы рекомендуем тренеру проиграть упражнения на себе — ведь только тогда вы сможете почувствовать возможный эмоциональный накал, который будет испытывать ребенок в ходе тренинга.

Упражнения внутри каждой из тем программы разделены на 3 уровня. К первому относятся упражнения, которые основаны на рисовании и простой ролевой игре. Эти упражнения могут быть доступны детям в возрасте от 5 лет. Второй уровень предназначен для детей в возрасте 9–10 лет. Эти упражнения построены на развитии коммуникативной компетентности. Третий — для подростков. Этот уровень предполагает вполне серьезные разговоры и элементы психосоциального просвещения.

Деление на уровни достаточно условно. В рамках одного занятия вы можете сочетать упражнения разного уровня и разных тем. Более простые упражнения можно использовать для разогрева группы. Отбор упражнений

определяется составом группы.

Каждый цикл, кроме упражнений, включает в себя описание возможных направлений индивидуальной работы с ребенком, проработки его прежнего опыта. Эти рекомендации содержат краткое описание психосоциальных механизмов проблем ребенка, связанных с этим опытом. Описания могут быть использованы для выработки рекомендаций принимающей семье.

### **Задачи и структура программы**

**Подготовка к проведению занятий.** Полагаем, что данная программа не требует предварительной диагностики. На первых занятиях можно определиться с основными «болевыми точками» ребенка. Предметом диагностики должны стать:

- опасения и страхи ребенка, их содержание, проявление в поведении, техники совладания, которые использует ребенок;
- тип поведения ребенка в ситуации, близкой к травмирующей;
- характерологические особенности ребенка.

Даже если страхи ребенка кажутся вам нерациональными и мало обоснованными, отнеситесь к его переживаниям серьезно. Ваша серьезность, в первую очередь, проявится в том, как вы будете расспрашивать ребенка о его тревогах. Помните, что, если он говорит о том, что боится новой семьи, он вкладывает в эти слова не тот же смысл, что вкладываете вы. Спросите ребенка, когда он боится сильнее, когда меньше, с кем из членов семьи он чувствует себя спокойнее, с кем ему трудно наладить контакт, в чем проявляется его страх и т.д. За каждым высказыванием ребенка скрывается ситуация, которую вам следует восстановить, задав ребенку конкретизирующие вопросы.

В ходе занятий все, что ребенок делает, можно собирать в отдельную папку или книгу. Ребенок сам решит, что он оставит в окончательном варианте книги, — она будет обсуждена вместе с принимающей семьей. Зарубежные коллеги включают в такую книгу фотографии ребенка, сделанные как в ходе тренинга, так и раньше, его сочинения, интересные высказывания — все, что укрепляет представление о ребенке как уникальной личности в глазах и самого

ребенка, и его окружения.

**Как организовать занятия.** Основные вопросы организации занятий

- Как часто проводить тренинг?
- Сколько человек должно быть в группе, если это групповая работа?
- Можно ли объединять детей разных возрастов в одну группу?
- Как сформировать программу и объединить упражнения в занятия?

**Режим проведения занятий.** Прежде всего, подумайте, стоит ли выделять подготовку к передаче в семью в отдельный тренинг — может быть, вы уже ведете какую-то работу с детьми, в которую можно включить упражнения данной программы. Наиболее уместно сочетание упражнений этой программы с тем или иным тренингом социально-психологической компетентности, тренингом креативности.

Конечно, быстрота достижения результата в первую очередь зависит от ребенка, его опыта и от того, в какую семью он уходит. Однако предполагается, что данная программа будет осуществляться достаточно длительное время — как минимум в течение 6 недель. Оптимальным режимом можно считать 2 встречи в неделю, поскольку в этом случае ребенок получает возможность приносить новый опыт к своей повседневной жизни и сумеет втянуться в занятия. Длительность и частота занятий определяются состоянием ребенка, его способностью формировать полноценную привязанность.

**Групповая или индивидуальная работа.** Одни упражнения лучше проводить в режиме групповой работы, другие — индивидуально. В любом случае вопрос о том, какой режим тренинга лучше — работа в микрогруппе или работа один на один с ребенком, — должен решаться на основе особенностей эмоционального состояния ребенка, специфики его развития. Определиться с тем, как строить занятие, помогут вам следующие рекомендации.

Групповая работа не означает, что вы не используете индивидуальный подход. Наоборот, наблюдая за ребенком в группе, вы можете узнать то, что могли бы не заметить в индивидуальной работе. Разумным решением становится сочетание групповых и индивидуальных форм работы. Лучше, если

ваша группа не будет слишком большой, оптимальное количество 4–6 человек. Часто успешным решением вопроса в пользу групповой или индивидуальной работы становится работа с парой детей.

**Таблица 1.**

**Позитивные и негативные стороны работы в группе**

<b>Плюсы работы в группе</b>	<b>Минусы работы в группе</b>
Участники делятся своим опытом и заимствуют идеи друг друга, создают общее поле опыта, когда каждый имеет доступ к ресурсу коллектива.	Существует риск эмоционального заражения, когда некая малопродуктивная идея распространяется среди всех участников
Участники группы учатся принимать во внимание точку зрения другого, слушать другого, принимать возможность разных вариантов поведения.	Могут остаться без внимания какие-то проблемные аспекты поведения
Участники видят друг друга со стороны.	Участники могут стесняться участвовать в групповом обсуждении и не раскрыться; из-за этого останутся без внимания проблемы и ресурсы ребят
Возможно проведение игр-ситуаций и ролевых игр.	
Можно раскрыть возможности человека и ближе познакомиться с ним	Такая работа может быстро наскучить ребенку, особенно подростку
Можно создать атмосферу, наиболее благоприятную для этого человека в данный момент	Для тренера работа один на один может оказаться очень сложной — тренер становится единственным источником новых сведений
Можно выбрать темп работы, наиболее удобный для данного человека	Занятия по преимуществу строятся на учете особенностей, а не на развитии неких компенсаторных механизмов

**Разновозрастная группа.** Нам кажется, что какие-то занятия даже полезно провести в разновозрастной группе, например занятия, направленные

на проработку чувств. В рисовании дети разного возраста равны, однако старшие могут дать младшим неплохой опыт анализа рисунков. Многие из упражнений можно проводить в группе детей и менторов, детей и членов гостевых семей — это может помочь им узнать друг о друге в режиме наибольшего благоприятствования.

**Варианты планов занятий.** Программа состоит из 6 разделов, каждый из которых включает по 6 занятий. Для таких занятий необходимо создать соответствующие условия: если занятия проводятся в классе, то необходимо убрать все парты, оставить только стулья, расставленные по кругу; если занятие проводится в специальной комнате, то желательно разместиться по кругу на ковре, через каждые 20 минут следует меняться местами.

Занятия могут проводиться педагогом (ведущим), может привлекаться психолог, социальные работники, психоневролог, подростковый психиатр. Ведущий занятий должен ориентироваться не только на конкретное содержание (знакомство с определенной информацией, развитие конкретных навыков), но и на процесс (динамику отношений между участниками группы, их отношение к приглашенным специалистам).

Ведущему - педагогу важно соблюдать этические правила групповой работы и придерживаться их, так как групповой участие оказывает сильное воздействие на формирование личности подростка. Если выясняется, что кто-то из подростков нуждается в повышенном внимании и может мешать проведению занятий, тормозить групповую работу, то лучше не включать его в группу, а организовать с этим подростком индивидуальную работу.

Занятие занимает от 20 до 45 минут. Если это небольшое занятие, используйте одно упражнение 1-го или 2-го уровня. Если это занятие на 45 минут, то формируйте программу так, чтобы настроить детей на работу, затем перейти к основной теме, а затем эмоционально «закрыть» занятие — дать детям опыт позитивного завершения работы на тренинге.

Чем длиннее ваши занятия, тем важнее обращать внимание на характер взаимодействия в группе. Группа может быть как ресурсом, так и препятствием

в работе. Обратите внимание: относительно каждого упражнения предложены короткие и более длинные варианты проведения. Не стоит заранее составлять план занятий на все время тренинга — многое может измениться. Тем не менее важно вести дневник тренинга: записывайте упражнения и варианты проведения, которые вы осуществили, фиксируйте состав группы, активность участников, свои трудности и те методические находки, которые помогли вам справиться с этими трудностями.

Занятие продолжительностью 40–45 минут должно включать разминку на активизацию детей (какое-либо физическое упражнение, игру на сплочение), основное упражнение и завершение занятия (либо упражнение на релаксацию, либо рефлексию занятия). В качестве разогревающих упражнений хорошо использовать и различные игры на угадывание слов (например, «Да» и «нет» не говорите»).

Вы можете использовать все задания одной темы, поскольку они разработаны с учетом нарастающей сложности. В этом случае старайтесь давать участникам пищу для размышлений: просматривайте вместе игровые и мультипликационные фильмы.

**Как мотивировать детей участвовать в занятиях.** Дети имеют право знать, в чем им предлагается участвовать. Более того, искренность взрослых и готовность обсуждать вопросы, которые волнуют детей из сиротских учреждений, — важное условие эффективности распространения модели семейного жизнеустройства. В этом деле дети — такие же партнеры, как и специалисты, как семьи, которые хотели бы взять детей. Именно поэтому важно быть готовым обсуждать с детьми все вопросы их семейного жизнеустройства серьезно, но понятно для ребенка.

Мы предлагаем специалистам выполнить два упражнения, которые подготовят их к разговору с детьми о семейном жизнеустройстве.

**Презентация программы детям и подросткам.** Задание. Подготовить короткий рассказ о программе для детей, которые будут принимать в ней участие.

Разделите участников на 4 группы. Перед каждой поставьте одно и то же задание: подготовить презентацию. Однако каждая из групп готовит текст для детей разного возраста: от 4 до 7 лет, от 7 до 10, от 10 до 14 и от 14 до 17. Перед тем как участники начнут писать тексты, предложите им ответить на следующие вопросы:

- Что нужно обязательно сообщить детям?
- Как дать определение, что такое гостевая семья, ментор?
- Как рассказать детям о том, в каких случаях они должны и могут искать помощи у специалистов?
- Сколько времени нужно отвести на презентацию?
- Как много предложений должно быть в тексте?

Во время презентации предложите остальным участникам перевоплотиться в детей соответствующего возраста и попробовать воспринять происходящее с позиции ребенка, пусть участники задают вопросы из роли детей. Используйте этот материал для следующего занятия. Мы предлагаем участникам в случае затруднения использовать нижеприведенный материал как конструктор — он поможет объяснить цели программы детям разного возраста. Обратите внимание на интерактивный элемент, содержащийся в материале.

**Как рассказать о себе.** Меня зовут... Я помогаю семье и детям в решении разных трудных вопросов, например когда взрослые и дети хотят понять друг друга, но им что-то мешает, или когда ребенку нужна помощь в учебе. А какие трудности знаете вы?

Я... Мне нравится работать с детьми и семьями, у меня есть много разных игр и упражнений для вас. В какие игры вы любите играть?

Я — психолог (социальный работник). Это значит, что я помогаю понять, что мешает достигать цели, и могу поддержать человека в трудной ситуации. Что еще вы знаете об этой профессии?

Я могу оказать вам помощь, если вы хотите поговорить с глазу на глаз, если вам кажется, что вас не могут понять.

**Как сказать о программе.** Эта программа для детей и семей, которые

ищут друг друга. Для чего? Чтобы начать общаться, чтобы помочь друг другу.

Это программа устройства детей из детских домов в семьи на какое-то время, чтобы ребенок мог получить опыт жизни в семье, нашел тех, кто будет его поддерживать.

Это программа помогает детям и семьям подготовиться к совместной жизни. Может быть, кого-то удивит, что к семейной жизни надо готовиться? А кто думает, что человеку, будь то ребенок или взрослый, нужна подготовка?

**Как рассказать о знакомстве семьи с ребенком.** Вы будете знакомиться и видеться на праздниках и во время специальных встреч. У вас появится возможность узнать взрослых поближе.

Вы сможете узнать людей, которые предлагают вам помощь, на разных мероприятиях — концертах, праздниках, в ходе игры и т.д.

Нам кажется, что лучший способ узнать кого-то — сделать с этим человеком что-то вместе. А как думаете вы?

**Как мотивировать и ставить задачу.** Подготовка к жизни в семье — это и поддержка вашего взросления, потому что вы учитесь важным для взрослых умениям: понимать другого, уметь отстаивать свои права и уважать права других.

Подготовка к жизни в семье поможет вам стать увереннее, смелее, общительнее. А какая цель важна для вас?

**Как завершить презентацию,** чтобы выйти из общения с ребенком или перейти к общению, направленному на другое, можно сказать:

- Какие у вас есть вопросы?
- Я хочу предложить вам игру.
- Давайте на пробу сделаем одно-два упражнения.

**Рекомендации по проведению упражнения.** Наиболее часто допускаемые промахи при проведении презентаций для детей.

Во-первых, чрезмерное обнадеживание, когда специалист произносит текст, который дети понимают так: «У вас начинается совсем новая жизнь!» В этом случае разочарование ребенка может быть таким, что он станет не вашим

партнером в сложном деле жизнеустройства, а пассивным участником или даже противником.

Во-вторых, презентация может заставить детей считать себя самыми главными в ответственности за успех семейного жизнеустройства, когда ребенок начинает думать, что он отвечает за то, как все пройдет. Это не так — существует много факторов, которые влияют на успех семейного жизнеустройства.

В-третьих, специалист может с трудом находить баланс между эмоциональным и рациональным в своей презентации. Презентация может быть излишне сухой и скучной для ребенка или излишне эмоциональной, как бы накручивающей ребенка.

Попросите специалистов дополнить ваш перечень возможных промахов.

### **Упражнение «Самые частые вопросы, которые задают дети»**

**Цель упражнения** — подготовить взрослых к информированию детей относительно цели программы принимающих семей и менторства. Почему специалистам нужна специальная подготовка? Кажется, что может быть проще, чем ответить ребенку на вопрос? Тем не менее часто взрослые теряются, когда дети задают важные для них вопросы, которые могут быть неудобны для взрослых.

Предложите участникам тренинга вопросы. Пусть перед тем как они начнут искать ответы и самые подходящие формулировки, участники определяют, какие вопросы им кажутся более трудными (вызывают смятение), а какие — попроще. Потом участники пробуют выработать ответы сами. Для этого надо разделить их на группы или пары — по количеству вопросов. Каждая группа (пара) разрабатывает ответы на один из вопросов. После этого участники обсуждают варианты ответов.

Предложите следующие критерии оценки ответов:

- искренность;
- отсутствие морализаторства;
- простота и доступность.

Участники добавляют к этому списку еще критерии и обсуждают придуманные участниками ответы. Предложите им те варианты, которые были придуманы вами — не как идеальные, но как то, что следует обсудить. Если тренинг проводится не один раз, собирайте варианты ответов, разработанные участниками, и используйте наилучшие (самые необычные) ответы для обсуждения в следующих группах. В заключение предложите участникам добавить новые вопросы к списку самых задаваемых детьми вопросов.

### **Какие вопросы чаще всего задают дети и как на них отвечать?**

Что изменится в моей жизни, если у меня будет взрослый?

Важно, чтобы у каждого ребенка был взрослый друг, которому можно доверять, у которого всегда можно попросить о помощи, с кем поделиться своими мыслями и т.д. Взрослый друг может поделиться с вами опытом и понять ваши сложности, потому что он уже прошел через такие трудности.

Что значит гостевая семья?

Это значит, что вы будете проводить вместе выходные и каникулы. Вы не будете жить вместе все время — вы будете регулярно видеться, проводить время вместе.

Как ко мне будут относиться в семье?

Как к ребенку — растущему человеку. Вас будут уважать, принимать, вы будете учиться жить вместе, и не только от семьи зависит, как сложатся ваши отношения.

Если в семье есть дети, ко мне будут относиться по-другому, чем к ним?

Что значит по-другому — хуже, лучше? Взрослые в семье будут стремиться понять вас так же, как и своих детей, они будут радоваться за вас и печалиться, наверняка они будут привязаны к вам.

Что я должен делать в семье?

Жить в семье означает делить с другими обязанности — убираться, готовить, заниматься домашними делами. Но также вы можете показывать, что вам нравится делать больше, а что — меньше. Возможно, вам придется делать что-то такое, что вы раньше не делали, — ваше неумение не значит ничего

плохого, почти всему можно научиться. И чем меньше думаешь о том, получится это или нет, тем легче начать учиться новому. Человек не всегда умеет просить о помощи и предлагать свою помощь — этому мы попробуем научить вас на наших занятиях.

Если мне не понравится, могу ли я отказаться от посещений семьи или ментора?

Конечно, мы постараемся помочь и вам, и взрослым поладить друг с другом. Но в жизни бывает всякое — если вы не захотите продолжать общение, это ваше право. Иногда человек отказывается от чего-то в запале — отличить минутное настроение от стойкого желания могут помочь другие люди, например, вы можете обсудить такую ситуацию со специалистом.

Кто будет выбирать: я или семья?

Это будет взаимный выбор — до финального решения вы сможете пообщаться и посмотреть друг на друга. Это будет такой же выбор, как и выбор друзей.

Станет ли эта семья мне родной?

Это не конечная цель — важно, чтобы у вас появились новые друзья. Не только от вас зависит, станете ли вы жить в семье постоянно.

**Рекомендации ведущему.** При работе с психологами, которые будут проводить занятия с детьми, предложите им определить требования к занятиям по подготовке к семейной жизни. Для этого по кругу пусть каждый сформулирует свое правило. После этого раздайте участникам следующий перечень правил и обсудите, с какими правилами они согласны, а относительно каких готовы поспорить.

### **Требования к проведению занятий**

1. Занятия должны быть интересными и эмоционально вовлекать детей и подростков в обсуждение проблем, связанных с семейной жизнью и психологией взаимодействия людей. В ходе подготовки к семейной жизни ребенок столкнется с большими трудностями, поэтому если эти занятия будут еще и не очень интересными, то у детей не возникнет особого желания

участвовать в такой работе. Баланс между трудностями и интересом играет важную роль в организации занятий.

2. Занятия направлены на актуализацию негативного опыта ребенка и его переработку. Важно, чтобы в ходе занятий ребенок понял, что не несет ответственности за случившееся (утрата семьи, ситуации насилия, проживания в детском доме). Ребенок часто думает, что все произошло по его вине: «Мама умерла, потому что я плохо себя вел», «Я попал в детский дом, потому что никто не хочет воспитывать такого, как я», «Меня били, потому что по-хорошему я не понимаю». И маленькие дети, и подростки нуждаются в проработке этих переживаний. Часто независимо от возраста дети затрудняются в выражении чувств, освоении возможностей их проработки.

3. Занятия формируют стратегию совладающего поведения в сложных случаях, а семейная жизнь обычно содержит много таких ситуаций, которые потребуют от взрослеющего человека умения справляться как со своим эмоциональным состоянием, так и с самой проблемой. Важно, чтобы в ходе занятий ребенок и подросток больше узнали о себе, а узнав, приняли эту информацию.

4. Занятия должны соответствовать уровню развития ребенка. По идее, программа подготовки должна включать в себя как элементы, основанные на работе с разновозрастной группой, так и компоненты, четко адресованные определенной возрастной группе. Важно предоставить ребенку возможность выбирать из всего потока информации ту, которая ему в данный момент нужнее всего. Необходимо помнить и о таком вполне реальном феномене коррекционно-развивающей работы, как эффект отсроченного действия, — когда цель занятия достигается через какое-то время после его проведения. Например, ребенок оказывается в ситуации, которая обсуждалась на занятии, использует приемы, которые раньше не казались ему важными, и осваивает это знание.

**Требования к специалисту.** Еще одна важная тема для финального обсуждения — требования к специалисту, который ведет подготовку детей к

семейной жизни. Пусть слушатели выделяют список самых важных качеств (в групповой работе), после чего вы можете раздать список таких качеств, предложенный зарубежными исследователями:

- коммуникационные навыки (в том числе слушания, презентации);
- теплота, искренность и эмпатия;
- открытость и готовность делиться чувствами;
- сензитивность (расположенность, восприимчивость) к семейным и групповым процессам;
- интерес к семье и процессам в семье, мотивация к работе с семейными проблемами;
- гибкость, в том числе умение работать с традиционно табуированными темами;
- юмор, отсутствие черного юмора;
- надежность (устойчивость);
- собственный проработанный (необязательно позитивный) опыт взаимодействия.

Наверняка слушатели выделяют многие из этих качеств. Сделайте акцент на совпадении их мнений, а также обратите внимание на то, что дополнительно предложили слушатели. Такое завершение модуля будет содействовать эмоциональному закреплению проделанной работы.

**Ведущий должен соблюдать основные принципы групповой работы:**

- использовать только ту информацию, которую участники предоставляют о себе сами во время группового общения. Прошлые события не обсуждаются и не вспоминаются;
- добровольность участия - подросток может не участвовать в тех или иных упражнениях, заданиях, ведущий - оберегает его от давления группы, каждый участник может выйти из группы, заранее предупредив ведущего и других участников;
- конфиденциальность - не выносить за пределы «круга» то, что происходит в нем, информация группы не должна стать достоянием третьих

лиц. В исключительных случаях (для сохранения здоровья, жизни подростка или других членов группы) ведущий может выносить информацию за пределы группы;

- все участники могут выражать свои чувства открыто;

- говорить нужно только о тех чувствах, которые действительно переживаются, а не о тех, которые возвышают человека в глазах других;

- каждый может сказать «стоп» и отказаться от выражения своих чувств;

- говорить только от своего имени;

- отвечать за свои слова;

- ведущий - гарант безопасности (физической и психологической).

#### **Каждое занятие включает в себя:**

1. Разминку - задания, упражнения, активизирующие участников, создающие комфортную, непринужденную, доброжелательную атмосферу.

2. Основное содержание занятия - элементы диагностики, лекции, игры, специфичные методы (например, методы интегративной психотерапии), помогающие понять и усвоить главную тему занятия.

3. Рефлексию - время, оставленное для обмена своими чувствами, впечатлениями, мнениями по поводу затронутой темы. Рефлексия может заменяться релаксацией с целью избавления от негативных эмоций.

4. Домашнее задание - это не обязательный, но возможный элемент занятия.

### **Структура программы**

<b>Тема занятия</b>	<b>Ведущий</b>
<b><i>I. Коммуникативный тренинг общения. Формирование умения взаимодействовать с другими участниками группы.</i></b>	
Занятие 1. Знакомство. 1	Психолог, социальный педагог.
Занятие 2. Качества важные для межличностного общения.	Психолог, социальный педагог
Занятие 3. Что такое толерантность?	Психолог, социальный педагог
Занятие 4. «Я тебе доверяю».	Психолог, социальный педагог
Занятие 5. «Умение слушать».	Психолог, социальный педагог
Занятие 6. «Самораскрытие».	Психолог, социальный педагог

<b><i>II. Формирование положительной Я - концепции.</i></b>	
Занятие 1. «Это Я».	Психолог, социальный педагог
Занятие 2. «Почему люди совершают хорошие и плохие поступки».	Психолог, социальный педагог
Занятие 3. (продолжение).	Психолог, социальный педагог
Занятие 4. «Почему трудно делиться своим».	Психолог, социальный педагог
Занятие 5. «Мои особенности и преимущества».	Психолог, социальный педагог
Занятие 6. «Рука друга».	Психолог, социальный педагог
<b><i>III. Знакомство с миром собственных эмоций.</i></b>	
Занятие 1. «Пойми меня».	Психолог, социальный педагог
Занятие 2. «Палитра эмоций».	Психолог, социальный педагог
Занятие 3. «Жизнь - это дар. Умей пользоваться им».	Психолог, социальный педагог
Занятие 4. «Владей собой среди толпы смятенной».	Психолог, социальный педагог
Занятие 5. «Лампа Алладина».	Психолог, социальный педагог
Занятие 6. «Жизнь - это слияние мыслей и чувств».	Психолог, социальный педагог
<b><i>IV. Подростки о близких людях, ценностях, будущем.</i></b>	
Занятие 1. «Моя семья».	Психолог, социальный педагог
Занятие 2. «Тепло семейного очага».	Психолог, социальный педагог
Занятие 3. «Ценности и я».	Психолог, социальный педагог
Занятие 4. «Письмо близкому человеку».	Психолог, социальный педагог
Занятие 5. «Здоровый досуг - здоровая семья».	Психолог, социальный педагог
Занятие 6. (продолжение)	Психолог, социальный педагог
<b><i>V. Учимся понимать себя.</i></b>	
Занятие 1. «Знакомимся ближе».	Психолог, социальный педагог
Занятие 2. «Я и мой страх».	Психолог, социальный педагог
Занятие 3. «Я сержусь».	Психолог, социальный педагог
Занятие 4. «Я горюю».	Психолог, социальный педагог
Занятие 5. «Учимся договариваться».	Психолог, социальный педагог
Занятие 6. «Хочу и делаю».	Психолог, социальный педагог
Занятие 7. «Помогите мне!».	Психолог, социальный педагог

## Содержание программы

### I. Коммуникативный тренинг «Формирование умения взаимодействовать с другими участниками группы».

#### Занятие 1. Знакомство.

**Цель:** дать возможность участникам группы познакомиться друг с другом и с ведущим; создать комфортную, доверительную атмосферу.

#### Ход занятия:

1. Ведущий представляется сам и предлагает каждому подростку, оторвать понравившийся по цвету лепесток цветика-семицветика и рассказать о себе. Цветок можно передавать по кругу или тому, кто пожелает рассказать о себе первым.

2. Ведущий знакомит и объясняет содержание правил работы в группе, которые нельзя нарушать:

1. Прошное не вспоминается и не обсуждается.
2. Конфиденциальность.
3. Открытость и искренность.
4. Добровольность.
5. Толерантность.

Затем, ведущий предлагает выбрать «хранителей правил»: подростки выбирают то правило, соблюдение которого они будут контролировать на всех занятиях, нарушение «карается» штрафом: отстранением от участия в каком-либо задании; в случае грубого нарушения – исключение из группы.

3. Ведущий организует «мозговой штурм» с целью преодоления недоверия подростков друг к другу, установления контакта между участниками, выявления проблемных тем: каждый участник на листе бумаги пишет вопрос, который его волнует и, на который он хотел бы получить ответ в ходе групповой работы. Все листы сворачиваются, перемешиваются и раздаются. Каждый участник отвечает на доставшийся вопрос, все принимают активное участие.

4. С целью выявления подростков, нуждающихся в индивидуальном консультировании можно предложить домашнее задание: написать дома те

вопросы, на которые вы желали бы получить конфиденциальные ответы.

## **Занятие 2. Качества важные для межличностного общения.**

*Инструкция:* Каждый участник оценивает по шкале от 0 до 6, в какой мере ему присущи отдельные качества, руководствуясь собственным представлением о себе (а не тем, что могли сказать ему другие люди). Если человеку кажется, что ему вообще не присуще данное качество, он ставит 0, если выражено очень слабо — ставит 1, если данное качество полностью, без сомнения, свойственно — ставит 6. Самооценка проводится в течение 10 минут.

*Перечень качеств:*

*Эмпатия* — умение видеть мир глазами других, понимать его так же, как они, воспринимать поступки с их же позиций.

*Доброжелательность* — способность не только чувствовать, но и показывать свое доброжелательное отношение, уважение, симпатию, умение принимать их даже тогда, когда не одобряешь их поступки, готовность поддерживать других.

*Аутентичность* — умение быть естественным в отношениях, не скрываться за масками или ролями, способность быть самим собой в контактах с окружающими.

*Конкретность* — отказ от общих рассуждений, многозначительных и непонятных высказываний и замечаний, умение говорить о своих конкретных переживаниях, мнениях, действиях, готовность отвечать на вопросы однозначно.

*Инициативность* — склонность к деятельной позиции в отношениях с людьми, к тому, чтобы идти вперед, а не только реагировать на то, что делают другие, способность устанавливать контакты, не дожидаясь инициативы со стороны; готовность браться за какие-то дела в ситуации, требующей активного вмешательства, а не просто ждать, когда другие начнут что-то делать.

*Непосредственность* — умение говорить и действовать напрямую, открытая демонстрация своего отношения к проблемам, людям.

*Открытость* — готовность открыть другим свой внутренний мир и

твердая убежденность, что открытость способствует установлению здоровых и прочных отношений с окружающими, искренность, которая не эквивалентна готовности обнародовать абсолютно все самые интимные секреты, поскольку людям интересен сам человек, а не его тайны.

*Принятие чувства* — отсутствие страха при непосредственном соприкосновении со своими чувствами или чувствами других людей, умение выражать и готовность принимать эмоциональную экспрессию со стороны других.

*Конфронтация* — умение общаться с другими людьми с глазу на глаз с полным осознанием своей ответственности; в случае несходства мнений — готовность пойти на конфронтацию, но не с целью испугать или покарать другого, а с надеждой на установление подлинных и искренних отношений.

*Самопознание* — исследовательское отношение к собственной жизни и поведению, стремление воспользоваться для этого помощью окружающих, готовность принять от них любую информацию о том, как они воспринимают тебя, но при этом быть автором своей самооценки; отношение к конфронтациям с другими людьми и новому опыту как к ценному материалу, важному для более глубокого самопознания.

Затем группа выполняет общее задание: в течение 30 минут нужно проранжировать эти качества в зависимости от их важности. Группа должна совместно решить, какое качество самое важное в межличностном общении. Решения группы записываются. Спорные проблемы следует обсуждать вплоть до достижения согласия. По истечении 40 минут работа группы прерывается независимо от того, какая часть задания будет выполнена.

Обсуждение: группа анализирует переживания участников после групповой дискуссии согласно перечню Правил совместных поисков, которые зачитываются. Каждый участник, руководствуясь этими правилами, в течение 1—2 минут говорит о том, что происходило между ним и другими людьми во время ранжирования качеств. Важно, чтобы в словах говорящих затрагивались конкретные события, поступки, чувства участников, а не содержались

соображения, продолжающие дискуссию о качествах. Через несколько минут ведущий прерывает говорящего и снова зачитывает Правила. Он предлагает группе решить, удалось ли выступавшим следовать этим правилам, и напоминает, что следующим нужно помнить о них.

*Правила совместных поисков:*

1. Говори о том, что происходит в группе «здесь и теперь», то есть о своих действиях и чувствах, о поступках и переживаниях других людей группы.
2. Учись доверять своим субъективным ощущениям, они более ценны, чем теоретические и общие рассуждения.
3. Старайся быть открытым, когда говоришь или слушаешь других. Результаты зависят от того, насколько каждый участник группы сможет говорить о своих чувствах по поводу всех остальных, насколько он будет заинтересован в информации о том, как его воспринимают, несмотря на все трудности и неприятности, связанные с этим.
4. Не избегай риска. Если будешь избегать риска, так и останешься в плену уже известного.
5. Не заставляй других делать то, на что они не могут решиться.

### **Занятие 3. Что такое толерантность.**

**Цель:** создать непринужденную, доброжелательную атмосферу в группе; повысить внутригрупповое доверие и сплоченность подростков в группе.

**Ход занятия:**

**1. Упражнение «Хлопки по кругу».**

Участники двигаются по кругу по часовой стрелке и хлопают в ладоши один раз, как только ведущий внезапно хлопает в ладоши два раза, все участники - меняют направление. По ходу игры ее участники будут ошибаться, за каждой ошибкой должен следовать вопрос: «Почему ты ошибся?», «Кто тебе помешал?»

**Упражнение «Комплименты».** Ведущий предлагает участникам придумать комплименты друг для друга, относящиеся к внешности или характеризующие личностные качества.

Он бросает мяч одному из подростков и говорит ему комплимент, получивший мяч бросает его тому, кому хочет сказать свой комплимент и так далее. Важно, чтобы комплимент получил каждый участник.

2. Упражнение «Что такое толерантность?» Ведущий предлагает каждому участнику написать на листе бумаги то, как он понимает определение «толерантности». Определение должно быть кратким, но содержательным и отражать самую суть этого явления. После каждый зачитывает свой вариант, все - обсуждают. Последним объявляет свой вариант ведущий. Затем задаются вопросы:

- В чем отличие (сходство) полученных определений?
- Какое определение наиболее удачно?
- Можно ли дать несколько определений «толерантности»?

3. Какое из услышанных определений вызвало у вас наибольший отклик? Почему? Считаете ли вы, что тема толерантности важна и актуальна? Почему?

#### **Определения толерантности:**

1. Сотрудничество, дух партнерства.
2. Готовность мириться с чужим мнением.
3. Уважение человеческого достоинства.
4. Уважение прав других.
5. Принятие другого таким, какой он есть.
6. Способность поставить себя на место другого.
7. Уважение права быть иным.
8. Признание многообразия.
9. Признание равенства других.
10. Терпимость к чужим мнениям. Верованиям и поведению.
11. Отказ от доминирования, причинения вреда и насилия.

#### **Занятие 4. «Я тебе доверяю».**

**Цель:** развитие потенциала доверия членов группы друг к другу, переживание телесных ощущение в отношениях «доверие - недоверие» в кругу других людей.

## **Ход занятия:**

**1. Упражнение «Неваляшка».** Все участники становятся в плотный круг, чувствуя друг друга. В центр круга становится один из участников - «восковая палочка». Он закрывает глаза и максимально расслабляется; его раскачивают остальные участники группы, стараясь не причинить боль. Затем эту роль выполняют другие подростки.

**2. Упражнение «Я тебе доверяю».** Ведущий предлагает всем задуматься в какой мере каждый доверяет другому. Все получают от ведущего маленькую белую карточку, на которой нужно написать свое имя. После этого подростки кладут ее на пол перед собой. Затем каждый получает две наклейки: красную - доверие и желтую - недоверие. Задача состоит в том, чтобы понять, кому из группы вы доверяете больше всего, а кому - нет. Затем вы передаете соответствующие наклейки тем подросткам, которых вы выберете. До этого предположите, сколько красных и сколько желтых наклеек получите вы сами, и запишите эти числа на обороте вашей белой карточки. Теперь, закройте глаза. Ведущий слегка толкает своего соседа справа, он встает и распределяет свои наклейки. Вернувшись на свое место, он закрывает глаза и слегка толкает своего соседа справа, чтобы тот, в свою очередь, встал и распределил свои наклейки. В итоге ведущий задает вопросы:

1. В какой мере ваш прогноз совпал с фактическим количеством наклеек?
2. Как вы думаете, от кого вы их получили?
3. Какие выводы сделал каждый из вас?
4. Упражнение «Доверяющее падение».

Упражнение выполняется в парах. Один участник встает спиной к партнеру. Его партнер стоит лицом к спине партнера и отходит на небольшое расстояние от него. Первый участник падает назад, а другой его старается поймать. Далее партнеры меняются местами и парами. В заключении все обмениваются чувствами.

## **Занятие 5. Умение слушать.**

**Цель** — осознание участниками того, что в их поведении помогает

партнеру открыто и детально говорить о своих проблемах и состоянии и что может ухудшать его состояние. Ознакомление с приемами слушания.

Участники группы сидят в кругу.

*Инструкция:* Сейчас мы совершим небольшую прогулку по берегу моря. Сядьте, пожалуйста, поудобнее и медленно закройте глаза. Обратите внимание на ваше дыхание, ощутите его: воздух проходит через нос, горло, попадает в грудь, наполняет ваши легкие. Ощутите, как с каждым вдохом в ваше тело попадает энергия и с каждым выдохом уходят ненужные заботы, переживания, напряжение... Обратите внимание на ваше тело, почувствуйте его — от ступней до макушки. Вы сидите на стуле (в кресле), слышите какие-то звуки, ощущаете дуновение ветерка на вашем лице. Может быть, вам захочется изменить позу — сделайте это. А теперь представьте, что вы оказались у моря. Вы медленно идете по берегу. Осмотритесь внимательно вокруг: какие вас окружают цвета, звуки, запахи... Посмотрите на небо, на море. Обратите внимание на ваше состояние: какие эмоции, чувства у вас возникают, как они изменяются во время прогулки. Вы никуда не спешите и можете спокойно идти дальше. Возможно, вы захотите зайти в воду и искупаться или посидеть на берегу. Сделайте это...

А теперь настала пора вернуться в эту комнату, в наш круг. Сделайте это в удобном для вас темпе: можете сразу открыть глаза или посидеть еще с закрытыми.

Создание рисунка (медитативное рисование).

Сейчас мы поделимся друг с другом своими впечатлениями. Для этого создадим группы по 4 человека. Постарайтесь, чтобы в одной группе с вами оказались в основном те, с кем вы еще не работали в малой группе. *(После того как группы сформировались, тренер продолжает инструкцию.)*

Сейчас каждый по очереди, представив получившийся рисунок, расскажет о своих впечатлениях, о тех образах, переживаниях, состояниях, которые у него возникали во время нашей «прогулки», а остальные будут внимательно слушать рассказчика, не задавая вопросов, не комментируя и не интерпретируя услышанное. Постарайтесь уловить те моменты, когда вы

перестаете слушать. На каждый рассказ потратьте примерно 3 — 4 минуты.

После завершения этой работы тренер предлагает вернуться в круг и поделиться впечатлениями — на этот раз о работе в малых группах. В частности, можно задать вопрос: «В какие моменты вы переставали слушать?» Отвечая на него, участники группы обычно говорят следующее: «Отвлекся на свои мысли, когда стал сравнивать то, что рассказывает другой, со своим опытом»; «В какой-то момент возникла ассоциация, и я стала думать об этом»; «У меня возникло несогласие с тем, что я услышала, и в этот момент я отвлеклась»; «В какой-то момент я стала думать о том, что буду говорить сама, и перестала слушать» и т. д.

Подводя итог обсуждению, тренер имеет возможность еще раз обратить внимание участников на то, как важно уметь слушать другого человека.

### **Занятие 6. «Самораскрытие».**

**Цель:** сформировать чувство защищенности, научить раскрываться перед другими людьми.

**Ход занятия:** ведущий предлагает каждому нарисовать свою Вселенную.

**Моя Вселенная** (проективная техника, И. Млодик)

**Обсуждение:** Как тебе от картинки? Нравится или не нравится, что получилось? Движение в рисунке: Куда двигаются? Вокруг оси? Вокруг планеты? Хаос? (где начало и конец?) Делим по секторам верх, низ, право, лево. Сначала рассматриваем самые яркие и заметные пятна в картине. Собираем информацию по каждой планете. Как взаимодействуют между собой? Хватило ли места при выполнении работы? Цвета? Красок? (если нет - желания больше, чем может размахнуться).

*Мне кажется тебе сейчас хочется...*

*Возможно ты сейчас чувствуешь....*

*Возможно тебе не хватает...*

*Когда смотрю на твой рисунок мне...*

Кто здесь ты?

Можно написать сказку про планету (Вселенную). Сказка - это та же

личностная матрица. (Если идет к негативу, меняем историю и конец сказки). Затем дети создают в группы по 3 человека и представляют получившийся рисунок, обсуждение в мини-группах.

## **II. Формирование положительной Я – Концепции**

### **Занятие 1. «Это Я».**

**Цель:** научить подростков лучше разбираться в себе, контролировать свое поведение. Отработать навыки самоконтроля.

#### **Ход занятия:**

##### **1. Упражнение «Ты похож на...»**

Ведущий дает одному из участников мяч и предлагает бросить его тому подростку, который вызывает у него ассоциацию с каким-либо животным (например: Юра, лови, мне кажется ты такой же лукавый, как лиса.). Участник должен поймать мяч и бросить его следующему участнику, и так до тех пор, пока мяч не побывает у каждого. Последний участник, поймавший мяч, должен бросить его подростку, от которого он поймал мяч с ассоциацией в свой адрес, и выразить свое мнение (например: Оля, ты сказала, что я похож на лису, это так, только я не хитрый, а сообразительный). Таким образом, игра раскручивается в обратном порядке.

2. Ведущий (психолог) рассказывает подросткам о том, что они переживают один из самых важных периодов в своей жизни. В это время каждый задумывается о том, кто он, чем хорош или плох, что думают о нем ровесники, родители, педагоги. Происходит формирование представлений о себе, отношения к себе, то есть формируется самооценка

- продукт ваших мыслей. Она может быть адекватной или неадекватной, положительной или отрицательной. От того, как она формируется зависит ваша будущая жизнь.

Самооценка оказывает влияние на отношение с окружающими. В подростковом возрасте происходит много изменений, усваивается много новых форм поведения, что отражается на вашем опыте и может вызывать некоторое сомнение в себе. Человеку свойственно сомневаться в правильности своих

действий и, поступков, но об этом нужно уметь высказаться в слух, посоветоваться, попросить помощи. Нужно учиться управлять своей самооценкой, уметь уважать себя, контролировать, критиковать и хвалить. Знать себя - значит уметь управлять собой. Упражнение «Это Я».

Каждый участник пишет несколько определений (7-10), описывающих его портрет и зачитывает их вслух. Остальные задают уточняющие вопросы, создающие более полный и красочный портрет.

3. Что понравилось в сегодняшнем занятии, что нет? Почему? - Что нового узнал для себя?

4. Ведущий предлагает подросткам к следующему занятию написать (дома) характеристик по следующим критериям: Я - такой, какой я есть; Я - такой, каким бы я хотел быть; Я - такой, каким меня видят другие.

## **Занятие 2. «Почему люди совершают хорошие и плохие поступки».**

**Цель:** объяснить подросткам механизм формирования отклоняющегося поведения, помочь осознать положительные и отрицательные черты характера.

### **Ход занятия:**

1. Ведущий предлагает объединиться в пары (желательно, чтобы подростки, работающие в парах мало знали друг друга) и задавать друг другу вопросы типа: всегда ли тебе все удается? Всегда ли ты поступаешь правильно? Что ты умеешь делать хорошо? Что тебе не удается?

2. Ведущий (психолог) объясняет подросткам, что в основе совершения всех поступков лежит определенный механизм, имеющий несколько позиций - самооценок:

Я знаю - имею достаточный объем знаний о себе, своих качествах и свойствах, окружающем мире, удовлетворение познавательной потребности;

Я нравлюсь - чувство успеха, признание со стороны окружающих, удовлетворение потребности в самовыражении;

Я могу - определенная уверенность в способности выполнить ту или

иную деятельность, удовлетворение потребности в самоутверждении;

Я защищен - чувство поддержки, понимания в значимом кругу общения, удовлетворение потребности в защите. Я готов к выполнению какой-либо деятельности. Если они носят положительную оценку, то человек испытывает самоудовлетворение.

Любой молодой человек инстинктивно стремится к гармоничной Я – концепции, что осуществляется через определенные действия и поступки. При этой модели образуется кольцо обратной связи самореализации, то есть личность находится в среде и взаимодействует с ней, направляет на нее свои потребности и получает обратный сигнал об их удовлетворении, появляется чувство успеха, способности, защищенности. Если же обратный сигнал сообщает о провале, отрицательной оценке, то формируется заниженная самооценка, чувство уязвимости и подросток стремится к другому варианту самореализации - через отклоняющееся поведение.

Хроническое неудовлетворение потребности в самореализации может привести:

- во-первых, кольца всегда замыкаются в отрицательной деятельности;
- во-вторых, дисгармоничная Я - концепция приводит к депрессии, инфантилизму, безынициативности;
- в-третьих, отсутствие самореализации формирует озлобленность, агрессивность, аффективные действия;
- в-четвертых, начинает действовать комплекс неполноценности (психический и (или) физический).

3. Подумайте и скажите, какая самооценка преобладает у вас? Влияет ли это как-то на ваше поведение?

### **Занятие 3 (продолжение).**

**Цель:** тренировка навыков самоконтроля и самооценки. **Ход занятия:**

1. Упражнение «Угадай, чей портрет».

Подростки достают листки-характеристики, заготовленные дома,

сворачивают их передают соседу слева. Таким образом, каждый участник получает лист от соседа справа. На оставшейся части листа он должен дать ему свою характеристику. После этого ведущий собирает листки и перемешивает их. Характеристики зачитываются по очереди, а группа должна угадать, о ком идет речь. Далее обсуждается, насколько группа согласна с этим портретом. После этого листы возвращаются владельцам для личного анализа.

## 2. Упражнение «Умей сказать «Нет»»

Ведущий предлагает участникам назвать ситуации, в которых необходимо:

- ✓ контролировать себя. Затем ведущий предлагает подросткам провести
- ✓ ролевую игру «Умей сказать «Нет»». Он описывает ситуацию и предлагает
- ✓ кому-то изобразить ее.

Например:

1. Ваш друг поссорился с родителями и решил убежать из дома, он зовет вас с собой.
  2. Ваш сверстник употребляет наркотики и рассказывает вам, ка<sup>^</sup>кие «великолепные» ощущения испытывает, он предлагает вам попробовать тоже только разочек.
  3. Ваша одноклассница встречается с «крутыми» ребятами, они часто выпивают, курят. Девушка открыто, рассказывает о своем половом опыте и предлагает вам провести субботний вечер в их компании.
  4. Ребята во дворе собираются вечером идти «громить» палатки и зовут вас, говоря о том, что если вы не с ними, то вы - против них.
3. Обсуждение игры.

## Занятие 4. «Почему трудно делиться своим».

**Цель:** содействие в самораскрытии с целью избежания стрессовых ситуаций, неправильного выбора типа поведения, нахождение сходства-различия между участниками.

### **Ход занятия:**

#### **1. Упражнение «Золотая рыбка».**

Ведущий предлагает всем сесть поудобнее закрыть глаза и подумать над тем, какие три желания он загадал бы золотой рыбке и почему. После этого все открывают глаза и высказываются вслух.

#### **2. Упражнение «Общее - различное».**

Участникам предлагается написать 5 – 7 сходств и такое же количество различий с другими участниками. Это упражнение можно выполнять в парах. Работа ведется с отношениями, возникающими в результате выделения общего – различного. Акцент можно делать на работе с трудностями, возникающими в процессе сравнения.

#### **3. - Почему трудно делиться «своим»?**

- Что пугает в этом?

- Чем ты рискуешь, когда открываешь другим то, что им про тебя не известно?

### **Занятие 5. «Мои особенности и преимущества».**

**Цель:** способствовать контролю и осознанию связи между чувством и его телесным выражением, формирование гармоничной Я – концепции.

### **Ход занятия:**

#### **1. Упражнение «Угадай эмоцию».**

Ведущий вызывает добровольца, который показывает какую-либо эмоцию, остальные - отгадывают. Кто отгадал, показывают следующую. Затем обсуждаются ощущения и чувства, что было труднее - выразить свое чувство или определять чувство другого, как эти процессы связаны.

#### **2. Упражнение «Карта моей души».**

Подросткам раздаются листки с нарисованными разноцветными значками -вопросами, предлагается заполнить значки информацией о себе. Общее обсуждение карт.

**3. Медитация «Декларация самооценности».** Участники удобно располагаются на стуле, закрывают глаза, руки свободно лежат на коленях

ладонями вверх и произносят следующие слова за ведущим:

Все во мне только мое.

Я могу видеть и слышать.

Я могу чувствовать и думать.

Я могу говорить и действовать.

Это все принадлежит мне.

Я могу открыть в себе что-то новое.

Я имею право делать то, что для меня лучше.

У меня есть право самому выбирать.

Значит, у меня есть все, чтобы мне было хорошо.

Все для себя я могу сделать самостоятельно.

Я могу позаботиться о себе.

Я знаю, как помочь себе.

Я отличаюсь от других людей.

Но я – это я.

И это здорово.

### **Занятие 6. «Рука друга».**

**Цель:** получение обратной связи от членов группы, повышение самооценки, самопознание, возможность сделать приятное другому.

#### **Ход занятия:**

##### **1. Упражнение «А у меня...».**

Участники перекидывают мяч по кругу друг другу и тот, у кого он оказывается, заканчивает фразу «А у меня...». Мяч должен обойти полный круг.

##### **2. Упражнение «Рука друга».**

Каждый участник обводит на листе бумаги свою ладонь, пишет свое имя в центре ладони, а на каждом пальце (внутри) то отрицательное качество, от которого он хотел бы избавиться. Затем участники передают свой лист соседу справа, а сами получают рисунок от соседа слева. В одном из пальчиков (снаружи) полученного чужого рисунка подросток пишет какое-нибудь положительное, привлекательное качество хозяина ладошки. Когда все надписи

сделаны, ведущий собирает рисунки и зачитывает надписи, а группа догадывается, кому они предназначены.

3. - Какие чувства каждый *испытал*, когда читал надписи на своей «руке»? - О всех ли ваших достоинствах вы знали?

#### **Рекомендуемые диагностические методики:**

1. Методика диагностики эгоцентризма у подростков (по Ю.А. Клейбергу).

2. Методика Розенцвейга.

### **III. Знакомство с миром собственных эмоций**

#### **Занятие 1. «Пойми меня».**

**Цель:** научить определять и разделять эмоциональное состояние членов группы, развивать способность «вставать» на позицию других, научить с удовольствием общаться с окружающими.

Ход занятия:

#### **1. Упражнение «Глаза в глаза».**

Участники разбиваются на пары, садятся или встают друг напротив друга и в течение 5 минут молча смотрят друг другу в глаза, пытаясь понять мысли и чувства. Затем участники делятся своими ощущениями с группой.

**2. Ведущий (психолог) рассказывает об эмпатии** - постижении эмоционального состояния другого человека, умение сопереживать. В структуре эмпатии выделяют различные компоненты: физиологические, кинестетические, аффективные, когнитивные и мотивационные. Эмпатию рассматривают как: - процесс переживания эмоционального состояния другого в ответ на его эмоциональное поведение; - понимание внутренней жизни другого человека, способность вставать на его позицию, сохранив при этом свою.

Ведущий предлагает разыграть несколько сценок, в которых необходимо как можно ярче передать эмоции персонажей:

1. Мальчик - сирота остался один. Передайте его душевное состояние.

2. Семья беженцев, попавшая в чужой город вынуждена скитаться и

попрошайничать на улице.

3. Благополучная семья преуспевающего бизнесмена. Его дочь учится в престижной школе, а ее друг из простой семьи.

4. Трудно ли поставить себя на место другого человека и понять его переживания? Какие группы людей особенно нуждаются в сочувствии, поддержке?

5. Ведущий предлагает подросткам завести дома «календарь настроения». В нем отмечать каждый день свое настроение разным цветом:

- красный - восторженное;
- оранжевый - радостное, теплое;
- желтый - светлое, приятное;
- зеленый - спокойное;
- синий - неудовлетворительное, грустное;
- фиолетовый - тревожное, напряженное;
- черный - тоскливое, унылое.

### **Занятие 2. «Палитра эмоций».**

Цель: развить у подростков способность ставить себя на место другого человека, сочувственное отношение друг к другу.

Ход занятия:

1. Обсуждение домашнего задания. Члены группы делятся впечатлениями, у кого какое вчера было настроение, какие эмоции преобладали.

2. Разыгрывание ситуаций, где участники переживают: ужас, горе, испуг, раздражение, одиночество, радость, смущение, печаль, счастье, используя при этом только мимику и жесты. Обсуждение:

- Что, по вашему мнению, переживает этот человек?
  - Какие причины у этого человека, переживающего такие чувства, эмоции?
  - Как бы вы себя чувствовали, если бы были этим человеком?
3. - Что нового вы узнали?

- Чему научились?

- Что не понравилось?

4. Вспомните любую, последнюю, конфликтную ситуацию (с родителями, друзьями, одноклассниками). Поставьте себя на место вашего «противника» и подумайте, что он переживал. Попробуйте принять на себя его роль. Опишите свои эмоции.

### **Занятие 3. «Жизнь — это дар. Умей пользоваться им».**

**Цель:** формировать умение говорить о тех чувствах, эмоциях, которые человек испытывает; сочувствовать друг другу, предлагать помощь; профилактика стрессовых, суицидных настроений.

#### **Ход занятия:**

1. Ведущий просит участников поделиться своими чувствами и настроением к началу занятия. Сравнить свое настроение с каким-либо цветом.

2. Упражнение «Мое настроение».

Ведущий предлагает нарисовать то эмоциональное состояние, которое испытывает каждый в течение последнего времени. После этого все рисунки вывешиваются в «общую картину». Участники группы пытаются угадать автора картины и предположить то, в каком состоянии находится его душа, какие эмоции переполняют ее.

Ведущий (психолог, психиатр) перед участниками вывешивает три лозунга:

1. Позитивное отношение к жизни: если можешь изменить ситуацию - измени ее, не можешь - измени свое отношение к ней.

2. Разумный образ: не можешь жить напряженнее, начинай жить умнее.

3. Умение без ущерба для здоровья пережить неудачу: жизнь ритмична: черную полосу сменяет белая.

4. Участники сидят удобно на стульях или полу, сложив большой и безымянный пальцы рук кольцом, остальные выпрямлены, глаза закрыты. Ведущий медленным, спокойным голосом дает установку (под тихо звучащую, релаксирующую музыку): жизнь прекрасна и удивительна, каждый обладает

мозгом, чтобы мыслить, мечтать, самосовершенствоваться; глазами - чтобы видеть прекрасное вокруг: природу, веселые лица, художественные шедевры; слухом - чтобы слышать прекрасную музыку, щебетание птиц, шелест осенней листвы, журчание ручья. Каждый из вас может двигаться, любить и быть любимым, получать удовольствие от всего, что дает нам жизнь и дарить окружающим заботу, уважение, нежность. Затем участники открывают глаза.

#### **Занятие 4. «Владей собой среди толпы смятенной».**

**Цель:** формировать чувство эмоциональной защищенности, снятия отрицательных эмоций, внушение адекватной, положительной уверенности в себе.

##### **Ход занятия:**

##### **1. Упражнение «Нетрадиционное приветствие».**

Ведущий знакомит подростков с необычными способами приветствия и испытать новые ощущения и эмоции:

1. Лбами.
2. Плечами.
3. Коленями.
4. Стопами ног.
5. Тыльными сторонами ладони.
6. Носами. Далее следует обсуждение:

- Что испытывали участники при обычных и нетрадиционных способах приветствия?

- Какие новые эмоции появились?

##### **2. Упражнение «Умей владеть собой».**

Ведущий (социальный работник) рассказывает о том, что в современном обществе есть много негативных соблазнов, которые стали неотъемлемой частью подростковой культуры. И чаще всего подростки прибегают к ним с целью испытать новые ощущения, получить новые эмоции, или наоборот, пытаются «уйти» от депрессии, проблем, страхов. Приводятся статистические данные, подтверждающие катастрофический размах происходящего. Далее

ведущий предлагает подросткам высказать свое отношение к данным явлениям и рассказать, кто из присутствующих пытался таким же способом получить новые эмоции. 3. Ведущий предлагает снять отрицательные чувства у тех, у кого они есть, улучшить фон настроения, снять состояние безысходности и тоски. Для этого необходимо сложить пальцы так, чтобы большой касался большого, указательный - указательного, средний - среднего, безымянный - безымянного, мизинец - мизинца. Закрывать глаза и сказать себе, что вы уравновешенный человек, способный принимать правильные решения, отвечающий за них, способный отказаться от соблазнов, если это необходимо.

### **Занятие 5. «Лампа Алладина».**

**Цель:** профилактика эмоциональной перегрузки, эмоциональных срывов, выявление фобий их исправление.

#### **Ход занятия:**

#### **1. Упражнение «Гормон счастья».**

Ведущий предлагает:

- сложить руки в «замок» за спиной (так как отрицательные эмоции находятся на шее и ниже затылка, плечах) напрягите руки и спину, потянитесь, расслабьте руки и плечи. Сбросьте напряжение с кистей.

- сложите руки в «замок» перед собой. Потянитесь, напрягая плечи и руки, расслабьтесь, встряхните кисти.

- улыбнитесь! Зафиксируйте улыбку на лице 10-15 секунд.

#### **2. Упражнение «Лампа Алладина».**

Ведущий вывешивает плакат, на котором нарисована старинная лампа и предлагает каждому нарисовать или написать вокруг нее то, что тревожит участников, то чего они боятся (материальное, нематериальное) и от чего хотят избавиться. Затем участники обсуждают получившееся. Ведущий задает такие вопросы, которые помогают подростку выговориться, а все остальные подсказывают пути избавления от страхов. Затем, ведущий сминает лист со «страшилками» и поджигает его. Он сообщает о том, что все негативное, страшное, что было на этом листе ушло вместе с дымом в лампу навсегда.

3. Ведущий предлагает свободно сесть на стуле, закрыть глаза и послушать свое дыхание. Далее предлагает дышать следующим образом: четыре секунды на вдох, четыре - на задержание дыхания, четыре - на выдох. Повторить три раза, слушая дыхание, ощущая, как чистый воздух наполняет легкие, а все тело освобождается от оков неприятностей и страхов. Вы спокойны и свободны. Улыбнитесь себе и друг другу.

### **Занятие 6. «Жизнь — это слияние мыслей и чувств».**

**Цель:** осознание и расширение возможностей чувствовать; сформировать управление эмоциональным настроением через групповую динамику, умение найти альтернативу крайним мерам.

#### **Ход занятия:**

##### **1. Упражнение «Запретная зона».**

Ведущий объясняет участникам, что у каждого есть своя личная, «запретная» зона, которая соблюдается при коммуникации, сотрудничестве с другими людьми и «заход», в которую сопровождается определенными ощущениями. Он предлагает проверить какова же у каждого эта запретная зона. Все встают в круг, один из подростков находится в его центре. Он закрывает глаза, а все остальные начинают медленно двигаться в центр круга. Как только, стоящий в центре подросток почувствует неприятные ощущения, он говорит «Стоп». Так каждый «измеряет» свою личную зону.

2. Ведущий объясняет, что определенные эмоции вызывают не только красивые, эстетичные вещи, вкусная еда, но и запахи, тактильные ощущения и предлагает участников убедиться в этом. С помощью аромолампы распространяют благовония (лаванда, апельсин, орхидея). Участники сидят с закрытыми глазами и описывают те ощущения, эмоции, ассоциации, которые у них возникают на каждый из запахов. Аналогичные задания даются, но при соприкосновении с различными поверхностями предметов (горячая, холодная, гладкая, неровная и т.д.). Далее происходит обсуждение тех ощущений, которые получил каждый. Один и тот же раздражитель может у разных людей вызывать разные ощущения и эмоции.

3. - Откуда берется наше настроение?

- Можем ли мы сами изменить свое настроение? С помощью чего?

- Попробуйте прислушаться к каждой эмоции?

- Всегда ли при плохом настроении, стрессе, отчаянии, агрессии нужно прибегать к крайним мерам? Может быть, есть альтернатива?

**Рекомендуемые диагностические методики:**

1. Оценка психической активности, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (по Н.А. Курганскому, Т.А. Немчину).

2. Опросник Спилберга (исследование тревожности).

3. Методика по изучению эмоциональной атмосферы в группе-коллективе (по А.Н. Лутошкину и И. П. Башкатову).

4. Опросник Басса-Дарки (для выявления агрессивности).

5. Тест Люшера.

6. Тест «ГАТ» (тематический апперцепционный тест).

7. Тест «Руки» (по Э.Вагнеру).

8. Тест «Проверьте свои нервы» (по Л.Г. Федоренко).

9. Методика «Стрессоры» (по Л.Г. Федоренко).

10. Тест - опросник Шмишека.

11. Методика Айзенка.

#### **IV. Подростки о близких людях, ценностях, будущем**

##### **Занятие 1. «Моя семья».**

**Цель:** дать возможность почувствовать себя членом семьи, осознать собственные чувства и границы в семье, рефлексию своей собственной семьи (чувства, статус, поведение).

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Моя мама (папа) самая (ый) ...». Ведущий бросает мяч кому-либо из участников и просит продолжить фразу «Моя мама самая...». Игра продолжается до тех пор, пока подростки не выскажутся про каждого из родителей.

## 2. Упражнение «дочки - матери».

Все участники - это семья, каждый берет на себя определенную роль. Далее группа представляет себя: кто есть кто, сколько персонажам лет. Затем проигрываются сценки «проживания» в семье. После внутри группы обсуждаются, какие чувства испытал каждый, будучи в роли члена семьи. Было кому-нибудь обидно из-за несправедливого отношения? Кому было комфортно в своей роли? Какой тип отношений преобладал в вашей семье? А какие отношения в ваших реальных семьях?

## 3. Упражнение «Семейное фото».

Ведущий - фотограф. Все участники располагаются перед «объективом» и изображают благополучную, дружную семью.

## 4. Нарисуйте дома портрет своей семьи.

### **Занятие 2. «Тепло семейного очага».**

**Цель:** формирование понятия «здоровая семья», осознание ценностей жизненного порядка.

#### **Ход занятия:**

### 1. Упражнение «Картинная галерея».

Обсуждение домашнего задания. Все портреты вывешиваются на доску.

Подростки - экскурсоводы по очереди проводят экскурсию.

### 2. Ведущий зачитывает поговорки:

- Всякой матери свое дитя мило.
- На свете все найдешь, кроме отца и матери.
- Семья - семь я.
- Нет дорожке отца и матери.

Обсуждение: Почему так говорят? Так ли это на самом деле? Каким бы я хотел (а) быть отцом (матерью)? Как бы я общался (ась) со своими детьми? Ведущий предлагает участникам индивидуальные листы с подбором слов, означающих жизненные ценности, и предлагает подросткам проранжировать их, то есть определить, что для них важнее. Обсуждение, что у кого получилось? Почему?

3. - Что было особенно важным для вас в сегодняшнем занятии?

- О чем вам хотелось бы сказать еще?

- Что вы сейчас ощущаете?

### **Занятие 3. «Ценности и я».**

**Цель:** формирование адекватного отношения к личным и общественным ценностям, умение выделять положительные ценностные характеристики в других людях.

#### **Ход занятия:**

1. Упражнение «У тебя лучше, чем у меня...».

Участники перекидывают мяч и говорят следующие слова: «у тебя лучше получается.... ты ....., чем я».

2. Упражнение «Сердце группы».

Ведущий просит нарисовать кого-либо из подростков на доске или бумаге огромное сердце. Это сердце нашей группы. Напишите внутри три самых важных ценности нашей группы. Затем пусть каждый определит для себя, в чем состоят его собственные важнейшие ценности, которые он хотел бы воплотить в работе группы. После этого попробуйте разобраться, в какой мере каждый, исходя из своих собственных важнейших ценностей, может разделить ценности группы.

3. - Как выражаются ценности группы?

- Соответствуют ли ценности группы современной обстановке?

- В какой мере ценности группы соответствуют ценностям окружающего мира?

4. Нарисуйте дома радугу - будущее. Сосредоточьтесь, прежде всего, на радуге, ее цветах, изгибах. Пока вы рисуете в голову будут приходить разные мысли, разные цели. Цель будущего должна быть на первом плане, хотя она может быть и не одна.

### **Занятие 4. «Письмо близкому человеку».**

**Цель:** формировать умение ставить адекватные, достижимые цели на будущее, понимать значимость родительской заботы и помощи, учить ставить

себя на место близкого человека, понимать его переживания и эмоции.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания. Ведущий просит посмотреть каждого на свой рисунок и ответить на вопросы:

- Как вам достичь этой цели?
- Что зависит от вас, а что от ваших родителей?
- Какие трудности могут быть на пути?
- Кто в них виноват?
- От чего, может быть, придется отказаться?
- Кто кроме вас может порадоваться достижению этой цели?

2. Упражнение «Письмо близкому человеку». Ведущий предлагает участникам закрыть глаза и представить, что как раз в этот момент оставшийся дома близкий вам человек (мама, папа, брат, сестра, бабушка, друг) сидит и думает о вас. Какие мысли могут его волновать? Что он ощущает, когда думает о вас? Как он относится к вашему участию в группе? Вообразите, что вы перенеслись на его место, и отождествите себя с ним. Запишите все, что происходит в сознание близкого вам человека.

- Что в этом упражнении оказалось для вас труднее всего?
- Что вы ощущаете?
- Будете ли вы обсуждать свои записи с этим человеком?

3. Закройте глаза, расслабьтесь. Подумайте о чем-то хорошем: что вас любят, о вас заботятся, о вас думают, за вас переживают, вам готовы и хотят помочь. Значит, вы приносите счастье кому-то. Улыбнитесь, откройте глаза, улыбнитесь друг другу.

**Занятие 5. «Здоровый досуг - здоровая семья».**

**Цель:** помочь определить мотив досуговой деятельности, осознать важность здоровьесберегающего отношения к организации отдыха, научить способам здоровьесберегающего досуга.

**Ход занятия:**

1. Все стоят в кругу, взявшись за руки. Ведущий предлагает почувствовать тепло рук участников справа и слева передать им частичку своего тепла. Далее он предлагает опустить руки, встать совсем близко друг к другу, положить руки на плечи, закрыть глаза и поднять руки ладонями вверх и почувствовать положительную энергию.

2. Ведущий (психолог) задает вопросы (тест по Л.Г. Федоренко «Мотивы отдыха»).

Ты встречаешься с товарищами чтобы:

- заполнить свободное время, отвлечься от основной учебы и будничных дней;

- обсудить общие интересы;

- приобрести новые знания, расширить кругозор;

- почувствовать себя значимым в общественной жизни;

- поднять свой авторитет среди друзей, знакомых;

- развивать свои творческие способности;

- расширить круг друзей и знакомых;

- отдохнуть, занявшись чем-то новым, неизвестным;

- участвовать в выставках, смотрах, конкурсах;

- приобрести знания и умения, чтобы продолжить учебу, стать в этом виде деятельности профессионалом;

- познакомиться и обсудить интересующие тебя вопросы со знающими людьми и специалистами;

- практически научиться какому-нибудь новому делу;

- развивать в себе качества, присущие людям, которые для тебя авторитетны;

- общаться с интересными людьми;

- создать что-то свое в той сфере, которая тебя особенно привлекает;

- провести время со своими знакомыми и друзьями. Далее поясняется, что балл приносит только положительный ответ. Ведущий просит сосчитать, сколько у каждого положительных ответов по следующим мотивам:

- познание -3, 10, 11, 12;
- достижение успеха - 4, 6, 13, 15;
- общение - 2, 7, 14, 16;
- отдых или стремление к престижу -1,5, 8, 9.

Максимальный балл 4.

Затем ведущий предлагает посчитать среднее арифметическое для группы по каждому мотиву. Какой мотив доминирует в нашей группе?

Ведущий (педагог, социолог) предлагает отнести себя к одному из типов личности по отношению к организации досуга (по Л.Г. Федоренко):

- рационально-деятельный: максимально полезное проведение досуга, заранее планируют будни, отпуск, каникулы, очень много успевают сделать, прекрасные лидеры, способные увлечь за собой людей;

- активная натура: интересы сосредоточены на одном увлечении, стремятся к углубленному знанию предмета, это отличные эксперты, тонкие знатоки;

- работник-энтузиаст: практически лишен досуга, свободное время посвящает основной работе, это представители научной и технической интеллигенции;

- домосед: пассивны, склонны к домашним формам досуга, это прекрасные семьянины;

- компанейский: проводят время в обществе, на вечеринках, танцах, походах, это клубные люди;

- «времяубиватели»: нравственно опасны для общества, не имеют глубоких интересов, склонны к агрессии, жестокости, пьянству.

В конце, участники пытаются выяснить какой же тип личности характерен для их группы.

3. - Что вы нового узнали?

- Что заинтересовало?

- Что хотелось бы изменить?

**Занятие 6 (продолжение).**

**Цель:** помочь выявить причины непонимания между родителями и подростками, найти пути разрешения разногласий, сформировать умение планировать свой досуг.

**Ход занятия:**

1. Ведущий читает пословицу «У каждого из нас такие дети, каких мы заслуживаем», «Привычки отцов, и дурные и хорошие, превращаются в пороки детей». Что это значит? Почему так говорят?

2. Ведущий предлагает ответить на те же вопросы, что и на предыдущем занятии, только в отношении своих родителей? Обсуждение: Есть ли разница в мотивах досуга родителей и подростков? Как это разрешить? Как это можно изменить? Вы понимаете источник вашего непонимания и разногласия?

3. Ведущий предлагает всем закрыть глаза и подумать о чем-нибудь приятном и радостном, улыбнуться себе и другим.

**Рекомендуемые диагностические методики:**

1. Методика «Кинетический рисунок семьи».
2. Методика «Подростки о родителях».
3. Методика по выявлению ценностных ориентации (по Н.Е. Щурковой).
4. Методика изучения личности дезадаптированного подростка и его ближайшего окружения (по Ю.А. Клейбергу).

**В результате целенаправленного воздействия подростки, посещающие группу или занимающиеся индивидуально:**

- овладевают способностью к самоанализу, самопознанию;
- у них развивается чувство собственного достоинства и адекватная самооценка;
- овладевают способами бесстрессового, конструктивного, рационального выхода из конфликтных ситуаций, то есть умение находить альтернативу агрессивному поведению;
- у них развивается социальная восприимчивость, способность к эмпатии, сочувствию, сопереживанию;
- развивается способность планировать и вступать во взаимодействие с

окружающими;

- развивается умение передавать свою позицию партнеру;
- овладевают умением адекватно реагировать на мнение и действия других людей.

#### **IV. Учимся понимать себя**

##### **Занятие 1. «Знакомимся ближе».**

**Цель:** Эти упражнения позволяют достичь двух целей: повысить эмоциональную компетентность детей и настроить их на обсуждение своих чувств в отношении изменения жизненной ситуации. По сути, эти упражнения имитируют ситуацию знакомства и постепенного сближения ребенка и семьи.

**Ход занятия:**

**Уровень 1.** Упражнение «Расскажи о чувствах без слов»

Комментарии для ведущего. Чувства — самое сильное объединяющее начало в человеческих отношениях, но и самый сильный источник разрыва связи между людьми. Когда людям сложно найти общий язык, психологи часто советуют помещать их в такие условия, чтобы они начали испытывать сходные чувства. На этом простом феномене построено много фильмов и книг — люди привязываются друг к другу, потому что вместе преодолевают опасность; люди начинают доверять друг другу, потому что вместе оказываются среди жалующихся в очереди и т.д. Но часто люди не используют этот ресурс по одной простой причине: они не могут выразить свои переживания, и те, кто рядом, просто не понимают, что чувствуют то же самое. Когда ребенок попадет в семью, его чувства будут весьма схожи с чувствами других членов семьи. И чем более открыт ребенку мир его переживаний, тем легче будет найти взаимопонимание между семьей и ребенком.

**Инструкция для детей.** Что такое настроение? Каким оно бывает? Важно ли другим знать о вашем настроении? Как вы узнаете о настроении другого? Только из слов? Можно ли понять настроение без слов?

Разделите лист бумаги на 4 части (согните лист пополам по вертикали и

по горизонтали), а потом разверните. В каждой из четвертинок нарисуйте свои самые часто случающиеся настроения, в том числе в одном квадратике нарисуйте то настроение, которое у вас сейчас.

**Правила обсуждения рисунков.** После этого листы с рисунками собирают и сообщают детям правила обсуждения рисунков: говорить только о том, что вы чувствуете, видя рисунок.

**Правило 1.** Не давать высказываний, которые были бы похожи на отзыв учителя рисования: «дурацкий рисунок», «мазня», «ничего не понятно».

**Правило 2.** Говорить только от себя — «мне нравится» (не нравится) этот рисунок, а не «нам этот рисунок кажется неправильным».

**Правило 3.** Говорить о рисунках только на занятии — постараться не обсуждать рисунки потом.

Эти правила лучше заранее написать на листах и развесить в комнате, и каждый раз, когда кто-то из детей будет их нарушать, показывать, какое правило было нарушено.

**Обсуждение рисунков.** Обсуждение можно строить в нескольких направлениях.

Во-первых, можно угадывать чувства, изображенные на рисунках. Можно разрезать рисунки на отдельные картинки и смешать их. Предложить детям рассмотреть рисунки и найти те, на которых изображены похожие чувства. Если дети будут испытывать трудности, попросить их повторить выражение лица человека, которое воспроизведено на рисунке. Взрослый может участвовать в упражнении и нарисовать такие выражения, которые обычно не наблюдаются в рисунках детей, например связанные с оттенками чувств: удивление, интерес, любопытство, ошеломленность. После создания такого рисованного пространства чувств можно попросить детей выбрать рисунок, который лучше всего отражает их чувства, когда они думают о том, что будут жить в семье. Для этого разложите все рисунки на полу. Пусть каждый ребенок положит на самый подходящий рисунок фишку или знак. Зафиксируйте, какое настроение выбирает каждый из детей.

Во-вторых, попросите детей находить противоположные чувства (самые непохожие между собой) или, наоборот, самые сходные. Попросите авторов рисунков после этого назвать чувства, которые они нарисовали, а потом обсудите с детьми, верно или нет они объединили рисунки. Посчитайте, каких чувств оказалось больше, а каких меньше, какие чувства вовсе остались за бортом детского внимания. Предложите детям дополнить набор чувств недостающими эмоциями. Будьте готовы дать им подсказку — например, изобразить чувство, описать ситуацию, в которой то или иное чувство может возникнуть, и т.д.

В-третьих, можно разыграть сценки взаимодействия между рисунками. Объединить рисунки в одну картинку и сказать, что это фотография какой-то семейной сценки, — попросите детей рассказать, что за члены семьи взаимодействуют, что между ними происходит. Помогите детям определиться с тем, кто из членов семьи может испытывать то или иное чувство. Начните с объединения простых чувств, например радости и удивления, горя и грусти, гнева и страха. Потом попробуйте более сложные сочетания, например удивления и страха, радости и грусти и т.д.

Это упражнение можно использовать как сквозное для серии занятий — возвращаться к рисункам и давать детям разные задания, дополнять рисунки новыми. Если вы предполагаете использовать рисунки именно так, то храните их в отдельной папке, записывайте на папке даты пополнения новыми рисунками, пишите имена авторов рисунков, наклейте фотографии детей на эту папку — все это позволит вам создать атмосферу доверительного отношения и сплотить детскую группу.

**Рекомендации ведущему.** Какие бывают трудности и что делать в случае их возникновения?

Ребенок не может назвать чувства, он в лучшем случае описывает ситуации, в которых эти чувства возникают. Существует разрыв между тем, что он сумел нарисовать, и тем, что он может рассказать. Спросите у других детей, что они чувствуют в такой ситуации, похожи ли их чувства на то, что

изображено. Предложите детям несколько ситуаций, в которых может возникнуть чувство, изображенное ребенком, и попросите выбрать самую подходящую.

Ребенок не может нарисовать 4 разные картинки — он использует яркие образы, например только лицо с улыбкой и лицо с опущенными уголками рта. Более сложных рисунков ребенок сделать не может (не хочет). Поддержите ребенка — он может нуждаться в том, чтобы его неспособность приняли.

### **Модификации упражнения**

**Вариант 1.** Опишите ситуацию и попросите детей нарисовать чувства в соответствии с этой ситуацией. Можно предложить детям не рисовать, а выбрать из выполненных рисунков подходящие для описания каждой из ситуаций. Может случиться так, что дети обнаружат нехватку уже выполненных рисунков и захотят нарисовать недостающее чувство. Взрослый может изначально сообщить им, что, возможно, нужного рисунка нет.

### **Примеры ситуаций**

Ситуация 1. Мальчик в первый раз встречается с семьей, которая хочет пригласить его к себе на каникулы. Он знает, что они придут с минуты на минуту и ждет.

Ситуация 2. Девочка и семья идут в зоопарк и смотрят там на обезьянок.

Ситуация 3. У ребенка день рождения, ему дарят подарок — он открывает коробку, где лежит сюрприз.

Ситуация 4. Мальчика спрашивают ребята во дворе: «У вас в детдоме все такие тупые?»

Ситуация 5. Девочка помогает маме готовить ужин и случайно задевает и разбивает стакан.

Ситуация 6. Сегодня день рождения человека, который когда-то был очень добр к вам, но умер несколько лет назад; вы вспомнили об этом человеке и его кончине.

Каждая из ситуаций предполагает, что ребенок не только примерит ее на себя, но также попытается выразить чувства, многие из которых могут быть под

запретом (когда ребенок считает, что чувства столь «неправильные», что их не надо замечать, наоборот, их следует скрывать от других). Покажите, что все эти ситуации нормальны и чувства тем более допустимы. Обсуждение может происходить после завершения рисунка, сделанного по каждой из ситуаций. Рисунки складываются и перемешиваются, потом предлагается определить, какие чувства испытывает автор рисунка. Возможно, кто-то из детей скажет, что одним чувством не обойтись, — это хороший повод обсудить, что человек может испытывать в один и тот же момент разные чувства. Предложите самим детям придумать ситуации и представить их как тему для рисования.

**Вариант 2.** Предложите детям готовые рисунки (сделанные вами или позаимствованные из книги) и попросите их повторить изображения этих эмоций. Этот вариант подходит не только детям, имеющим трудности выражения эмоций, но и подросткам, которые не любят рисуночные методы и не всегда комфортно себя чувствуют в такой ситуации. Если вы используете много рисунков, изображающих эмоциональные состояния, то вводите их постепенно. Например, первоначально ребенок оперирует 4–6 карточками, затем 8–10, потом — 12–16 и так до 30.

## **Уровень 2**

### **Упражнение «Я не хочу отвечать на вопрос...»**

Комментарии для ведущего. Известный английский писатель Оскар Уайльд в одной из пьес сказал: «Не бывает нескромных вопросов, ответы бывают нескромными». Ребенок с опытом проживания в детском доме тушует, когда попадает в неловкую ситуацию. Однако в новой семье (как и вообще при встрече с новыми людьми) могут возникнуть вопросы, которые поставят ребенка в неловкое положение.

Участники перечисляют вопросы, которые затрагивают неприятные темы: опыт, чувства, поведение и т.д. Можно отдельно поговорить и о том, что иногда мы не хотим отвечать на обычный вопрос, — он нас чем-то задевает. Покажите детям, что неудобные вопросы бывают в двух случаях: от незнания (человек даже не подозревает, что вопрос неудобен для вас) и от желания вмешаться в

вашу жизнь (человек стремится проникнуть на ту территорию, которую вы считаете запретной для других).

Важнейшей задачей этого упражнения становится формирование у ребенка представления о личных границах — возможности иметь право на тайну, свою территорию и т.д.

**Беседа с детьми.** Часто при знакомстве с новыми людьми мы попадаем в ситуацию, когда нам задают неудобные вопросы. Такие вопросы не кажутся чем-то особенным тем, кто их задает, но они могут быть неприятны для нас. Можете ли вы привести примеры таких вопросов? Как вы думаете, как следует себя вести в такой ситуации?

Возможные варианты реакции на неудобные вопросы:

- не надо показывать, что это задевает;
- надо промолчать — сделать вид, что вопрос не услышан;
- можно ответить резко — «Не ваше дело», «Не лезьте ко мне»;
- сказать, что вам не хочется отвечать на вопрос;
- можно показать, что вопрос неприятен, — выразительно посмотреть, уйти из комнаты, убежать и т.д.

**Рекомендации ведущему.** Если участники занятия перечислят не все варианты возможного поведения, стоит дополнить их ответы и записать их на доске следующим образом:

После выписывания всех ответов спросите участников, какой ответ им кажется удачным? Что может произойти, если вы решите, что не надо показывать своего стеснения? Как вы будете себя чувствовать, если пересилите себя и ответите на неприятный вопрос?

Наиболее удачные ответы на неудобный вопрос:

- Я не хочу говорить об этом сейчас, может быть, позже.
- Я не готов ответить на такой вопрос.
- Я не готов к такому разговору.
- Мне нужно время, чтобы начать говорить на эту тему.

Возможно, дети не смогут в похожей ситуации повторить такие ответы,

но они будут более уверенно чувствовать себя, зная, что имеют право на уход от ответа на вопрос.

В заключение упражнения вы можете объяснить, что какие-то темы по мере возникновения доверия между людьми становятся более доступными, а какие-то могут остаться «в тайне».

### **Уровень 3**

#### **Упражнение «Визитная карточка»**

**Рекомендации ведущему.** Спросите участников, знают ли они, что такое визитная карточка. Скорее всего, какое-то представление об этом у них есть. Задайте вопрос: для чего люди тратят деньги на изготовление карточек, почему обмениваются ими при первой встрече? Можно принести на занятие образцы разных визитных карточек. Возможно, подростки скажут, что визитка — признак «понта», то есть один из способов произвести впечатление. Пусть они из тех визиток, которые вы принесете, выберут более и менее «понтовые». 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 4 x 4 см.

В левом верхнем углу они должны написать, какое место им кажется самым лучшим на земле. В правом верхнем углу — какой способностью они гордятся. В левом нижнем углу — дату одного из самых счастливых дней жизни (можно заменить счастливый день на важный), а в правом нижнем — важное планируемое событие в жизни. В центре пишется имя режиссера, которому подросток поручил бы снять фильм о себе (если назвать имя трудно, можно указать название кинокартины, режиссер которого кажется подростку подходящей кандидатурой). На подготовку визитки отводится от 15 до 25

минут.

После этого визитки собираются и перемешиваются. Перед следующим этапом 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 неясно 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 и остаться в тени.

Следует отметить, что дети любят рассказывать о себе на безопасной территории, а это упражнение относительно нейтрально.

Если качество рассказа о владельце визитной карточки оставляет желать лучшего, ведущему придется самому подключиться, стараясь по мере возможности активизировать интерес участников к рассказу.

**Индивидуальная работа с ребенком.** На начальном этапе работы вам важно выяснить систему значимых других для ребенка — тех людей, мнением и отношением которых он дорожит или дорожил, под чьим влиянием находился в тот или иной период жизни. Для этого предложите ему вспомнить как можно больше знакомых. Пусть ребенок воспринимает это задание как соревнование: у кого перечень знакомых длиннее (взрослый может приготовить свой список заранее).

Попросите ребенка, используя цветные карандаши (примерно семь-восемь цветов), подобрать для каждого человека из списка самый подходящий по настроению цвет (один или два). Спросите ребенка, изменялось ли его отношение к этому человеку, есть ли в списке такие люди, которых он окрасил бы, например, два года назад по-другому. Попросите разъяснить, с чем это связано. Спросите, что может измениться в поведении человека и отношениях с

ним, 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 подберет цвет и для себя, а также для разных ситуаций своей жизни, например хождения в гости, пребывания в школе, в спальне и т.д.

После этого попросите ребенка выбрать наиболее и наименее приятные для него цвета в данный момент. Проанализируйте, как ребенок окрашивает свой круг знакомств: есть ли абсолютно негативное отношение к кому-то, только позитивное, неоднозначное (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 и попробует снова выбрать для них цвета. Сравните выбор и оценку ребенка в начале и конце занятий.

Вообще эта тема — взаимные оценки — часто весьма болезненна для детей. Необходимо научить ребенка понимать причины того или иного поведения 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 как о своем поведении, так и о поведении того, кто стал причиной его негативной реакции.

Кроме того, что вы будете собирать с ребенком эмоциональный контекст его прошлого, вам важно получить более или менее объективную картину его прошлой жизни в семье. В зависимости от того, насколько ребенок в курсе своего прошлого, используйте разные методы сбора и хранения информации об истории жизни ребенка. Если ребенок попал в детский дом из семьи (например, родители лишены родительских прав), удобным способом хранения информации становится генограмма. Если история ребенка открыта, то вы можете попросить его вспомнить как можно больше людей, с которыми он

встретился в жизни. А затем предложите ребенку построить схему «Я и мой мир».

**Генограмма.** Это экономный способ собрать всю информацию о семейном ресурсе в одной схеме. Чем раньше будет собрана информация о семейном ресурсе ребенка, тем эффективнее вы сможете распределить свои усилия в подготовке к передаче его в новую семью.

### **Правила составления генограммы**

1. Члены семьи мужского пола обозначаются квадратом, женского — кругом. Возраст человека на момент заполнения генограммы пишется внутри фигуры. Умершие родственники обозначаются двойным контуром (квадрат в квадрате, круг в круге, с указанием внутри возраста, когда человек умер). Имя человека, его роль — мама, сестра, папа, бабушка, брат — в случае необходимости пишутся над фигурой или под стрелкой на полях.

2. Брачные связи обозначаются горизонтальной линией, развод обозначается двумя косыми чертами, которые перечеркивают линию брака и над которыми пишется год разрыва отношений.

3. Дети находятся уровнем ниже, чем родители, — от линии брака к ребенку идет стрелка. Братья и сестры обозначаются слева направо от самого старшего к младшему.

4. Если кто-то из членов семьи является опекуном или попечителем, то вы отмечаете связь между ним и подростком двусторонней стрелкой.

5. Тот, относительно кого строится генограмма, обводится жирным контуром.

6. Люди, проживающие вместе, обводятся единым контуром.

7. Если в семье есть те, кто пребывает в местах лишения свободы или был осужден, поставьте в их контуре восклицательный знак. Если есть те, кто когда-то был осужден или отбывал наказание, поставьте восклицательный знак и вопросительный. Также найдите обозначения для таких ситуаций, как бродяжничество родственников, наличие родственников, состоящих на учете в психоневрологическом диспансере, и т.д.

8. На генограмму можно наносить и отношения, которые сложились между членами семьи.

### **Вопросы для составления генограммы:**

В первую очередь просмотрите личное дело. Оттуда вы можете получить информацию о смерти родственников.

Начните строить схему и выберите из перечня вопросов те, на которые важно получить ответ.

#### **Братья и сестры**

Есть ли у тебя сестры и братья? Они старше тебя, младше? С кем они живут? С каких пор они живут отдельно от семьи? Есть ли у сестры (брата) своя семья? Расскажи о ней. Как много времени ты проводишь с семьей сестры (брата)? А как хотел бы? Чем занимается твоя сестра (брат)?

#### **Бабушки и дедушки**

Живы ли родители мамы (папы)? Где они живут? Как часто ты бывал у них? Как долго ты бывал у бабушки и дедушки? Чем там занимался? С кем, кроме них, общался, когда бывал там?

#### **Другие родственники родителей**

С кем из родственников мамы (папы) ты еще общался? Как часто? По какому поводу ты с ними общался? Есть ли у них семья? Расскажи о ней. С кем из этой семьи ты чаще общался, с кем реже? Как ты думаешь, чем они могут помочь тебе?

### **Схема «Я и мой мир»**

В центре листа расположите ребенка (напишите его/ее имя). Вокруг расположите людей, которых он назвал. Попросите ребенка хотя бы примерно определить возраст, в котором он впервые встретился с каждым человеком, и как долго длились эти отношения. После этого предложите ему нарисовать стрелки от себя к каждому из этих людей: синим цветом — позитивные отношения, а красным — негативные. Ребенок может предложить свои варианты описания отношений с людьми. Аналогично предложите ребенку оценить отношение других людей к нему.

После завершения работы проанализируйте структуру отношений ребенка и окружающих. Существуют ли отношения равно негативные? Как много в окружении ребенка людей, к которым сам ребенок относится позитивно, и кто так же позитивно относится к ребенку? Присутствуют ли противоречивые отношения, когда ребенок относится позитивно, а к нему — нет, и наоборот?

**Дополнение данных по семье.** Можно предложить ребенку составить как можно более полный список родственников и членов семьи — как живых, так и умерших. В случае сомнения в достоверности сведений повторите процедуру составления генограммы через 3–4 недели. При обнаружении несоответствий с первой версией подумайте, о каких родственниках вам нужна информация, и напишите письмо, прямо обращенное к ним, или запрос по месту жительства этого человека.

## **Занятие 2. «Я и мой страх»**

**ЦЕЛЬ:** Эти упражнения позволяют проработать тему страхов и опасений детей, связанных с ближайшим будущим. Проговоренный страх — наполовину преодоленный страх. На этом утверждении и построена основная часть упражнений. Кроме того, важно помочь детям преодолеть запрет на обсуждение страхов. Как показывает опыт, многие из них уверены, что бояться стыдно, поэтому они не умеют работать со своим страхом.

### **Уровень 1**

#### **Упражнение «Пугать и пугаться»**

Попросите детей нарисовать очень страшную картинку — такую, глядя на которую хочется сказать: «Ужас какой!» Дайте каждому ребенку по три фишки, и пусть после завершения рисования дети выберут три картинки, которые покажутся им самыми страшными, и положат на них фишки. Та картинка, которая будет признана самой страшной (соберет больше всего фишек), становится предметом обсуждения. Попросите детей подумать, можно ли сделать эту картинку еще страшней. Пусть каждый предложит свой вариант усиления ее устрашающей силы.

Потом попросите каждого сказать, что нужно убрать из картинки, чтобы

она перестала быть страшной. Пусть дети постараются убирать как можно меньше элементов картинки. Попросите детей нарисовать самую страшную картинку без тех деталей, которые делали ее самой страшной. На следующем занятии можно раздать детям копии страшной картинки и попросить внести изменения: исключить самые страшные элементы. Спросите после этого, что изменилось в картинке.

Это упражнение построено на известном многим психологам феномене обесценивания страха. Возможно, дети и не смогут перенести его в отношения с семьей, но они получают подобный опыт. Следует заострить внимание на умении ребенка выражать свой страх. Перед рисованием можно попросить детей показать сильный страх. В какой-то момент попросите детей показать избавление от страха. Проработайте изображение страха и избавления от него в таких ситуациях, как укол у врача (лечение зубов); рядом злая собака; неожиданный крик.

## **Уровень 2**

### **Упражнение «Пойми мой страх»**

Это упражнение построено на приеме псевдоотдаления ребенка от проблемы страха. Участникам предлагаются якобы результаты исследования таких же ребят с точки зрения страхов и тревог. Исследование построено на завершении предложений.

Участникам занятий раздаются карточки, на которых с одной стороны написано предложение, с другой — его продолжение. Предлагается объяснить, что имели в виду их сверстники. Можно разделить участников на небольшие группы по 2–4 человека, каждой группе дать по одной карточке. Ребята должны найти как можно больше разных объяснений каждой из фраз. Например, на одной стороне карточки написано: «Мне страшно, когда...», на другой: «...Я знакоюсь с новыми людьми». Объяснение: человек не уверен, как к нему отнесутся в первый момент знакомства, или человек не знает, как вести себя в новой ситуации. Подчеркните значимость объяснения страхов — оно позволяет найти проблему, которую решить гораздо легче, чем просто преодолеть страх.

Попросите ребят подумать, как помочь человеку, который теряется в новой обстановке, то есть помогите участникам перейти от сосредоточенности на страхе к пониманию его источников.

По ходу выполнения задания ребята проговаривают ситуации, которые у них вызывают наибольшие опасения. Таким образом вы получаете доступ к той информации, которую, возможно, не могли бы получить напрямую.

### *Карточка 1*

Мне страшно, когда...

Я знакоюсь с новыми людьми.

Другие следят за тем, что я делаю.

Мне задают вопрос и ждут ответа.

### *Карточка 2*

Я боюсь, если...

Не знаю, что обо мне думают другие.

Мне могут отказать.

Чувствую, что другой против меня..

### *Карточка 3*

Я понимаю, что боюсь, когда...

У меня холодеют руки.

Мне дурно.

Кружится голова.

Запишите высказывания ребят, а затем перейдите ко второй части упражнения.

**Цель этого этапа** — показать допустимость страхов и определить пути совладания с ними. Для этого обсудите с ребятами вопрос о том, зачем человеку нужно бояться, почему природа сделала так, что люди испытывают страх. Затем спросите, что может помочь справиться со страхом, кто может помочь

преодолеть страх, как это может произойти. Обратите внимание детей на то, что скрывать страх и преодолевать страх — разные пути поведения.

### **Уровень 3**

#### **Упражнение «Страхи великих»**

Подготовьте рассказ о страхах известных актеров, певцов, используя материалы популярных журналов. Подчеркните, что переживание страха не связано с постоянным неуспехом и что даже очень известные и успешные люди могут бояться. Попросите подростков составить коллажи из газетных и журнальных вырезок на тему страхов. Для этого разделите участников по определенному признаку (мальчики и девочки; ребята до 12 лет и старше 12 лет). Пусть они подготовят импровизированную газету, посвященную проблеме страха. Затем сравните и обсудите продукты коллективного творчества.

Существует такая идея, что в основе страха лежит недоработка смысложизненных ориентаций, — человек боится, потому что некое событие может лишить его жизнь смысла (например, люди боятся старости, потому что не хотят быть немощными, непривлекательными для других и т.д., то есть смысл видят в независимости или возможности привлекать внимание других). С подростками можно обсудить эту теорию и спросить их мнения относительно того, почему люди боятся. Пусть они попробуют выстроить цепочку «Из-за чего?..», например: «Боюсь не найти партнера — боюсь остаться в одиночестве — опасаясь, что свяжусь с недостойным человеком, — боюсь оказаться никому не нужным — боюсь, что другие меня не будут любить».

**Индивидуальная работа с ребенком.** Индивидуальное дополнение к данному упражнению включает анализ истории страхов ребенка. Перед специалистом стоят вопросы: «Какие страхи одолевают ребенка?», «Когда они начали складываться?», «Как ребенок справляется с этими страхами?», «Каковы последствия этих страхов?». Для специалиста важно понять, каков источник формирования страха ребенка. Основным для детей с опытом сиротства становится сверхценность безопасности, когда человек настолько поглощен идеей безопасной среды, что предпочитает ничего не делать и не рисковать.

Такое преувеличенное отношение к безопасной среде складывается в результате значительных пробелов в развитии привязанности. Утрата значимых людей, непоследовательность в отношении к ребенку со стороны значимого другого, непринятие со стороны значимых других приводит к усилению ценности безопасности.

Дети-сироты больше, чем дети из семьи, предрасположены к давлению среды («Тебе уже 7 лет, а ты читаешь по складам!», «Как, ты никогда не был в зоопарке?») и социальным искушениям («у всех должны быть нормальные мама и папа», «чтобы тебя любили, надо быть воспитанным» и т.д.). Поскольку около этих детей часто не оказывается значимых других, они легко воспринимают установки ближайшего окружения и социальные стереотипы. Естественно, что они боятся нарушить эти установки или не соответствовать им. Именно этим объясняется тот факт, что при переходе из более жесткой среды, в которой было больше предписаний и меньше простора для собственной активности, в более мягкую ребенок может вести себя развязно, пытаться взять на себя контроль за ситуацией.

Понаблюдайте за ребенком: какие страхи у него проявляются? Сплошь и рядом при передаче в семью дети боятся не соответствовать ожиданиям. Другой распространенный страх — «меня не полюбят и не примут». Часто принимающая семья оказывается в замешательстве: с одной стороны, ребенок старается быть «хорошим», с другой стороны, он явно не чувствует себя раскованно. Страх не соответствовать ожиданиям приводит к тому, что ребенок стремится решить неразрешимую задачу — контролировать свои эмоции, игнорировать непосредственные реакции и т.д. Чувства ребенка можно сравнить с вулканом — он долго копит энергию, а затем бурно извергается. Что же делать в такой момент? Как ни странно, радоваться — это возможное начало преодоления страха.

В момент сильного эмоционального возбуждения (плач, грусть, агрессия) надо показать ребенку безусловное принятие:

- не давать оценки ни словом, ни взглядом;

- поддерживать телесный контакт (взять за руку, обнять, погладить по плечу);
- дать проявиться всем эмоциям, не успокаивать раньше времени (пусть выплачется, прокричится).

В любом случае большинство страхов ребенка обусловлено тем, каким он себя видит и как он понимает мнение других людей по его поводу. Для проработки этой темы в индивидуальном режиме вы можете предложить ребенку следующее упражнение.

### **Упражнение «Мое я»**

Это упражнение было разработано в рамках гуманистического подхода и направлено на принятие себя и своего опыта без лишних слов и размышлений.

Последовательно, не зная тему следующего рисунка, ребенок делает три рисунка: «Я глазами других», «Я такой, каким хотел бы быть», «Я какой есть». Подчеркивайте, что в этом упражнении качество неважно и что ребенок может отказаться от работы.

**Инструкция ребенку:** «Нарисуй себя таким, каким тебя видят другие». После окончания этого рисунка задайте вопросы на уточнение, но не настаивайте, если ребенок не захочет говорить. Вы можете предложить ребенку изобразить свои мысли без слов или свои чувства. После этого перейдите ко второму рисунку: «Нарисуй себя таким, каким ты хочешь быть». Пусть ребенок попробует рассказать, что будет, если он станет таким, что изменится, а что нет; мнение и отношение каких людей к нему изменится, а каких нет; в каких ситуациях ему будет легче, а в каких — труднее. Заключительный рисунок: «Нарисуй себя таким, какой ты есть».

### **Вопросы по ходу рисования:**

Относительно рисунка 1 («Я глазами других»):

- Чьими глазами ты смотрел на себя, когда делал рисунок?
- Как давно появился этот образ (сколько лет тебя уже так видят)?
- Какие различия есть в том, как тебя видят разные люди?
- Что бы ты хотел изменить в этом рисунке?

Относительно рисунка 2 («Я такой, каким хотел бы быть»):

- Расскажи, когда ты станешь таким, как на рисунке?
- Что тебе поможет стать таким?
- А что может помешать?
- Кто тебя станет одобрять, когда ты станешь таким?
- А кто не изменит к тебе отношения?

Относительно рисунка 3 («Я — какой есть»):

- Что тебя отличает от других людей?
- Что чувствует человек на этом рисунке?
- Как можно изменить рисунок, чтобы человеку стало лучше?
- Чтобы человеку на рисунке 3 стало лучше, нужно изменить рисунок 1

или 2?

После окончания рисования предложите ребенку посмотреть на все три рисунка и ответить на такие вопросы:

- Какие рисунки больше похожи между собой, а какие меньше?
- Часто бывает так, что человек чего-то сильно хочет, но когда достигает желаемого, то не чувствует радости. С чем это связано?

• Чего хочется человеку на рисунках 1, 2, 3? Что общего в их желаниях, а что различного?

Вы можете закончить это упражнение позитивно — пусть ребенок похвалит себя за выполнение трудного задания.

Анализируя рисунки, обратите внимание на то, какие черты подчеркивает ребенок в каждом из рисунков — элементы одежды, принадлежности определенному полу и т.д.

Изучение рисунков направлено:

- на определение уровня принятия себя (по степени различия между рисунками 2 и 3) — обратите внимание на то, какими средствами ребенок пользуется для описания идеала;

- определение вклада окружающих в идеал (сравнение рисунков 1 и 2: скорее сходны, противопоставлены, в чем-то схожи, а в чем-то нет);

- основа образа Я (анализ рисунка 3), с каким рисунком схож рисунок 3 — с 1-м или 2-м (вижу себя таким же, как другие, вижу себя как идеал).

### **Занятие 3. «Я сержусь»**

**Цель:** освоение правил и способов выражения гнева.

Гнев — малоприятная эмоция, поэтому часто его проявление оказывается под запретом. Но если запретить себе его проявление, гнев никуда не денется. С самого детства важно помочь ребенку научиться проявлять свой гнев. Лучшим способом обучить ребенка проявлять свой гнев является адекватное отношение к его эмоциональным вспышкам. Тем не менее ребенок постепенно должен осваивать несколько основных правил выражения гнева:

- Говорить не о человеке в целом, а о его поведении, которое и вызывает гнев.
- Говорить от себя, то есть начинать с таких слов, как «я», «мне», а не «ты», «тебя».
- Стараться говорить в тот момент, когда гневаешься, не удерживать свой гнев длительное время.
- Выражать гнев относительно данной конкретной ситуации, не поминать все прежние прегрешения человека.

#### **Уровень 1**

#### **Упражнение «Злюсь, страдаю, обижаюсь...»**

Принесите на занятие мягкую игрушку, желательно большую. Предложите детям показать более и менее подходящее проявление гнева на такой игрушке. Если дети стесняются выразить гнев очень агрессивно, предложите им посоревноваться, кто покажет самый сильный гнев. Важно, чтобы дети показали именно очень сильное аффективное проявление гнева. После этого предложите детям, наоборот, двигаться от самой сильной степени гнева к самой слабой. Роль ведущего в этом упражнении заключается в том, чтобы показывать те приемы выражения гнева, которые детям незнакомы. Например, как можно выразить гнев словами, как можно выразить гнев мимикой, и т.д. Задача этого упражнения — показать детям разную степень

выражения эмоции гнева.

## **УРОВЕНЬ 2**

Упражнение «Мне так не нравится, когда...»

Предложите детям найти как можно больше вариантов продолжения предложения:

- Я сержусь, если...
- Я просто вне себя, когда...
- Мне совсем не нравится...
- Я бываю очень злым, когда...
- Я не могу стерпеть...
- Меня просто бесит...

Высказывания напечатаны на отдельных листах, и каждый участник может написать несколько продолжений для каждого из высказываний.

Обсудите, сколько повторов и близких высказываний вы обнаружили в ответах разных участников. Выпишите самые частые ответы на доску. Предложите детям сыграть в перевертыш — представить, что это замечания в их адрес (например: «Меня бесит, когда меня не принимают всерьез»). В какой форме они хотели бы услышать такие замечания, если слушать все равно придется?

## **Уровень 3**

Упражнение «Властелин своего гнева»

С подростками вы можете обсудить тему: что делать, если выразить гнев сложно, например если речь идет о близком человеке. Предложите написать маленькое послание человеку, на которого подросток до сих пор сердит, а потом уничтожить это послание. Нельзя держать гнев в себе, надо или простить, или символически отомстить — написать рассказ, нарисовать картину, выразив таким образом свои чувства.

Важно, чтобы участники пришли к выводу: «Управлять своим гневом — значит уметь его выражать, а не искусно прятать».

**Индивидуальная работа с ребенком.** Попросите ребенка рассказать о

случае, когда он был свидетелем гневного поведения. Возможно, ребенок расскажет и о своей агрессии. Постарайтесь поддержать его в этой ситуации — пусть он чувствует, что вы не считаете его плохим только потому, что он испытывал подобные чувства. Важно проработать с ребенком его ненависть — то, что часто называют «застывшим гневом», гневом, который человек по той или иной причине не смог выразить.

Ваша цель — научить ребенка отличать чувства от их последствий, то есть поведения. Такая работа предполагает высокий уровень доверия между вами и ребенком. Важно поймать момент, когда сложатся подходящие условия, чтобы не начинать разговор специально. Вы можете усилить доверие ребенка к себе, если будете в ситуации его агрессивного поведения, пусть даже направленного на вас, показывать, что понимаете его чувства и готовы их обсудить.

Например, вы предлагаете ребенку сложное задание, а он бурно отказывается от него, отворачивается от вас, а то и вовсе уходит. Покажите, что вы понимаете: он сердит, не настаивайте, только предложите попробовать и дайте право отказаться, если он не захочет. Нет смысла в такой ситуации заставлять ребенка признать, что он боится не справиться и поэтому злится. Лучше сказать, что любой человек злится, когда не может с чем-то справиться, — вот только надо уметь эту злость выразить.

Нередко в основе стремления скрыть гнев лежит желание продемонстрировать свою безупречность. Чем быстрее ребенок научится показывать свои слабости, тем легче ему будет справиться с переживанием гнева.

#### **Занятие 4. «Я горюю»**

**Цель:** отреагирование чувства горя.

Эти упражнения обращены к вполне естественному и часто встречающемуся чувству — горю, грусти, переживанию утраты. С одной стороны, взрослые очень боятся детского горя, потому что не знают, как к нему относиться, как помочь ребенку. С другой стороны, дети самостоятельно не

могут найти адекватных способов выражения горя.

У каждого человека есть своя история горестных переживаний. Многие думают, что лучший способ преодолеть горе — как можно быстрее позабыть все. Но тяжелые воспоминания не отпускают так легко, как хотелось бы. Как же можно справиться с горем? В первую очередь, важно понять, из чего состоит горе.

Горе — это в первую очередь потеря: человек утрачивает что-то важное, основу безопасности, доверия к другим. Поэтому важно научиться жить без того, чего лишился. Часто говорят, что горе — важный этап взросления. Однако не всегда человек способен справиться с такой задачей, ему может не хватать сил, поддержки.

Дети стесняются проявлять горе и грусть; если их застают плачущими, они чувствуют себя еще хуже. Дети стремятся казаться более веселыми и спокойными, чем чувствуют себя на самом деле. Если спрятанное горе наконец прорывается, его проявление может напугать как ребенка, так и его окружение.

Непринятие своей грусти идет рука об руку с застенчивостью, зажатостью, стремлением оправдать какие-то ужасные события жизни, но обвинить себя.

8 ступенек усугубления утраты и превращения этого переживания в основу деструктивного поведения:

- Не разрешать себе показать свое горе, пассивное переживание траура.
- Чувство вины: «Я виноват в том, что это случилось, как это случилось».
- Фантазии: «Если бы я успел, все было бы иначе...»
- Страх собственной смерти или инвалидности: «Что с ними будет без меня?»
- Бессильная ярость в отношении умерших или получивших инвалидность взрослых: «Как они могли так поступить со мной?»
- Чувство безнадежности.
- Страх потери других близких.
- Отказ от доверия к себе.

Все эти доводы убеждают в необходимости проработки переживаний, связанных с грустью и горем.

## **Уровень 1**

### **Упражнение «Разный цвет горестных чувств»**

Это упражнение уместно проводить после просмотра и обсуждения мультфильма «Король-лев».

Предложите детям список следующих чувств: горе, тоска, грусть, огорчение, печаль. Попросите их объяснить, что общего в этих чувствах, а что их отличает. Лучше, если дети приведут примеры. Если они испытывают затруднения, предложите им следующие ситуации:

- У человека умер очень близкий человек.
- Вы нашли потерявшуюся собаку, пригрели ее, а потом пришел хозяин, чтобы забрать пса, к которому вы привязались.
- Вас наказали за то, чего вы не делали.
- Из-за дождя расстроился поход в лес с друзьями.
- Вы ждали звонка от друга, а он забыл позвонить.
- Из-за случайности вы поссорились с очень близким человеком.

Предложите детям использовать цветные карандаши и выразить цветом различные оттенки грустного настроения в указанных ситуациях. Может случиться так, что цветовых вариантов для обозначения настроения окажется больше, чем слов. После рисования цветов грусти обратите внимание, получилась ли у кого-нибудь светлая грусть — когда грусть не обременяет, а заставляет задуматься.

Можно предложить детям по очереди описывать ситуацию, которую другие в это время будут рисовать цветом. Ведущий должен записывать эти ситуации, а дети — нумеровать рисунки. Потом сравните рисунки разных участников к одной и той же ситуации. Предложите детям отгадать, у кого ситуация вызвала наиболее сильные чувства (необязательно спрашивать, кто автор рисунка). Задача ведущего в ходе такого варианта проведения упражнения — быть максимально открытым, доверчивым. Можно рекомендовать и самому

ведущему выполнять данное задание наравне с детьми и показывать свою готовность не скрывать опыт переживания грусти.

## **Уровень 2**

### **Упражнение «Я горюю, когда...»**

Попросите участников найти как можно больше определений слову «горе», например: огромное, долгое, неожиданное, всепоглощающее. Потом «грусть»: тихая, глубокая, светлая, поэтическая. Пусть участники попробуют определить, чем отличается один вариант горя от другого, приведут примеры.

Затем участники пишут варианты продолжения каждой фразы на отдельных карточках:

- Я грущу, когда...
- Меня легко расстроить если...
- Когда человек тоскует, то...
- Горе — это когда...

Затем карточки перемешиваются, и дети сравнивают ответы.

## **УРОВЕНЬ 3**

### **Упражнение «Вижу, ты расстроен...»**

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, полужакрытые глаза), поза горюющего (опущенные плечи, сгорбленная фигура). Попросите их нарисовать или изобразить эти проявления. Обязательно после такого упражнения предложите детям изобразить другие чувства — расслабленность, удовлетворенность и т.д.

В заключение обсудите, 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...». Запишите за детьми эти рассказы, а потом включите их в папки детей.

Предложите участникам вспомнить опыт горестного настроения кого-то

из друзей и описать наилучший способ утешения человека. Важно показать, что запрет на грусть и горе («Не плачь, оно того не стоит», «У тебя столько дел, а ты тут из-за пустяков расстраиваешься», «На твоём месте я бы не переживал из-за ерунды») мешает человеку успокоиться и выйти из состояния грусти. Намного важнее набраться терпения и узнать, что случилось, из-за чего человек расстроен.

Часто мы не знаем, как начать разговор с грустным человеком. Помогите детям придумать вопрос, с которого можно начать разговор, например: «Если хочешь, расскажи мне, что произошло», «Мне кажется, ты чем-то расстроен». Обсудите, как вести себя, когда не хочется делиться своим горем или когда другой человек отказывается говорить о своём настроении. Как это ни странно, доверие между людьми возникает тогда, когда человек понимает, что его не будут принуждать открыть душу. Поэтому важно понять, что у любого человека есть право не обсуждать свои переживания.

В процессе индивидуальной работы вы можете предложить ребёнку ответить на вопросы: «Расскажи, если хочешь о том, какие горести были у тебя. С какими ты справился? А что беспокоит до сих пор?»

Познакомьтесь с историей ребёнка. Обратите особое внимание на смерть родственников. Если таких данных нет, попробуйте получить их, построив вместе с ребёнком генограмму. Задайте вопрос: «Что ты знаешь о своих родственниках?»; «Что ты знаешь (помнишь) о том, как попал сюда?»; «Какие воспоминания остались о том, что было до детского дома?».

### **Занятие 5. «Учимся договариваться»**

#### **Уровень 1**

#### **Упражнение «Пойми меня...»**

Это упражнение можно проводить в группе от 3 до 5 человек. Суть упражнения в развитии двух умений: передавать другому человеку свой замысел и понимать замысел другого без слов. Возможно, что это упражнение пригодится для работы с ребёнком и членами принимающей семьи.

Каждый участник получает лист бумаги и один из цветных карандашей

(важно, чтобы все рисовали разными цветами). Задание состоит в следующем: каждый придумывает, что бы он хотел нарисовать. После этого по команде ведущего все начинает 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, по истечении 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 что-то дорисовать, но нельзя менять и зачеркивать уже сделанный рисунок. После этого каждый сообщает, что он хотел нарисовать и что из этого вышло.

Если первоначальный замысел сильно отличается от того, что получилось, обсудите, что помешало реализовать план: кто-то невнимательно посмотрел на рисунок или замысел был обозначен неточно? Важно, чтобы участники упражнения проговорили, что уровень понимания замысла другого и умение донести свою мысль до других тесно взаимосвязаны. После пробного рисунка можно повторить упражнение, усложнив правила игры: ограничить участников определенной темой (живая природа, неживая природа, дом); уменьшить время рисования и т.д.

По ходу выполнения упражнения обсудите с участниками и такие темы:

- в чем соблазн простых рисунков (легче передать замысел, но получается, что легче высказать примитивную мысль, 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.

Основным выводом данного упражнения становится принятие участниками обоюдной ответственности общающихся людей за взаимопонимание: часто те, кто хочет быть понятым, считают, что другой их просто обязан понимать, если любит и хочет помочь, но бывает и так, что нужно постараться обеим сторонам.

## Уровень 2

### Упражнение «Мне не хочется этого делать»

Любой человек не один раз сталкивался с ситуацией, когда ему предлагают делать то, чего он не хочет. В семейной жизни это случается очень часто.

#### *Ситуация 1.*

Вам предлагают помочь приготовить обед (убраться в квартире). Вы побаиваетесь, потому что не имеете нужного опыта.

#### *Ситуация 2.*

Вам предлагают пойти в кино, но вам не хочется смотреть этот фильм. Все члены семьи хотят сделать это, кроме вас, и в то же время вам не очень интересно оставаться в одиночестве.

#### *Ситуация 3.*

Вам предлагают заняться каким-то делом с тем членом семьи, с которым вы себя чувствуете не очень уверенно. Вам бы хотелось делать то же самое, но с другим человеком.

Как стоит повести себя в таких ситуациях? Выслушайте варианты, предложенные детьми, а потом попросите их ответить на вопрос: «Для чего человек будет соглашаться делать то, что ему не очень хочется?» Это упражнение помогает ребенку научиться говорить о своем желании и управлять своими желаниями.

#### *Ситуация 1.*

Весьма частый случай, когда за отказом ребенка стоит неуверенность в собственных силах. Причем ребенок может уметь делать что-то из того, что ему предлагают, например чистить овощи, но боится не справиться с приготовлением обеда. В этой ситуации ребенку может помочь умение найти в неосвоенном навыке какой-то знакомый элемент. Предложите детям из следующего перечня дел выделить то, что они не умеют делать. А потом пусть дети попробуют определить, какую часть дела они могут сделать.

Перечень дел:

- Стирать (замочить белье, выполоскать, выжать, развесить).
- Чинить машину (закрутить гайку, собрать мусор, подержать инструменты).
- Приготовить салат (вымыть и порезать овощи, потереть морковь, смешать овощи с маслом или сметаной).
- Убраться в комнате (вытереть пыль, подмести, повесить одежду).

### *Ситуация 2.*

Выбор между разными интересами, с таким выбором семейные люди сталкиваются постоянно. Чтобы сделать выбор, важно понять, что для вас важнее: сделать то, что интересно, или быть вместе с другими.

### *Ситуация 3.*

Важно объяснить ребенку, как попросить о взаимодействии и отказаться от общения, не переходя на личности, говоря только о своем настроении, например: «Мне хочется делать это сейчас с ...», «Давайте делать это вместе с ...».

## **Уровень 3**

### **Упражнение «Мы смотрим телевизор»**

Бывает так, что в семье один человек хочет смотреть одну программу, а другой — другую. Предположим, что вы оказались в такой ситуации.

*Ситуация 1.* Кто-то из семьи смотрит фильм, а вам очень хочется посмотреть футбольный матч, который не будут повторять. Как попросить члена семьи «уступить» вам телевизор?

*Ситуация 2.* Вы смотрите интересный фильм, а к вам подходит другой член семьи и говорит: «Ты знаешь, сейчас начнется футбольный матч. Я очень хочу его посмотреть — можно переключить на другой канал?»

### **Варианты проведения упражнения**

**Вариант 1.** Разделите группу детей на две части, пусть они независимо друг от друга ищут разрешение первой ситуации — получится, что участники как бы окажутся в одной и той же ситуации, но с разных сторон.

**Вариант 2.** Разыграйте с детьми одну из ситуаций, потом спросите у них,

насколько важно было встать на позицию другого и получилось ли это у них. Независимо от ответов предложите детям проверить свою способность видеть происходящее глазами другого человека и дайте вторую ситуацию.

#### *Допустимые варианты поведения*

- Найти компромисс — посмотреть повтор на следующий день, записать программу на видеомаягнитофон, найти фильм в прокате и посмотреть позже.
- Уступить — согласиться, но тогда не расстраиваться, а занять себя другим приятным делом.
- Настаивать — убеждать, что для вас это важно, что вы можете уступить в другой раз, но сейчас очень хотите посмотреть этот фильм.
- Найти вариант сотрудничества — попробовать понять, почему эта программа так интересует другого, сесть и посмотреть вместе.
- Уйти — найти себе другое занятие, даже если надежда на просмотр желаемого потеряется.

#### Обсуждение вариантов поведения

Предложите детям обсудить два вопроса:

- К какому из пяти вариантов поведения относится тот путь, который был выбран ими?
- Какие чувства будет испытывать человек, придерживаясь того или иного варианта?

Важно, чтобы дети приняли каждый вариант как подходящий в зависимости от ситуации и собственных особенностей.

### **Занятие 6. «Хочу и делаю»**

**Цель:** прояснить желания ребенка и научить его говорить об этом.

В семье его не один раз спросят о том, что бы он хотел делать: вместе или порознь, в выходной или на день рождения. Ребенок может испытывать затруднения, поскольку длительное время жил по режиму, определенному учреждением. Переход к принципиально иному типу организации времени может оказаться стрессом, смягчить этот стресс и призваны эти упражнения.

#### **Уровень 1**

### Упражнение «Рисуем на свободную тему»

Разделите детей на пары. Каждому дайте по 2–3 листа бумаги и карандаш — так, чтобы в одной паре дети рисовали разными цветами. Попросите согнуть листы пополам, по вертикали и горизонтали, а затем развернуть их. Каждый рисунок нужно поместить в одну из четвертинок. Задание: «Один из вас рисует на листочке соседа какую-то линию — неважно, какую. Другой делает то же самое. После этого вы продолжаете начало рисунка так, как вам захочется. Постарайтесь ничего не говорить. Когда вы закончите рисовать, обменяйтесь рисунками и обсудите, что получилось у каждого».

Напомните детям простое правило: перед тем как рисовать, продумайте, что вы хотите нарисовать, посмотрите на линию с разных сторон и представьте рисунок, который хотите сделать.

Хорошее подспорье для проведения этого упражнения с группой детей — предварительное проведение упражнения в паре взрослый—ребенок. Ведущий в ходе индивидуальных занятий с ребенком может раскрыть творческие способности ребенка.

*Для этого важно соблюдать несколько условий:*

1. Показывать разные приемы использования линий, заданных партнером. Можно изменять направление рисунка, рисовать разную перспективу, используя линию как главный или второстепенный элемент своего рисунка.

2. Можно использовать разные сюжеты. Например, рисовать живое, если видите, что ребенок по преимуществу рисует предметы и неживую природу. Можно рисовать настоящую сюжетную картинку — например, из полукруга сделать меч и дорисовать схематически битву двух самураев.

3. Рисуйте детям линии разных конфигураций и в разных местах отведенного пространства. Используйте и такой прием, как рисование одной линии (например, черточки) в одной части листа, а другой (например, зигзага) — совсем в другой. Тогда ребенку придется продумывать весь план картинка.

4. Рисуйте несколько раз в качестве первоначальной закорючки одну и ту же линию, чтобы ребенок был вынужден искать разные сюжеты для

продолжения одной и той же закорючки.

5. При отгадывании рисунка ребенка давайте допустимый, но необычный ответ. Например, если ребенок рисует кошку, вы можете добавить определение настроению кошки (озадаченная кошка, кошка, которая убежала от собаки). Ваше понимание рисунка не должно выходить за пределы того, что изобразил ребенок.

6. Рисуйте на необычные (возможно, неизвестные ребенку) темы. Например, незнакомых животных, необычные ситуации, фантастические виды транспорта. Пусть ребенок будет вынужден как можно больше рассказать о вашем рисунке. Расспрашивайте ребенка, что он видит на вашем рисунке.

7. Уделяйте внимание анализу рисунков ребенка — как он использует вашу линию, ломает ли ее, например перечеркивает, или ее не видно за рисунком, сделанным ребенком (это признак напряжения ребенка в общении с вами); как меняются сюжеты у ребенка, становятся ли они более разнообразными, не повторяется ли он, — повторы и однообразие могут отражать как проблемы интеллектуальной сферы, так и эмоциональное неблагополучие в момент рисования. Обратите внимание на рассогласование между описанием рисунка и самим рисунком — ребенок может давать необычное описание при абсолютно ординарном рисунке.

8. Подчеркивайте реальные успехи ребенка — пусть вам не нравится рисунок целиком, но, например, вы отмечаете необычный ракурс; или рисунок выполнен не очень тщательно, но интересная идея.

### **Упражнение «Могу или хочу?»**

**Цель:** способствовать развитию умения различать желания и достижения.

*Материал:* доска, мел, бланки упражнения, листы бумаги.

*Ход упражнения*

Психолог рассказывает ученикам, что человек осуществляет самые разные действия. Они могут ему нравиться или не нравиться, получаться или не получаться. «А всегда ли то, что нравится, что интересно делать, хорошо получается?» Психолог просит детей привести примеры дел, которые

интересны, но трудны. Потом психолог спрашивает: «А бывает ли так, что дело получается очень хорошо, но оно совсем неинтересно?» После ответов детей психолог чертит на доске схему.

Учащиеся зарисовывают схему или используют заранее расчерченный бланк. «По этой схеме, — сообщает психолог, — можно рассказать о разных действиях. В 1-й квадрат, — указывает рукой, — попадают дела, которые и получаются, и очень нравятся. А какие дела могут попасть во 2, 3, 4-й квадраты?» (Ответы учеников.)

### **Список разных дел и заданий**

1. Убирать свою комнату (игрушки, парту).
2. Рисовать с натуры.
3. Рисовать что-то придуманное.
4. Подметать пол.
5. Мыть пол.
6. Мыть посуду.
7. Чистить овощи.
8. Громко отвечать на вопросы учителя.
9. Танцевать.
10. Драться.
11. Петь.
12. Играть на музыкальном инструменте.

А теперь внимательно посмотрите на список дел.

Посмотрите на дело под номером 1: убирать свою комнату (игрушки, парту).

- У кого получается это делать?
- В какой квадрат вы поместите это дело?
- А у кого не очень получается?

А теперь решите, получается или нет дело под номером 2, нравится вам это делать или нет?

Внимательно прочитайте все дела, в какой квадрат вы их разместите.

Впишите в нужный квадрат номер умения.

Посмотрите, сколько дел попало в 1-й квадрат? Это самые интересные для вас дела — ведь они и получаются, и нравятся вам.

Сколько дел попало во 2-й квадрат? Это, скорее всего, такие дела, которые вы уже давно умеете делать, и поэтому делать их скучно.

Сколько дел попало в 3-й квадрат? Это дела и умения, которые вы очень хотите научиться делать, они сейчас для вас одни из самых важных.

Сколько дел попало в последний, 4-й квадрат? Чем меньше дел попало в этот квадрат, тем лучше человек относится к себе. Хорошо, если в этот квадрат попало не больше трех дел.

А теперь каждый назовите по одному или два дела, которые вам нравится делать и которые у вас получаются, но их не было в нашем списке.

Если детям затруднительно заполнять схему, указывая номера дел, умения могут быть напечатаны на отдельных карточках, которые выкладываются на схему.

Постарайтесь, чтобы дети переходили от «глобальных» дел, таких как приготовление пищи, к их составным частям, например почистить овощи, порезать картошку, накрыть на стол, следить за тестом и т.д. Это важно, поскольку ребенок научается выделять, что он в большом деле уже умеет, а что еще не очень хорошо получается.

### **Упражнение «Дела выходного дня»**

**Цель:** расширить сферу самооценки учащихся.

*Материал:* доска, мел, листы бумаги (8 x 5 см) — по 7–8 на каждого ребенка.

#### *Ход упражнения*

«Все люди любят выходные дни и ждут их с нетерпением. Как вы думаете, почему?» Психолог выслушивает ответы детей и подчеркивает, что в выходные можно успеть сделать много разных дел, на которые не хватает времени в будни. «Вспомните, чем вы занимались в эти выходные? А чем вы собираетесь заняться в следующие выходные? А чем еще можно заняться в

воскресенье?»

На доску кратко, но отчетливо выписываются некоторые ответы детей. Далее учащимся раздаются карточки, на каждой из которых ребенок пишет одно из дел выходного дня. Психолог просит написать необычные дела, которые не делаются каждый день.

Примерный список:

- ❖ Придумывать поздравления.
- ❖ Подписать открытку.
- ❖ Упаковать подарок.
- ❖ Сходить в театр.
- ❖ Сходить на экскурсию.
- ❖ Приготовить что-то необычное.
- ❖ Кататься на санках с крутой горки.
- ❖ Кататься на лыжах или коньках.
- ❖ Плавать.
- ❖ Играть в настольный хоккей.

Всего ребенок должен сделать 2–3 такие карточки. Затем листочки собираются и смешиваются. Психолог может добавить заранее приготовленные карточки или вместе с детьми написать свои карточки. Ведущий в случайном порядке выбирает карточку и громко зачитывает ее содержание. Он просит поднять руки всех тех, кто хотел бы заняться таким делом в выходные. Из них затем поднимают руки те, кто считает, что сделает это дело очень хорошо. Выбираются те дела, которые нравятся большинству ребят. «Авторы» этих карточек объясняют, почему так здорово заниматься такими делами в выходные дни.

### **Упражнение «Хочу попробовать!»**

**Цель:** способствовать оптимизации уровня притязаний, развитию взаимосвязи между повседневными делами детей и их планами на будущее.

Материал: список различных дел, листы бумаги.

### Ход упражнения

Психолог говорит: «В жизни есть много дел, которые вам еще не приходилось делать. Например, водить машину, писать рассказы, рисовать масляными красками. Но, может быть, вам хотелось бы научиться это делать. Внимательно просмотрите список дел. Поставьте два плюса (++), если вам очень хотелось бы попробовать сделать это дело; один плюс (+), если хотелось бы; знак вопроса (?), если вы не хотите это делать».

#### Список дел:

- ❖ Придумывать компьютерные программы, игры.
- ❖ Петь, танцевать, играть на сцене или в кино.
- ❖ Вкусно готовить разные блюда.
- ❖ Рисовать большие картины масляными красками.
- ❖ Защищать зверей и птиц, неживую природу.
- ❖ Водить машину, самолет, вертолет и т.д.
- ❖ Сочинять стихи, рассказы, повести, романы.
- ❖ Заниматься бизнесом, быть банкиром.
- ❖ Сочинять музыку, песни.
- ❖ Лечить людей, придумывать способы борьбы с болезнями.
- ❖ Учить людей, помогать им советами.
- ❖ Уметь чинить технику, электроприборы.
- ❖ Шить красивую и удобную одежду.

В конце списка можно оставить пустые строчки, чтобы ребенок мог вписать интересные ему сферы деятельности. После этого каждый ребенок выбирает одно, самое привлекательное для него дело и называет его. Психолог предлагает подумать, могут ли его сегодняшние дела как-то подготовить к выполнению этих «взрослых» дел? Очень важно задавать вопросы, наводящие на неожиданную взаимосвязь «взрослых» дел и повседневных занятий детей. Например: «Чтобы сочинять музыку, песни, нужно уметь внимательно слушать, различать самые незаметные изменения в звуках. А у вас получается

внимательно слушать?» В заключение дети еще раз проставляют оценки привлекательности «взрослых» дел.

## **Уровень 2**

### **Упражнение «Мое любимое занятие»**

Кто-то из участников загадывает любимое дело (говорит ведущему или кому-то из участников, который держит это в тайне до конца игры). Другие дети стремятся догадаться и для этого задают вопросы: «Этим можно заниматься с другими?», «Это можно делать только дома?», «Для этого нужно куда-то ехать?», «Для этого нужен альбом?» и другие. Взрослый может участвовать в отгадывании, особенно если надо показать детям, как правильно задавать вопросы.

Возможно, в ходе выполнения упражнения дети начнут спорить. Например, загадавший рисование скажет, что таким делом можно заниматься только в одиночестве, тогда как кто-то скажет, что можно рисовать всем вместе. Такие споры — хороший повод обсудить как можно больше дел, которые можно делать сообща. Спросите детей, как лучше делать это дело — вместе или одному.

Ведущий может спросить, какие вопросы помогли приблизиться к ответу. Помните, что важно научить детей получать информацию, только тогда они справятся с ситуацией, в которой им придется сообщать что-то о себе. Поэтому включайте такие вопросы, как: «Для этого нужно учиться?», «Это утомительное занятие?», «Это занятие тренирует мышцы?», «Этому занятию учат в школе?», «Это могут делать взрослые?» — то есть по мере возможностей расширяйте круг вопросов.

Ведущему следует уделять внимание и необычным загадкам, которые открывают человека с новой стороны.

В заключение предложите детям составить вопросы для того, чтобы поближе узнать об интересах другого человека. Вы можете предложить им сравнить открытые вопросы (на которые нельзя ответить «да» или «нет») и закрытые вопросы (на которые отвечают «да» или «нет»).

### Уровень 3

**Упражнение «Цепочка событий»** (модификация упражнения Ричарда Роуза)

Это упражнение направлено на развитие умения планировать свое время, а также на конкретизацию ожиданий ребенка от жизни в семье. Лучше всего, если это упражнение будет выполняться несколько раз — до передачи в семью и после этого.

Приготовьте лист бумаги, на котором нарисовано 15 квадратов и еще есть место для рисунков и записей. Предложите детям нарисовать символы дел, которыми они будут заниматься в семье в обычный день, начиная с пробуждения. Пусть они укажут время, в которое хотели бы делать эти действия. Пусть дети соединят стрелками те квадраты, которые тесно связаны между собой (например, почистил зубы — позавтракал). Если детям трудно выполнить это задание, они могут заполнить 15 ячеек делами сегодняшнего дня, начав с самого последнего дела, то есть выполнения упражнения, и дойдя до самого начала дня.

Предложите участникам это упражнение не один раз, используя следующие темы для рисования событий в жизни:

- Мой обычный рабочий день.
- Праздник.
- История полезных советов и помощи (участники должны вспомнить 15 самых важных событий, которые связаны с помощью, которую они получили).
- День, когда я опоздал (история дня, который начался с опоздания).

Вы можете предлагать разные темы для составления последовательности событий в зависимости от проблемы ребенка.

**Индивидуальная работа с ребенком.** В ходе индивидуальной работы попросите ребенка вспомнить 15 важных событий его жизни и выстроить их в цепочку во времени.

- 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 семейным взаимодействием.

По сути, данная программа является частным случаем программы развития навыков уверенного (ассертивного) поведения.

Упражнения программы разделены на две группы: одни в большей степени адресованы проработке чувств, другие — формированию совладающего поведения. Почему выбрана именно такая структура программы? В первую очередь, она отвечает программе подготовки менторов и семьи. Мы не льстим себя надеждой, что после тренинга ребенок освоит все те приемы, которые представлены в упражнениях. Но мы уверены, что эти упражнения приблизят ребенка к принятию себя, которое ему будет особенно нужно в новых условиях жизни.

Главным препятствием для проведения данной программы следует считать разрыв между разными этапами жизни ребенка: до попадания в детский дом или приют, в процессе пребывания в детском доме и при передаче в семью. Несомненно, эффект этой программы тесно связан с компетентностью принимающей семьи и ментора. Но односторонняя подготовка к передаче ребенка в семью, когда только семейное окружение получает новый опыт, осваивает навыки, недостаточна. Поэтому данная программа и направлена на то, чтобы помочь ребенку достигнуть баланса в понимании всех событий его жизни.

Важно помнить и еще одно условие проведения данной программы. Ее эффективность связана с общей системой психосоциальной и педагогической помощи ребенку. Многие виды упражнений программы основаны на широко известных играх, однако нет ничего удивительного в том, что дети из детских домов этих игр не знают. Поэтому по ходу проверки программы авторам приходилось учить детей многим играм, которые для их «семейных»

сверстников были вполне знакомы.

Получается, что для развития необходимых навыков семейной жизни программа формирует и общий план произвольного поведения. Это обеспечивает более полный перенос навыков, полученных ребенком в ходе тренинга, в реальную жизнь. Мы рекомендуем тренеру проиграть упражнения на себе — ведь только тогда вы сможете почувствовать возможный эмоциональный накал, который будет испытывать ребенок в ходе тренинга.

Упражнения внутри каждой из тем программы разделены на 3 уровня.

К первому относятся упражнения, которые основаны на рисовании и простой ролевой игре. Эти упражнения могут быть доступны детям в возрасте от 5 лет.

Второй уровень предназначен для детей в возрасте 9–10 лет. Эти упражнения построены на развитии коммуникативной компетентности.

Третий — для подростков. Этот уровень предполагает вполне серьезные разговоры и элементы психосоциального просвещения.

Деление на уровни достаточно условно. В рамках одного занятия вы можете сочетать упражнения разного уровня и разных тем. Более простые упражнения можно использовать для разогрева группы. Отбор упражнений определяется составом группы.

Каждый цикл, кроме упражнений, включает в себя описание возможных направлений индивидуальной работы с ребенком, проработки его прежнего опыта. Эти рекомендации содержат краткое описание психосоциальных механизмов проблем ребенка, связанных с этим опытом. Описания могут быть использованы для выработки рекомендаций принимающей семье.

### **Занятие 6 «Помогите мне»**

Эти упражнения формируют способность просить о помощи, которая на самом деле складывается из многих умений:

- понять, что без помощи не обойтись;
- попросить именно о той помощи, которая нужна;
- поблагодарить за помощь;

- найти того, кто действительно может помочь;
- включиться в работу людей, которые оказывают помощь, не быть пассивным «принимателем» помощи.

## **Уровень 1 и 2**

### **Упражнение «Кто поможет и как»**

Это упражнение может проводиться с детьми от 5 и до лет 10, главное — предложить ситуации, которые были бы интересны. Предложите детям рассмотреть следующие ситуации и ответить на вопросы: кто или что может помочь человеку; 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. (Спросить у прохожих, вернуться домой и попросить проводить.)

*Ситуация 3.* Вы купили в магазине пачку творога, а когда открыли ее дома, оказалось, что продукт испорченный. (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. (Сказать кому-то из взрослых, позвонить «03», пойти в поликлинику.)

*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 группе для решения.

## **Уровень 3**

### **Упражнение «Многоликая помощь»**

Подготовьте материал: набор карточек. На одних карточках написаны просьбы о помощи, а на других — варианты помощи. В ответ на одну и ту же

просьбу даны два варианта помощи: один вариант — из роли сверстника, а другой — из роли взрослого.

#### Карточки-просьбы:

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помоги мне перейти дорогу.</li> <li>2. Помоги решить задачу.</li> <li>3. Помоги вымыть посуду.</li> <li>4. Пожалуйста, одолжи мне денег.</li> <li>5. Помоги помириться с другом.</li> <li>6. Будь добр, дай телефон твоего приятеля, с которым мы познакомились у тебя на дне рождения.</li> </ol>
--

#### Карточки-ответы:

1. Бабушка, давайте ваши сумки и держитесь за меня	Я тороплюсь — попросите милиционера, он вот стоит.
2. Расскажи мне, как ты уже пытался решить задачу, будем думать вместе.	Давай я решу, а ты перепишешь решение.
3. Оставь мне сковородку и кастрюлю, а тарелки помой сам.	Давай я помою за тебя посуду, а ты уберешь мусор за младшими.
4. Давай я расскажу тебе, как ты можешь заработать деньги.	Хорошо, но через неделю верни.
5. Расскажи, что произошло, из-за чего произошла ссора?	Давай я с ним поговорю, скажу, как ты расстроен.
6. Я должен спросить его разрешение дать тебе телефон. И тогда обязательно дам.	Давай я скажу ему, что ты хочешь с ним общаться, и дам твой телефон.

Разделите детей на две неравные группы — в первой должно быть в два раза меньше людей, чем во второй, — не сообщая им, как распределены запросы о помощи и ответы на них. Раздайте детям карточки, попросив не показывать друг другу их содержание. Те, кто получил карточки с просьбой, должны подумать над следующими вопросами:

- Кто может просить о помощи?
- Чего хочет просящий?
- К кому он может обращаться за помощью?

Те, кто получил карточки с вариантами помощи, должны подумать над вопросами:

- С какой просьбой к ним обратились?
- Из чьей роли была предложена помощь?
- Кто обратился за помощью (пол, возраст, характер)?
- Чего хочет человек? Важно ли это знать тому, кто оказывает помощь?

Суть упражнения состоит в том, чтобы ребенок увидел, как по-разному люди реагируют на просьбы и как важно определиться с тем, какой помощи хочется на самом деле.

После того как ребята изучат содержание своих карточек и ответы на вопросы, приступайте к обсуждению. Те, у кого карточки с просьбами, по очереди зачитывают свою просьбу и рассказывают, какую помощь могут получить и от кого. Те, у кого находятся соответствующие ответы, зачитывают один ответ, а потом второй. После этого вся группа решает, насколько просящий догадался об ответах и какой из ответов самый лучший (провоцируйте ребят на то, что лучшего ответа может и не быть, что среди ответов нет плохих — все зависит от ситуации).

Предложите участникам придумать похожие ситуации с одной просьбой и несколькими вариантами ответов.

**Индивидуальная работа с ребенком.** Для последних тем тренинга вы можете использовать игры-драматизации. Предложите ребенку разыграть сценки из семейной жизни. Для этого вам не нужны куклы или специальные игрушки — достаточно наклеить на использованные спичечные коробки картинки с выражениями лиц и подписать роли, чтобы у ребенка был материал для драматизаций. Чем схематичнее будет изображение персонажей, тем быстрее проявится фантазия ребенка. Предложите ребенку посмотреть мини-сценку в вашем исполнении. *Например, такую:*

Участники: мама, старший мальчик (10 лет), младший мальчик (6 лет).

Вечер. Мама на кухне готовит ужин. Старший мальчик учит уроки и слушает. Младший играет в машинки. Все ждут папу. Младший прибегает на кухню и просит маму дать поесть. За ним тянется старший. Мама дает младшему печенье, а старшему говорит: «Ты же можешь потерпеть. Ты уже большой». Старший отвечает: «Младшему можно, а мне нет?!»

Пусть ребенок вначале определит, кто будет в его сцене. Для этого приготовьте карточки с обозначением ролей: мама, папа, дедушка, бабушка, старший мальчик, старшая девочка, младший мальчик, младшая девочка, близнецы.

Вы можете вначале ограничить количество участников 2–4 персонажами. После выбора персонажей ребенок выбирает игрушки, которые будут изображать героев. Затем он должен определить время действия: утро, день, ранний вечер, поздний вечер. Затем — место действия: кухня, коридор, комната, улица, магазин и т.д.

После этого ребенок придумывает, о чем будет сценка.

### **Работа с использованием мультфильма «Король-лев»**

**Рекомендации ведущему.** Наши зарубежные коллеги уже давно используют художественные и анимационные фильмы для работы с детьми, пережившими утрату, нуждающимися в сексуальном просвещении, имеющими особые нужды и т.д. Предложенная схема работы основана на зарубежных мультфильмах, но подготовлена отечественными специалистами. Опора на зарубежные мультфильмы связана в первую очередь с их соответствием тем теориям и технологиям развития детей, которые активно используются в практике взаимодействия с детьми из детских домов. Часто при просмотре этих мультфильмов у профессионалов возникает ощущение, что среди консультантов фильма были профессиональные детские психологи.

Важнейшим условием эффективной работы с использованием фильмов является умение анализировать содержание сюжетных линий и поведения героев с точки зрения теорий поведения и развития. Мы включили

аннотированное описание одного из самых популярных мультфильмов для лучшего понимания социально-психологической составляющей таких произведений. После описания каждой части приводятся вопросы для обсуждения с подростками и рекомендации по проведению таких дискуссий. Вопросы для обсуждения разделены на две группы: вопросы открытого обсуждения, которые требуют хорошего умения выражать свои мысли, и вопросы направленного обсуждения, которые помогут ребенку сформулировать свою точку зрения.

Такой прием, как совместный просмотр и обсуждение фильмов, позволяет возвращаться к важным темам не один раз. Например, к работе с чувствами. В то же время важно помнить, что эта форма работы дополняет, но не заменяет другие приемы и технологии подготовки к семейной жизни.

**Комментарий к фильму.** Мультфильм производит сильное впечатление. Главная его тема — поиски своего пути, своего места в круге жизни, предназначенном если не судьбой, то обязательствами. Понятие «круг жизни» (circle of life) звучит рефреном в заглавной песне к фильму. Отец главного героя дважды дает определение того, что такое круг жизни, — гармония, в которой все взаимосвязано. Фильм показывает, что у каждого есть возможность выбрать свой путь, что нет единственно правильного пути — положительные герои фильма живут по-разному, но есть осознанный выбор, основанный на соотношении образа жизни и значимых для человека ценностей.

Мультфильм заставляет сопереживать героям. Многие дети в ходе просмотра идентифицируют себя с разными персонажами. Автор программы наблюдала, как ученики старших классов одной из школ давали своим товарищам прозвища в соответствии с именами героев фильма.

В направленное обсуждение могут быть включены дети разного возраста: от 8 до 14 лет. Поскольку тема фильма понятна, разновозрастный характер группы может стать ресурсом для освоения важных навыков независимой жизни. В этом мультфильме есть несколько важных для подготовки к семейной жизни тем.

**Семья, ответственность членов семьи друг за друга, роль семьи в жизни общества.** Муфаса практически повторяет слова И. Канта о том, что самое главное — это моральный закон в тебе и звезды над твоей головой. Весь фильм построен на противопоставлении героев, которые нашли себя в семье и круге жизни, и тех, кто не сумел или не захотел встроить себя в такие отношения. Это противопоставление выражено очень сильно в линии львов: Муфасы, Сараби, других членов прайда, — с одной стороны, и непутевого брата Муфасы Скара (Шрама) — с другой. Более слабо та же линия проходит в жизни главного героя, Симбы, который под тяжестью чувства вины уходит из прайда и живет коммуной с Пумбой и Тимоном, которые не признают семейной жизни, поскольку она чересчур сложна и не позволяет жить легко.

Когда Симба вырастает, он задается вопросом: «Что значит быть свободным?» Соотношение свободы и ответственности — тема взросления Симбы. У отца Симба спрашивает: разве быть королем — не значит делать все что хочешь? Муфаса говорит, что быть королем значит нечто большее. После смерти отца Симба оказывается в ситуации, когда понимает, что делать все что хочешь без особого вреда для окружающих, скорее всего, можно только тогда, когда ты — изгой. Собственно, эти две установки и составляют внутреннее противоречие, преодоление которого означает взросление главного героя.

### **Вопросы для обсуждения с детьми и подростками**

#### *Уровень открытого обсуждения*

В чем герои фильма видят смысл своей жизни?

Что для них оказывается самым важным?

#### *Уровень направленного обсуждения*

Кто из героев стремится к власти? (Симба и Скар). У них одно и то же стремление к власти или оно разное?

Кто из героев самым главным считает долг, обязательство перед другими?

Кто стремится к сытой жизни, полной довольства?

Хватает ли только этого стремления для достижения цели?

Кто ищет внутреннего покоя и понимания сути мира? Из чего вы сделали

такой вывод?

Кто живет ради радостных переживаний и безмятежности?

Чем мироощущение Рафики отличается от мироощущения Пумбы и Тимона? А чем их отношение к жизни похоже?

Кто стремится к любви?

Кто считает самым главным помогать тем, кто оказался в беде?

Кто стремится к знанию?

В чем проблема гиен? Если бы вы были социальным работником или психологом, как им можно было бы помочь?

**Комментарии.** Вы можете предложить ребятам охарактеризовать направленность жизни всех основных героев до того, как зададите эти наводящие вопросы. Если почувствуете, что им трудно определиться с ответом, помогите, используя вопросы.

Отвечая на эти вопросы, подростки могут подчеркнуть, что есть герои с разными жизненными устремлениями (как Рафики или Симба), а есть такие, у которых четко определены ценности (как Сараби). Спросите у ребят, важно ли иметь несколько жизненных целей.

*Уровень открытого обсуждения*

Какой выбор делает Симба? Кто и что помогают ему сделать этот выбор?

*Уровень направленного обсуждения*

Между какими стилями жизни делает выбор Симба? Значит ли это, что какой-то из стилей жизни хуже или лучше другого?

Чувства и их выражение

Для многих детей с опытом сиротства существуют табу на такие чувства, как страх, гнев, горе. Мультфильм часто подчеркивает тему страха. Симба попадает в угрожающую ситуацию во многом из-за нежелания показать свой страх. Его фраза «Я смеюсь в лицо опасности» в заключительной части мультфильма возвращается к нему в поведении Налы, и здесь уже Симба показывает, что не стоит рисковать, когда в этом нет смысла.

После нападения гиен на Симбу Муфаса говорит сыну, что боится за него.

Симба удивляется: «Разве короли боятся?» Муфаса находит удачные слова для объяснения своего страха.

Симба (почти плача, дрожащим голосом). Я лишь хотел быть храбрым, как ты.

Муфаса. Я храбр только когда это нужно. Симба... быть смелым не значит всюду искать неприятности.

Симба. Но ты же ничего не боишься.

Муфаса. Я боялся сегодня.

Симба (удивленно). Правда?

Муфаса. Да... (склоняясь к Симбе). Боялся, что потеряю тебя.

Линия дружеского и любовного поведения разных героев: Муфасы и Сураби, Симбы и Налы, Пумбы и Тимона — демонстрирует разные оттенки теплого и доверительного отношения, способов его выражения.

### **Вопросы для обсуждения с детьми и подростками**

#### *Уровень открытого обсуждения*

Кто из героев фильма и в какие моменты испытывает страх? Чем отличается страх разных героев? Как мы понимаем, что человек боится? Как это показывают герои фильма? Каким героям фильма страх помогает, а каким мешает?

#### *Уровень направленного обсуждения*

В каких ситуациях боится Симба?

Когда его страх становится самым сильным?

Чего боится Муфаса?

Как и чего боится Скар?

Чего боятся гиены?

Чего боятся Зазу и Пумба?

Кто из героев кажется вам самым бесстрашным?

Кто стремится спрятать свой страх?

К чему это приводит?

Уровень открытого обсуждения

Кто из героев к кому привязан?

На чем основана каждая из привязанностей?

Уровень направленного обсуждения

Чем отличается дружба Тимона и Пумбы от дружбы Муфасы и Рафики?

Чем похожи и чем отличаются отношения Муфасы и Сураби, Симбы и Налы?

**Деструктивные чувства и манипуляции.** На самом деле даже не самые взрослые дети открыты для понимания того, что такое манипуляция, коммуникация, направленная на достижение своих целей силами другого и окольными путями. Именно так и ведет себя Скар. Манипуляция возможна только тогда, когда манипулятор нащупывает слабое место своей жертвы. Обсудите со слушателями, как Скар нащупывает слабые места и каким образом использует их в своих целях.

Все манипуляции построены на тех или иных деструктивных чувствах. Когда погибает Муфаса, Симба переживает вину за смерть отца — это чувство искусно внушил ему Скар. Известно, что горе часто сопровождается переживанием чувства вины. Именно в эти моменты человеку нужна поддержка близких и специалистов.

Уровень открытого обсуждения

Кто из героев фильма манипулирует другими?

Почему эти другие поддаются на манипуляции?

Какова цена манипуляции для тех, кто манипулирует, и для тех, кем манипулируют?

Поясните на примере из мультфильма.

Уровень направленного обсуждения

Можно в сцене первого разговора Скара и Симбы выключить звук и предложить зрителям самим придумать текст за этих персонажей. Важно, чтобы подростки сами проговорили возможные варианты манипуляции.

Можно детально разобрать с ребятами сцену после смерти Муфасы, когда Скар внушает Симбе вину — он использует для этого такие приемы как

привлечение мнения других людей, значимых для Симбы (например, его матери), он заставляет Симбу взять на себя ответственность за смерть отца и т.д.

#### *Уровень открытого обсуждения*

Чей юмор вам нравится, а чей нет? Почему? Как вы понимаете такое выражение — «черный юмор»? Как вы думаете, почему люди так ведут себя? Как это может помешать в семейной жизни?

#### *Уровень направленного обсуждения*

Предложите детям вспомнить как можно больше шуток разных героев и разделить их по признаку черного и здорового юмора.

**Детско-родительские отношения.** В мультфильме родительские функции относительно Симбы выполняют разные герои: как его родители-львы, так и Пумба с Тимоном.

Обсудите с детьми, как в одной и той же семье при одном и том же воспитании могли вырасти такие разные персонажи, как Муфаса и Скар.

#### **Литература:**

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком . Как? / - М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Родителям: книга вопросов и ответов. Что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными / - М.: АСТ: Астрель. 2012.
3. Балыко Д. НЛП для родителей. 11 законов эффективного воспитания подростка. / - М.: Эксмо, 2009.
4. Шевченко М. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых / - М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2011.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии / - СПб.: Речь, 2013.
6. Вачков И. Деревья - характеры из волшебного леса // Школьный психолог. – 2004, №5.

**Горохова Ирина Венедиктовна -**  
*кандидат педагогических наук, руководитель Центра сопровождения замещающих семей*  
*ГБОУ Непецинский детский дом-школа Московской области*

**Куйдо Кира Владимировна -**  
*педагог-психолог высшей категории, практикующий психолог-консультант Центра*  
*сопровождения замещающих семей ГБОУ Непецинский*  
*детский дом-школа Московской области, [kira.samoylova74@mail.ru](mailto:kira.samoylova74@mail.ru)*

## **«Семь - Я»**

### **Образовательная модифицированная программа по работе с приемными детьми с ОВЗ и приемными родителями: естественнонаучное направление**

**Уровень реализации** программы – приёмные дети с ОВЗ, приёмные родители.

**Срок реализации** – 3 года

**Пояснительная записка.** Занятия психологией оказывают положительное влияние на формирование личности ребенка с ОВЗ, приёмных родителей, помогают осознать и понять себя, формируют целостную картину мира, расширяют горизонты общения, формируют навыки общения, раскрывают понятия – толерантности и со – переживания по отношению к другим; помогают снизить агрессивность и отрицательные моменты в жизни воспитанников (переход в приёмную семью, смерть родителей, разлуку с ними, жестокое обращение и др.).

В связи с ростом отклонений в здоровье и поведении воспитанников в комплекс решаемых учреждением задач входит такой вопрос, как работа с детьми по формированию ценностного отношения к жизни, обучению радости жизни, умению вести ЗОЖ.

Актуальность решения данного вопроса связана с тем, что первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении. Дошкольное учреждение – дом ребенка, как первое звено непрерывного

здоровьесберегающего образования детей - сирот, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса по сохранению и укреплению здоровья детей. Развитие детей тесно связано со здоровьем, только здоровый ребёнок может правильно, полноценно развиваться.

Понимая всю значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников, коллектив дома ребенка целенаправленно начал работать над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ища новые современные методы и приёмы, адекватные возрасту дошкольников с проблемами в здоровье, используя в работе передовой опыт.

Психология является универсальной наукой, которая изучает тонкую психику не только ребенка, но и взрослого. Воспитанникам с ОВЗ не хватает социально приемлемых навыков поведения в обществе сверстников, они, как правило, неуспешны, поэтому им необходимы занятия по психологии.

На занятиях «Семь - Я» обучаемые знакомятся с основами психологии, с деятелями в данной области; занятия содействуют осознанию позиции школьника, способствуют формированию дружеских отношений в коллективе воспитанников; развивают уверенность в себе и своих учебных возможностях; способствуют снижению уровня страха. С помощью изобразительных средств дети раскрывают свои способности, находят ресурсы в своем «Я - ученик», приобщаются к миру прекрасного.

Методологической основой программы являются концепция интегральной социальной сущности человека и теория социализации.

Настоящая программа предназначена для того, чтобы помочь воспитанникам с ОВЗ научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, приёмными родителями, учителями и воспитателями, найти своё место в школьной жизни. При этом на каждом возрастном этапе программа обеспечивает доступный объём знаний и навыков, необходимых для конструктивного общения и позитивного мышления. Написана программа с

учётом возрастных и психофизических особенностей развития детей, уровня их знаний и умений.

Материал расположен по тематическому принципу, усложняясь и увеличивая объём знаний; позволяет возвращаться к нему повторно. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки общения. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: терпение, уважение к другому, толерантность, доброжелательность, отзывчивость; воспитание желания и стремления помогать друг другу.

**Цель программы:** помочь дошкольникам и школьникам с ОВЗ научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, приёмными родителями, учителями, воспитателями, найти своё место обучающимся в школьной жизни.

Основными **задачами** являются обеспечение:

- доступности, качества, эффективность образования и воспитания;
- поддержка и коррекция приёмных родителей;
- поддержка и коррекция детей с ОВЗ.

Основные **положения** реализации программы:

- Каждый ребенок – личность.
- Каждый ребенок имеет свой темп продвижения.
- Каждый ребенок обучаем.

Программа ориентирована на поэтапное решение следующих задач:

**1-ый год обучения:**

**Старшие дошкольники:** - научить детей устанавливать контакт как со сверстником, так и со взрослым; - обучить приёмам снятия напряжения и неуверенности в себе; - воспитывать бережное отношение к своим и чужим чувствам; - развивать эмоциональную сферу детей; - расширять кругозор по теме: «Школьная жизнь»; - формировать произвольное поведение и внимание.

**Младшие школьники:** - содействовать осознанию позиции школьника; - способствовать формированию дружеских отношений в группе; - развивать

уверенность в себе и своих учебных возможностях; - рассмотреть особенности содержательного наполнения различных чувств; - способствовать снижению уровня страхов; - помочь осознать детям наличие у них разнообразных положительных качеств; - учить находить положительные качества во всех людях; - развивать креативные способности детей.

**Старшие школьники:** - помочь детям осознать относительность оценки чувств; - обучать распознаванию своих чувств и чувств других людей; - актуализировать знания об эмоциональной сфере человека; - расширять знания о своём «Я»; - учить общаться между собой; - приучать уважать старших; - продолжать помогать осознанию особенности позиции школьника.

## **2 –ой год обучения:**

**Старшие дошкольники:** - развивать эмоционально – волевую сферу детей; - помогать в адаптации к тем или иным условиям жизни и обучения; - продолжать изучение приёмов снятия напряжения; - стимулировать речевое развитие детей; - развивать познавательные процессы у ребенка; - расширять словарь по теме: «Я и другие»; - учить переживать чувства положительные в рамках общественных норм поведения.

**Младшие школьники:** - учить принимать адекватно атмосферу принятия в коллективе сверстников; - продолжать развивать произвольность; - развивать фонематический анализ и синтез; - развивать мышление, память, внимание, наблюдательность; - поощрять детей проявлять фантазию; - учить терпению, толерантному отношению к другим людям.

**Старшие школьники:** - предоставлять возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; - помогать детям принимать учителя таким, какой он есть; - помогать осознать требования взрослых, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучать детей способам разрешения конфликтов со взрослыми; - способствовать осознанию качеств настоящего друга; - подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить; - дать детям представление о понятии «сотрудничество».

## **3–ий год обучения:**

**Старшие дошкольники:** - приобщать детей к осознанию своих возможностей; - дать представление о понятиях: «Дружба», «сотрудничество», «терпение», «способности»; - продолжать развивать способности ребенка; - развивать психические процессы, важные в обучении; - приобщать к чтению сказок и их обсуждению;

**Младшие школьники:** - помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость; - помочь усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; - Помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения; - помочь научиться планировать цели и пути самоизменения; - формировать понятие «моё будущее»; - помочь осознать понятие «интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.

**Старшие школьники:** - помочь осознать личную свободу и её связь с обязанностями; - рассмотреть права и обязанности школьника; - помогать детям осознавать правильность выбора профессии и его влияния на будущее; - учить конструктивно разрешать конфликты; - привлекать к проведению занятий в младших группах.

Программа рассчитана на дошкольников, младших и старших школьников. Состав группы – желательно постоянный. Программа рассчитана на 3 года. Программа рассчитана на 4,5 часа в неделю. Форма проведения: групповые, подгрупповые и индивидуальные занятия.

Построение программы и проведение занятий основывается на следующих принципах:

- системность подачи материала;
- наглядность обучения;
- доступность;
- развивающий и воспитательный характер учебного материала;
- комплексность построения занятий;
- активность учащихся;
- наличие обратной связи на занятиях;

- коммуникативная эффективность;
- обогащение жизненного опыта детей;
- доверие и анонимность;
- социально – личностное развитие.

Используются следующие приемы обучения:

- тематические беседы;
- творческие работы (индивидуальные и коллективные);
- экскурсии на природу (медитации);
- конкурсы и викторины «Мой мир психологии».

*Прогнозируемые результаты и критерии оценки:*

Прямыми критериями оценки служат успешное усвоение воспитанниками программы по годам обучения, а так же повышение их теоретических знаний и практических навыков общения и познания себя и других. Косвенными критериями служат создание дружного коллектива воспитанников, инициативность и активность детей на занятиях.

В конце первого года обучения дети должны знать:

- определение «психология», «чувства», «эмоции»;
- основы культуры поведения в общественных местах;
- основы правил безопасности в толпе, при чрезвычайных ситуациях.

Должны уметь: - осознавать позицию школьника; - рассказывать то, что узнали о психологии; - конструктивно выражать свои чувства.

В конце второго года обучения дети должны знать:

- определение «темперамент», «профессия», «выбор», «Я»;
- расширенные знания культуры общения и поведения в общественном месте;
- расширенные знания о профессиях.

Должны уметь: - уметь самостоятельно принимать решения; - различать основные эмоции человека, улавливать смену настроения; - конструктивно выражать свои эмоции и чувства; - правильно вести себя в общественном месте.

В конце третьего года обучения дети должны знать:

- перспективы развития своего «Я»;
- какую профессию могут выбрать, расширенные знания о ней;
- знать основы общения между полами.

Должны уметь: - ориентироваться в истории психологии и её направлениях; - рассказывать то, что узнали о психологических знаниях, то, как их применять на практике; - конструктивно вести себя и выражать свои чувства; - понимать собеседника слушать и слышать его.

### Учебно-тематический план для школьников (первый год обучения)

№ темы	№ занятия	Месяц	Количество часов
1. Я - школьник	1 Введение в мир психологии	Декабрь	2
	2 Моё имя	Декабрь	4
	3 Зачем мне нужно ходить в школу	Декабрь	2
	4 Мой класс Моя группа.	Декабрь	4
	5.Ребята в моем классе.	Декабрь	1
	6. Мои друзья	Декабрь	3
	7. Мои успехи в школе.	Декабрь	1
	8. Моя «учебная сила»	Декабрь	1
	Всего в месяц		18 часов
2. Мои чувства	1. Что такое мимика.	Январь	2
	2. Как доставить радость другому человеку	Январь	4
	3. Жесты. Радость можно передать прикосновением.	Январь	6
	4. Грусть.	Январь	4
	5. Страх	Январь	6
	Всего за месяц		22 часов
	6. Как справиться со страхом?	Февраль	6
	7. Обида	февраль	4
	8. Гнев. С какими чувствами он дружит?	февраль	4
	9. Разные чувства	февраль	2
10. Итоговое. Психологический портрет	февраль	6	
3. Чем люди отличаются друг от друга?	1. Люди отличаются по своим качествам	февраль	1
	2. Хорошие качества людей.	февраль	2
	3. Самое важное хорошее качество	февраль	1
	Всего за февраль		26 часов
	4. Кто такой сердечный человек?	март	3
	5. Кто такой доброжелательный человек?	март	3
	6. Трудно ли быть доброжелательным?	март	2
	7. «Я желаю добра ребятам в группе»	март	6
	8. Очищаем свои сердца.	март	4

	9.Какие качества нам нравятся друг в друге.	март	4
	10. В каждом есть светлые и темные качества	март	5
	Всего за март		27 часов
4. Какой Я? – Какой Ты?	1. Какой Я?	апрель	8
	2. Какой Ты?	апрель	6
	3. Трудности в школе и дома.	апрель	8
	4. Итоговое занятие (праздник)	апрель	2
	Всего за апрель		24 часов
5. Я - фантазер	1. Я - ученик	май	8
	2. Я умею фантазировать!	май	6
	3. Мои сны	май	4
	4. Я умею сочинять!	май	4
	5. Мои мечты.	май	6
	6. Фантазии и ложь.	май	4
	7. Викторина «Мой мир психологии»	май	4
	Всего за май		36 часов
	Всего за год		153 часа

**Учебно-тематический план для дошкольников  
(первый год обучения)**

№ темы	№ занятия	Месяц	Количество часов
1. Я - школьник	1 Введение в мир психологии	Декабрь	2
	2 Моё имя	Декабрь	4
	3 Зачем мне нужно ходить в школу	Декабрь	2
	4 Мой класс Моя группа.	Декабрь	4
	5.Ребята в моем классе.	Декабрь	1
	6. Мои друзья	Декабрь	3
	7. Мои успехи в школе.	Декабрь	1
	8. Моя «учебная сила»	Декабрь	1
	Всего в месяц		18 часов
2. Мои чувства	1. Что такое мимика.	Январь	2
	2. Как доставить радость другому человеку	Январь	4
	3. Жесты. Радость можно передать прикосновением.	Январь	6
	4. Грусть.	Январь	4
	5. Страх	Январь	6
	Всего за месяц		22 часов
	6. Как справиться со страхом?	Февраль	6
	7. Обида	февраль	4
	8. Гнев. С какими чувствами он дружит?	февраль	4
	9. Разные чувства	февраль	2
10. Итоговое. Психологический портрет	февраль	6	
3. Чем люди отличаются друг от друга?	1. Люди отличаются по своим качествам	февраль	1
	2. Хорошие качества людей.	февраль	2
	3. Самое важное хорошее качество	февраль	1
	Всего за февраль		26 часов

	4. Кто такой сердечный человек?	март	3
	5. Кто такой доброжелательный человек?	март	3
	6. Трудно ли быть доброжелательным?	март	2
	7. «Я желаю добра ребятам в группе»	март	6
	8. Очищаем свои сердца.	март	4
	9. Какие качества нам нравятся друг в друге.	март	4
	10. В каждом есть светлые и темные качества	март	5
	Всего за март		27 часов
4. Какой Я? – Какой Ты?	1. Какой Я?	апрель	8
	2. Какой Ты?	апрель	6
	3. Трудности в школе и дома.	апрель	8
	4. Итоговое занятие (праздник)	апрель	2
	Всего за апрель		24 часов
5. Я - школьник	1. Я - ученик	май	8
	2. Я умею фантазировать!	май	6
	3. Мои сны	май	4
	4. Я умею сочинять!	май	4
	5. Мои мечты.	май	6
	6. Фантазии и ложь.	май	4
	7. Викторина «Мой мир психологии»	май	4
	Всего за май		36 часов
	Всего за год		153 часа

### Учебно-тематический план для школьников (второй год обучения)

№ темы	№ занятия	Месяц	Количество часов
1. Я - школьник	1 Летние впечатления	сентябрь	1
	2 Мои друзья	Сентябрь	2
	3 Зачем мне нужно ходить в школу	октябрь	2
	4 Моя группа.	октябрь	2
	5. Самооценка	октябрь	1
	6. Мои учителя	октябрь	2
	7. Мои успехи и неудачи	октябрь	1
	8. Я - ученик	Октябрь	2
	Всего в месяц		10 часов
2. Мои чувства	1. Что такое злость?	ноябрь	1
	2. Учусь понимать другого человека.	ноябрь	2
	3. Жесты. Викторина – пойми себя	ноябрь	2
	4. Агрессия	ноябрь	4
	5. Гнев: конструктивная разрядка	ноябрь	1
	Всего за месяц		10 часов
	6. Как справиться с гневом?	декабрь	2
	7. Лист гнева.	декабрь	2
	8. Душевная боль. Где живут эмоции?	декабрь	4
	9. Разные чувства	декабрь	2
	Всего за месяц		10 часов
3. Чем люди	1. Подари другому тепло и заботу	январь	1

отличаются друг от друга?	2. Сила слова	январь	2
	3. Качества человека	январь	1
	4. Кто такой любимый человек?	январь	2
	5. Уверенный в себе человек.	январь	2
	6. Что такое счастье?	Январь	2
	7. «Я желаю добра ребятам в группе»	Январь	1
	Всего за месяц		10 часов
	8. Если добрый ты....	февраль	3
	9.Какие качества нужны человеку.	февраль	4
	10. Война и мир	февраль	3
	Всего за месяц		10 часов
4. Какой Я? – Какой Ты?	1. Все мы разные.	март	5
	2. Наш внутренний мир.	март	3
	3. Сходство и различие.	Март	2
	Всего за месяц		10 часов
	4. Итоговое занятие (праздник)	апрель	2
	5. Я – уникальный, как и ты	апрель	3
	6. Пять добрых слов.	апрель	1
	7.Как победить своего дракона?	апрель	2
	8. Цели в жизни	апрель	2
	Всего за апрель		10 часов
5. Я - фантазер	1. Я - волшебник	май	3
	2. Мои мечты.	май	4
	3. Мои добрые дела.	май	3
	Всего за месяц		10 часов
	4. Я умею сочинять!	июнь	2
	5. Яблоко раздора.	июнь	2
	6. Фантазии и ложь.	июнь	2
	7. Викторина «Хорошо ли я знаю себя»	июнь	4
	Всего за месяц		10 часов
Всего за год		90 часов	

### Учебно-тематический план для дошкольников (второй год обучения)

№ темы	№ занятия	Месяц	Количество часов
1. Я - школьник	1 Летние впечатления.	сентябрь	4
	2 Мой отдых. Конкурс рисунков.	сентябрь	4
	3 Зачем нужна школа?	сентябрь	2
	Всего за месяц		10 часов
	4 Моя группа.	октябрь	2
	5.Ребята в моей группе.	октябрь	2
	6. Мои друзья	октябрь	2
	7. Мои успехи на занятии.	октябрь	2
	8. Моя самооценка	Октябрь	2
	Всего в месяц		10 часов

2. Мои чувства	1. Что такое мимика.	ноябрь	2
	2. Как доставить радость другому человеку		4
	3. Жесты. Радость можно передать прикосновением.		6
	4. Грусть.		4
	5. Страх		6
	Всего за месяц		22 часов
	6. Как справиться со страхом?		6
	7. Обида		4
	8. Гнев. С какими чувствами он дружит?		4
	9. Разные чувства		2
3. Чем люди отличаются друг от друга?	10. Итоговое. Психологический портрет		6
	1. Люди отличаются по своим качествам		1
	2. Хорошие качества людей.		2
	3. Самое важное хорошее качество		1
	Всего за февраль		26 часов
	4. Кто такой сердечный человек?		3
	5. Кто такой доброжелательный человек?		3
	6. Трудно ли быть доброжелательным?		2
	7. «Я желаю добра ребятам в группе»		6
	8. Очищаем свои сердца.		4
	9. Какие качества нам нравятся друг в друге.		4
	10. В каждом есть светлые и темные качества		5
	Всего за март		27 часов
4. Какой Я? – Какой Ты?	1. Какой Я?		8
	2. Какой Ты?		6
	3. Трудности в школе и дома.		8
	4. Итоговое занятие (праздник)		2
	Всего за апрель		24 часов
5. Я - школьник	1. Я - ученик		8
	2. Я умею фантазировать!		6
	3. Мои сны		4
	4. Я умею сочинять!		4
	5. Мои мечты.		6
	6. Фантазии и ложь.		4
	7. Викторина «Мой мир психологии»		4
	Всего за май		36 часов
	Всего за год		90 часов

## Содержание работы с приёмными родителями, воспитывающими детей с ОВЗ:

№ п/п	тема	Форма проведения	Количество часов
1	Личность человека - общечеловеческая ценность	Беседа, психологическое тестирование, чтение классической литературы, «Азбука общения»	1 час /неделю
2	Определение здорового образа жизни	Лекции, беседы, проективные методики, экскурсии, встречи с представителями различных структур города, психологические тренинги	2 часа /недел.
3	Творческие конкурсы «ЗОЖ» на заданные темы: «спорт», «медицина», «мои увлечения», «я и моя спортивная секция», «личность», «моя профессия» и пр.	Свободное творчество учащихся, викторина, участие в спартакиадах, веселых стартах	2 часа/месяц
4	Формирование потребностей человека	Лекция, беседа, тестирование, анкетирование, тренинги	1 час/недел.
5	Профилактика зависимостей: игровой, алкогольной, никотиновой, токсической, наркотической и т.д.	Беседа с использованием кинофильма, последующее обсуждение, лекция, тестирование	1 час/месяц
6	Развитие межличностных взаимоотношений: свобода выбора; «Я и мой выбор» - уход от зависимости	Коллажи, лекция, беседы, рисование, тренинги «Личностного роста», «Уверенности в себе»	1 час/нед.
7	Профилактика виктимного поведения	Творчество учащихся, лекция, выставки, участие в мастер - классах и волонтерском движении	1 час / мес.
8	Социальные последствия аддиктивного поведения	Просмотр роликов, передач согласно проблематике, беседа	1 час/ мес.
9	Здоровьесберегающие технологии – основы духовно – нравственного развития воспитанников	Лекция, беседа, мастер -классы	1 час/мес.
10	Мы – команда (развитие коллективных, коммуникативных и организаторских качеств) «Мы - Олимпийцы»	Спортивные турниры, коллажи, конкурс рисунков, выезды на соревнования, проведение праздника «Мы вместе»	по плану детского дома
11	Становление личности в подростковом возрасте: «Подросток и закон»	Беседа, лекция, кружок, встречи со священником православного вероисповедания	1 час/нед
12	Кружок «Мастерица»	Бисероплетение, ярмарки, участие в мастерклассах при институте, работа с тканью, создание изделий	2 час/неделю

13	Труд – основа формирования личности Человека	Субботники, выход на предприятия города, встречи с лучшими по профессии, ветеранами труда	1 час / нед.
14	Права и обязанности	Индивидуальная беседа, тестирование	1 час/мес.
15	Кружок «Семь - Я»	Развитие концепции Я через занятия психологией, профориентация	1 час /неделю
16	Стресс: как с ним справиться?	Лекция, использование артпедагогических и арттерапевтических средств, тренинги, беседы, релаксации	2 часа/мес.
17	Из истории спорта России «Я – патриот своей Родины»	Кроссворд, викторина, фильмы, встречи со спортсменами – участниками Олимпиад (Дмитрий Дорофеев, Екатерина Лобышева), спортивные состязания	1 час/ в 2 мес.
18	Кружок «Хозяюшка»	пропаганда культуры питания, основы приготовление пищи. Встречи с кулинарами и работниками здравоохранения, наглядная информация: коллаж, плакаты	2 часа /неделю
19	Мода: вчера, сегодня, завтра	Лекция, коллаж, викторина, экскурсии, участие в показах мод, встреча с дизайнерами и стилистами	1 час/ в 2 мес.
20	Кружок «Дельфиненок»	Соревнования, плавание, закаливание, снятие психо - эмоционального напряжения	1 час / неделю
21	Самоконтроль, место в обществе	Беседы, интеллектуальные викторины, тренинги, тестирование, фильмы	1 час/ в мес.
22.	Совет старших сестер и братьев	Волонтерское движение ГСГУ, старшие братья и сестры взаимопомощь и поддержка; обучение навыкам противодействия жестокому обращению.	Каждый день
23.	Уверенное поведение – путь к успеху.	Тренинги, встречи, семинары, акции.	1р/ нед

### **Подведение итогов:**

1. Наглядные продукты деятельности воспитанников, созданные детьми в со - творчестве с педагогами, членами замещающих семей, и

участниками волонтерских движений (рисунки, стихи, песни, коллажи, плакаты, поделки, сочинения).

2. Анализ результатов исследования с последующей разработкой рекомендаций по профилактике и формированию здорового образа жизни.

3. Создание фотоальбомов и видеопрезентаций «Я– здоров!», «МЫ — ПИОНЕРЫ ЗДОРОВЬЯ», «Путь к успеху!», «Я – личность!».

4. Разработка печатной продукции (брошюры, закладки, пособий по формированию здорового образа жизни и прочее).

5. Создание журнала «Росток здоровья».

### **Формы и методы реализации программных задач**

На первых занятиях школьников и дошкольников знакомят с правилами работы на занятиях в группах, находят традиции в коллективе, планом работы группы, оформлением тетрадей для работы, учебным помещением. Занятия проводят в помещениях с хорошим освещением и вентиляцией.

Для проведения занятий нужны: бумага, тетради, ручки, цветные карандаши и фломастеры, краски и кисти, альбомные листы.

Учитывая, что работать в группе для воспитанников трудно, необходимо провести диагностику коллектива, выявив лидеров, изгоев и так далее, чтобы занятия проходили эффективно. Необходимо рассаживать детей согласно социометрическому статусу, что позволит избежать конфликтов. По мере освоения знания по психологии, воспитанники переходят к непосредственному познанию себя через ряд упражнений и игр.

Беседа на занятиях занимает  $\frac{1}{4}$  времени и сочетается с практическими работами: упражнениями, записями в тетради, играми, рисованием, написанием правил поведения. Беседа может занимать разное количество времени, сопровождается наглядностью, иметь различное предназначение (вступительная, заключительная).

Для прочного закрепления знания необходимо постоянно повторять пройденный материал. Повторение должно быть элементом каждого занятия.

Большую часть времени на занятиях отводится практическим упражнениям. Необходимо чередование индивидуальной и групповой форм работы, а так же подгрупповой. С некоторыми детьми проводят индивидуальную работу, постепенно включая их в групповые формы. Групповое рисование, создание коллажей и картин важно проводить не менее двух раз в месяц.

На занятиях следует отводить время для изучения правил поведения, правил безопасности. Можно составлять с детьми памятки, плакаты. Необходимо приучать детей соблюдать правила санитарно – гигиенических требований.

Настоящая программа должна служить ориентиром для руководителя при отборе материала, определении его тематики. Распределение времени на прохождение программного материала и порядок прохождения тем руководитель определяет самостоятельно с учетом интересов и особенностей, возможностей детей. Занятия по психологии могут проходить в классной комнате, комнате отдыха, в кабинете психолога, в физкультурном зале. При организации помещения для занятий необходимо соблюдать все гигиенические правила, правила безопасности.

Тематика и последовательность тем занятий отражаются в журнале. Результаты усвоения воспитанниками тем необходимо фиксировать различными формами учета.

Учащиеся ведут тетрадь для занятий группы «Семь - Я», в свободной форме оформляя обложку. В неё записываются темы, краткие записи, рисунки, схемы. Записи проверяются учителем после каждого занятия. Редко задаются домашние задания творческого плана.

*Формы контроля:*

- опрос, беседа, анализ творческих работ;
- выставки индивидуальных и коллективных работ;
- викторины, конкурсы.

*Ожидаемые результаты:*

К концу года дети знают теоретический материал по основам психологии, технологию оказания помощи себе, терминологию, изменяют некоторые параметры поведения в коллективе, корректируя эмоционально – волевую сферу.

*Организаторы:* Служба сопровождения замещающих семей ГБОУ Непецинский детский дом-школа.

*Контактное лицо:* руководитель службы сопровождения замещающих семей Горохова Ирина Венидиктовна; [goroxova@list.ru](mailto:goroxova@list.ru)

### Литература

1. Бодалев, А.А., Столин, В.В. Опыт и проблемы психологического консультирования [Текст] : учеб. пособие / А.А. Бодалев, В.В. Столин. - М.: Дрофа, 2004. - С. 33.
2. Василькова, Т.А., Социальная педагогика [Текст] : учеб. пособие / Т.А. Василькова - М.: КНОРУС, 2010. - 240 с.
3. Венгер, А.Л., Слободчиков В.И., Эльконин Б.Д. Проблемы детской психологии и творчество Д.Б. Эльконина [Текст] // Вопросы психологии. - 1988. - № 3. – С.58-62.
4. Елизаров, А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования [Текст]: учебное пособие / А.Н. Елизаров. - М.: «Ось-89», 2003. - 336 с.
5. Зубкова, Т.С., Тимошина Н.В. Организация и содержание работы по социальной защите женщин, детей и семьи [Текст] : учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений / Т.С. Зубкова - М.: Издательский центр "Академия", 2003. - 224 с.
6. Мастюкова, Е.М., Московкина А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.М. Мастюкова. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 408 с.
7. Павленок, П.Д., Руднева М.Я. Технология социальной работы с различными группами населения [Текст] : учеб. пособие / П.Д. Павленок - М.: ИНФРА-М, 2010. - 272 с.
8. Бодалев, А.А., Столин, В.В. Опыт и проблемы психологического консультирования [Текст] : учеб. пособие / А.А. Бодалев, В.В. Столин. - М.: Дрофа, 2004. - С. 33.
9. Василькова, Т.А., Социальная педагогика [Текст] : учеб. пособие / Т.А. Василькова - М.: КНОРУС, 2010. - 240 с.
10. Венгер, А.Л., Слободчиков В.И., Эльконин Б.Д. Проблемы детской психологии и творчество Д.Б. Эльконина [Текст] // Вопросы психологии. - 1988. - № 3. – С.58-62.
11. Елизаров, А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования [Текст] : учебное пособие / А.Н. Елизаров. - М.: «Ось-89», 2003. - 336 с.

12. Зубкова, Т.С., Тимошина Н.В. Организация и содержание работы по социальной защите женщин, детей и семьи [Текст] : учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений / Т.С. Зубкова - М.: Издательский центр "Академия", 2003. - 224 с.
13. Мастюкова, Е.М., Московкина А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.М. Мастюкова. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 408 с.
14. Павленок, П.Д., Руднева М.Я. Технология социальной работы с различными группами населения [Текст] : учеб. пособие / П.Д. Павленок - М.: ИНФРА-М, 2010. - 272 с.

**Фатина Екатерина Александровна -**

*педагог-психолог высшей категории, интегративный психотерапевт, Действительный член профессиональной психотерапевтической лиги, практикующий психолог-консультант Центра сопровождения замещающих семей ГБОУ Ненецкий детский дом-школа Московской области*

**Мухаева Валентина Александровна**

*педагог-психолог высшей категории, интегративный психотерапевт, практикующий психолог-консультант Центра сопровождения замещающих семей ГБОУ Ненецкий детский дом-школа Московской области*

## **«Шаги Навстречу»**

**Тренинговая программа психологической подготовки граждан, выразивших желание стать опекунами или попечителями несовершеннолетних граждан, либо принять детей, оставшихся без попечения родителей в семью на воспитание**

**Пояснительная записка.** Тренинговая программа «Шаги Навстречу» построена в рамках различного уровня психологических и психотерапевтических техник и упражнений, направленных на принятие в семью ребенка, оставшегося без попечения родителей. «Шаги Навстречу» - на встречу к пониманию себя и своих чувств, навстречу к любви и принятию ребенка в свою семью, навстречу к теплым семейным отношениям и эффективному родительству.

Практика работы с приемными семьями показывает, что уровень психолого-педагогической компетентности принимающих родителей не достаточен для воспитания ребенка, оставшегося без попечения родителей. Данная программа помогает принимающим родителям узнать, как изменяется ситуация в семье при приеме ребенка и что необходимо сделать, чтобы семья и приемный ребенок приняли и привязались друг к другу, какие психологические особенности характерны для детей, узнавших что такое сиротский опыт, плохое обращение, горе и утрата, а также как лучше воспитывать приемного ребенка, как взаимодействовать с учителями и школой.

Данная тренинговая программа направлена на гармонизацию детско-родительских и семейных отношений, способствует принятию и адаптации ребенка в замещающей семье, способствует личностной проработке самого кандидата в замещающие родители, активизации его внутренних ресурсов и поддержания его родительской позиции, способствует повышению уровня психолого-педагогической компетентности замещающих родителей, и, как следствие, профилактику возвратов детей в интернатные учреждения.

Будущие приемные родители не всегда способны объективно оценить свои силы в воспитании приемного ребенка, определить трудности, с которыми им неизбежно придется столкнуться, оценить свои внутренние и семейные ресурсы.

В программе применяются методы интегративной психотерапии для исследования проблем в работе с замещающей семьей, используется большое количество арт-терапевтических техник, которые, на наш взгляд, наиболее эффективны в данной работе, они помогают специалистам открыть доступ к глубинному психологическому материалу, бережно подходить к оказанию психологической помощи и разрешению проблем будущих родителей, помогают исследовать родительскую мотивацию, особенности взаимоотношений в семье, личностные особенности, семейную историю. Методы арт-терапии способствуют оптимизации личностных ресурсов родителей, формируют творческое отношение к жизни и ее проблемам, способствуют видению различных выходов их сложных жизненных обстоятельств и ситуаций.

Методический материал, предоставленный в тренинговой программе, может использоваться также для работы с родителями и детьми из биологических семей с целью гармонизации детско-родительских отношений.

Упражнения и задания, представленные в данной программе универсальны, могут быть использованы, как комплексно в рамках реализации программы, так и выборочно в индивидуальном консультировании с целью разрешения проблем по запросу и оказания профессиональной психолого-педагогической поддержки семье.

**Целью программы** является гармонизация межличностных отношений в замещающих семьях.

Программа реализует поставленную цель посредством следующих **задач**:

- формирование специальных родительских компетенций у замещающих родителей, способствующих принятию ребенка, оставшегося без попечения родителей в семью,

- формирование представления будущих замещающих родителей об особенностях роста, развития и формирования ребенка, оставшегося без попечения родителей, о специфике его взаимодействия с окружающим миром, о характерных проблемах и потребностях,

- укрепление уверенности родителей в собственных воспитательных возможностях,

- создание оптимальной эмоциональной атмосферы для развития сензитивности родителей и детей в замещающих семьях,

- гармонизация детско-родительских отношений,

- улучшение семейных взаимоотношений в приемной и замещающей семье,

- профилактика и преодоление кризисной ситуации в семье,

- устранение дезадаптивных форм поведения ребенка и обучение родителей адекватным способам реагирования в проблемных и стрессовых ситуациях,

- улучшение взаимоотношений семьи с ее социальным окружением,

- повышение ценности и значимости семейных отношений.

- формирование активного и сознательного отношения будущих родителей к воспитанию ребенка, оставшегося без попечения родителей.

- формирование стремления совершенствовать родительские педагогические навыки для воспитания и поддержки в повседневной жизни ребенка, оставшегося без попечения родителей.

**Формы работы:**

- Диагностическая (тестирование, анкетирование, наблюдение),

- Групповая работа (тренинг, групповая психологическая помощь, психологическая коррекция).

- Консультационная работа (индивидуальные консультации по договоренности со специалистами, групповое консультирование).

- Домашнее задание (Обратите, пожалуйста, внимание, что домашнее задание необходимо обязательно выполнять вместе с членами Вашей семьи. Совместное выполнение домашнего задания позволит помочь всем членами семьи построить отношения с ребенком и друг с другом в ситуации приема.

### **Методы работы:**

1. Групповая форма работы и групповое обсуждение.
2. Дискуссии и ролевые игры.
3. Мозговой штурм.
4. Психологические упражнения разного уровня.
5. Конструктивная и безопасная обратная связь.
6. Рисуночные методы.
7. Метод «разбор случаев».
8. Арт-терапевтические методы.
9. Семейная игровая терапия.
10. Элементы сказкотерапии.
11. Кинезиологические упражнения.
12. Работа с «Метафорическими картами».
13. Семейная генограмма, использование арт-терапии в составлении генограммы.
14. Элементы семейных системных расстановок.
15. Медитативные упражнения.
16. Клиентцентрированная психотерапия К.Роджерса.

### **Организационное обеспечение:**

Требования к помещению и оборудованию:

- 1). Помещение из 3 зон:
  - зона для активных упражнений,

- зона для работы в кругу (не менее 14 посадочных мест),
- рабочая зона со столами (не менее 14 рабочих мест),
- зона для чаепития (столик с чашками для чаепития).

2). Флипчарт.

3). Компьютерное оснащение.

4). Звуковое оснащение.

**Реализация программы:** два занятия в неделю – 14 занятий.

Общее время проведения занятия: 4 часа. Время, указанное в ходе занятия является приблизительным и может варьироваться в зависимости от динамики группового процесса.

Количество семей: 3-6 (6- 12 участников). Групповая работа предполагает парную и групповую работу замещающих родителей.

Количество занятий: 14 (56 часов).

**Ожидаемые результаты:**

1. Гармонизация межличностных отношений в замещающих семьях.
2. Развитие понимания родителями собственного ребенка, особенностей и закономерностей его развития.
3. Приобретение определенных знаний об особенностях развития детей, оставшихся без попечения родителей.
4. Устранение дезадаптивных форм поведения и обучение адекватным способам реагирования в проблемных и стрессовых ситуациях.
5. Повышение уровня психолого-педагогической компетентности в вопросах воспитания.
6. Формирование родительских взглядов и установок, способствующих принятию ребенка в замещающую семью.

### Тематический план занятий:

Содержание:	Часы:
<b>Занятие 1:</b> Введение в курс подготовки кандидатов в замещающие родители. Знакомство участников с группой и специалистами Центра. Обмен ожиданиями и возможностями. «Зачем нужна школа?» (содержание и цели программы). Семейная история участников. Понятие о мотивации приемных родителей. Взаимоотношения с кровными детьми.	4
<b>Занятие 2:</b> Ожидания и страхи участников, связанные с приходом ребенка в семью. Взаимная адаптация членов семьи и приемного ребенка. Работа с именем. Исследование внутренних детско-родительских установок.	4
<b>Занятие 3:</b> Семейные правила, нормы, традиции. Общение в семье. Профилактика семейных конфликтов. Знакомство с чувствами. Активизация внутриличностных ресурсов родителя. Активное слушание. «Я-заявление».	4
<b>Занятие 4:</b> Особенности развития ребенка, оставшегося без попечения родителей. Мифы и стереотипы о детях, оставшихся без попечения родителей. Мифы о приемной семье. Общение в семье. Профилактика семейных конфликтов. Обучение конструктивным способам выхода из конфликта (теория «Я – заявления»). Привязанность и адаптация ребенка в приемной семье. Знакомство с метафорой.	4
<b>Занятие 5:</b> Особенности развития приемного ребенка. Возрастная периодизация. Общая характеристика основных возрастных периодов развития ребенка, особенности развития на каждом возрастном этапе. Основные кризисы развития. Значение игры в развитии ребенка. Игры с детьми разного возраста. Основы СИТ.	4
<b>Занятие 6:</b> Особенности развития приемного ребенка. Семейная игровая терапия. Возрастные и личностные особенности приемного ребенка. Психическая депривация и ее последствия для развития ребенка.	4
<b>Занятие 7:</b> Особенности подросткового возраста. «Трудные подростки». Особенности полового воспитания приемного ребенка.	4
<b>Занятие 8:</b> Подготовка дошкольников к обучению. Учебная мотивация. Сущность и пути коррекции гиперактивности, ЗПР, ЗРР, ММД, УО.	4
<b>Занятие 9:</b> Семейные проблемы и их значение. Сущность воспитательного процесса. «Взрослый-Родитель-Ребенок». Теория Э.Берна. Трансакции в контексте воспитания. Поощрение и наказание как приемы воспитания. Жестокое обращение с ребенком и его последствия.	4
<b>Занятие 10:</b> Проблема зависимостей. «Вредные привычки и их преодоление». Депрессии. Суицидальное поведение.	4
<b>Занятие 11:</b> «Трудное поведение приемного ребенка», навыки управления «трудным поведением». Понятие «горя и потери» в жизни ребенка.	4
<b>Занятие 12:</b> Понятие структуры семьи. Семейные роли. Правила в семье.	4
<b>Занятие 13:</b> Представление о семье как о развивающейся системе. Тайна усыновления, формы ее существования в семье, влияние ее на семью. Отношение к биологическим родителям. Значение семейной истории ребенка. Место биологических родителей в жизни семьи. Принятие ребенка. «Книга Жизни».	4
<b>Занятие 14:</b> Завершение. Прощание с группой. Обсуждение полученного на группе опыта. Зачет по пройденной программе.	4
Итог:	56

## Содержание программы

№ п/п	Занятие 1	Примерное содержание	Кол-во часов (4часа), инвентарь
1.	Введение в курс подготовки кандидатов	Знакомство с кандидатами. Знакомство участников с группой, со специалистами, работающими в школе. Изготовление бейджиков. Знакомство со структурой курса. Зачем нужна Школа? (цели психологической работы). Обсуждение правил и работы группы. Выявление ожиданий участников от занятий. Создание непринужденной обстановки, сплочение группы. Значение предварительной работы с семьей для эффективного приема ребенка	40 мин. (бумага, карандаши, фломастеры для изготовления визиток)
2.	Понятие о мотивации приемных родителей. Значение приема ребенка для семьи.	Обмен ожиданиями и возможностями. Семейная история участников. (Почему вы хотите принять ребенка в семью?). Как это отразится на всех членах семьи?	20 мин.
3.	Принятие и понимание ценности своего внутреннего мира	«Моя Вселенная» (проективная техника, И. Млодик). Обсуждение, психологическая беседа по рисунку. Вариант 2: участникам предлагаются карты с изображениями Вселенной. Вопросы для обсуждения: Какие чувства вызывает изображение? Как то, что изображено относится лично к вам? Какая она. Моя Вселенная. Дать 3 слова-определения.	20 мин – рисунок 40 мин – обсуждение  (карандаши, фломастеры, бумага А-4)  Изображения Вселенной (карты)
4.	Перерыв (кофе – брейк)		15 мин.
5.	Понятие самоидентификации	Активизация внутренних ресурсов. «Герб моей семьи» (проективная техника: нарисуйте герб своей семьи, так, чтобы он символически отражал самое лучшее, самое достойное, что можно передать будущим поколениям). Обсуждение. Психологическая беседа по рисунку.	15 мин – рисунок 60 мин – обсуждение (карандаши, фломастеры, бумага А-4)
6.	Упражнения, направленные на объединение и сплочение группы, снятие напряжения, идентификация (взрослый – ребенок). Активизация «внутреннего ребенка».	Динамические упражнения: - упражнения с лентой - игры с мячом - модификации походки (пройдись как...) - «Море волнуется. раз...» (т.п.) Обсуждение: Какие чувства при работе в команде? Легче одному или в группе? Легко ли почувствовать себя ребенком?	15 мин.  (лента зел. цвета 1.6 м, мячик)

7.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов).	Психогимнастика «Мы – дети Вселенной» (Э. Осипук).	15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 2</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Работа с именем, ценностное значение имени. Идентификация себя со своим именем; формирование позитивного отношения к своему «Я».	Общий круг. Сказка об имени. (И Вачков). Продолжи предложение (по кругу): «Я – человек, который...» Обсуждение: «муж, ребенок, я, родители, работа» (проранжировать по значимости для себя, обсуждение в кругу). Идеальный вариант: я, муж, ребенок, родители, работа.	60 мин.
2.	Самопрезентация. «Что в имени моем?» Рассказ о себе, о своем имени.	Знакомство с именем: имя дается при рождении и сопровождает человека всю жизнь. Интересно, почему вам дали именно это имя? Помните ли вы как вас называли в детстве? Как называют сейчас? Нравится ли вам ваше имя?, Участникам предлагается нарисовать свое имя в виде какого-либо образа, затем написать 5 имен, выбрать одно наиболее приятное (написать качества на каждую букву имени, определить которые есть и которые приписаны). Создание мандалы (на каждое качество нарисовать символ и разместить в круге) Обсуждение. Дом. задание: «коллаж имени» ребенка (если есть дети можно делать совместно).	40 мин. бумага, карандаши, краски, пастель
3.	Рассказ об имени ребенка (как зовут, что обозначает это имя, происхождение имени?)	Назвать или написать 5 имен ребенка, как называю, в каких ситуациях, какие чувства испытываю?	20 мин.
3.	Рефреминг отрицательных качеств	Назвать 2 негативных качества и с помощью группы определить полезные предназначения. Обсуждение.	40 мин. ручки, бумага А-4
4.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
5.	Исследование внутренних детско-родительских установок	Какой я родитель? Я - родитель, и поэтому я должен... Что взрослые считают важным и правильным в отношении детей? Я очень хочу, чтобы ты... Я боюсь, что ты... <i>Чего хотят дети больше всего? Чего не любят дети? О чем мечтают дети? Чего боятся дети?...»</i> (И.Ю. Млодик). Медитация (зачитываются	45 мин. (бумага, ручки)

		ответы). Обсуждение чувств (как правило, «груз ответственности»). «Должен» и «Надо» заменяем на «Хочу». «Нравится», Как изменяются чувства? И.Млодик «Детские желания».	
6.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов).	Психогимнастика «Мы – дети Вселенной» (Э. Осипук).	15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 3</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация состояния.	Общий круг. Назови чувство или «словарик чувств»: перечисляем все чувства, бросая друг другу мячик.	20 мин. мячик
2.	Активное слушание. Пассивное слушание.	Активное слушание – отражение информации (парафраз, пересказ, уточняющие вопросы, переформулирование мысли и дальнейшее ее развитие). Пассивное слушание - выслушивание, отражение эмоционального состояния. Теория. Учимся друг друга слышать. Работа в парах.	30 мин.
3.	Профилактика конфликтов в детско-родительских отношениях (примеры конфликтных ситуаций).	Учимся выражать свои чувства без оскорбления слушающего. Теория «Я – заявления».	60 мин. ручки, бумага, примеры конфликтных ситуаций на листочках
4.	Перерыв (кофе – брейк)		15 мин.
5.	Рефреминг чувств.	«Елка» (К. Роджерс) - рефреминг (работа в парах).	90 мин. Бумага, цветные карандаши, краски, клей, цветная бумага.
6.	Метафора.	«Я хочу подарить вам чувство похожее на... (метафора). Группа отгадывает подаренное чувство.	15 мин.
7.	Шерринг.	Обмен чувствами.	10 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 4</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Приветствие. Обмен чувствами. «Вопрос Дня» (о чем хочется спросить?)	20 мин.
2.	Проверка домашнего задания.	«Я – заявление». Обсуждение. Примеры.	30 мин.
3.	Мифы о приемных детях. Статья Л. Петрановской.	Основные мифы, напечатанные на отдельных листочках, предлагаются родителям на обсуждение. Анализ, обсуждение в группе («Мозговой штурм»)	45 мин. Заготовки с мифами, ручки, бумага

4.	Особенности развития ребенка, оставшегося без попечения родителей.	Теоретические аспекты. Групповая дискуссия. Важно так организовать дискуссию, чтобы от сложностей прийти к позитивному восприятию перспектив взаимодействия с ребенком, к осознанию собственных ресурсов, позволяющих воспитывать с определенным успехом.	20 мин.
5.	Что приемным родителям нужно знать о привязанности.	Обсуждение психологических аспектов проблемы.	20 мин.
6.	Перерыв (кофе – брейк)		15 мин.
7.	Актуализация состояния в метафорической форме, снятие внутренних барьеров. Осознание ресурсов. Знакомство с метафорой.	Продолжи фразу (метафора): «Я словно птица..., Я превращаюсь в тигра, когда...» (модиф. Р.Райца).	30 мин. ручки, бумага
8.	Осознание положительных и отрицательных черт своего характера (метафорическое рисование).	«Деревья – характеры из волшебного леса» (медитация, И. Вачков). Рисунок. Написание сказки, обсуждение.	45 мин. Бумага – А 4, карандаши, фломастеры, краски.
9.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 5</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация состояния.	Общий круг. Обмен чувствами. «Вопрос Дня» (ответы, обсуждение)	45 мин (вопросы, заготовленные с прошлой встречи)
2.	Анкета «Знаете ли вы своих детей?»	Родителям предлагаются вопросы для определения степени их осведомленности в различных сферах интересов и предпочтений ребенка. Отвечая на вопросы, родители заполняют таблицу, где отвечают за себя и за ребенка, оставляя место для реального ответа ребенка (дом. задание).	15 мин (бланки опросника, ручки).
3.	Проверка домашнего задания	Самостоятельное построение «Я-высказывания». Работа с таблицей чувств.	30 мин
4.	Актуализация детского состояния.	Медитация «Путешествие в прошлое». Обсуждение – дискуссия «Почему важны воспоминания?».	20 мин.
5.	Актуализация взрослого состояния.	Упражнение «Мои ценности». Обсуждение.	15 мин. (бумага, ручки)

6	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
7.	Позиции в общении: «Родитель, Взрослый и Ребенок».	Рассмотрение позиций в общении в рамках концепции Э.Берна.	20 мин.
8.	Основы Семейной Игровой Терапии (СИТ).	Знакомство с правилами СИТ. Опросник Айберга (типы поведения ребенка).	Опросник Айберга. Игрушки (конструктор, мягкие игрушки, карандаши, бумага). 60 мин.
9.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 6</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация состояния.	Общий круг. Обмен чувствами.	15 мин.
2.	Анкета «Знаете ли вы своих детей?»	Проверка домашнего задания. Обсуждение – дискуссия.	30 мин.
3.	СИТ	Проверка домашнего задания. Обсуждение – дискуссия.	30 мин. Игрушки (конструктор, мягкие игрушки, карандаши, бумага).
4.	Проективная рисуночная техника «4 персонажа»	Родитель представляет себя в образах: растение, животное, предмет, человек. Обсуждение.	45 мин.
5.	Возрастные особенности развития.	Что такое психическая депривация и ее последствия для развития ребенка.. Мини-лекция.	60 мин.
6	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
7.	Проективная рисуночная техника «4 персонажа» (продолжение)	Родитель представляет <i>своего ребенка</i> в образах: растение, животное, предмет, человек. Обсуждение.	40 мин.
8.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 7</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация состояния.	Общий круг. Обмен чувствами.	20 мин.
2.	Проективная рисуночная техника «4 персонажа».	Родитель представляет <i>своего ребенка</i> в образах: растение, животное, предмет, человек. Обсуждение.	45мин.
3.	Продолжаем говорить о чувствах. Конструирование «Я- высказывания».	Изменяем «Ты – высказывание» в «Я – высказывание».	40 мин.
5.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
6.	«Ценности»	Написать 5 актуальных ценностей на	20 мин.

		данный момент, затем вспомнив себя подростком 5 ценностей подросткового возраста. Обсуждение.	
7.	Кто они подростки?	Мини-лекция «Особенности подросткового возраста».	20 мин.
8.	«Обзывалки»	Шуточные обзывательства придумываются участниками группы по кругу (овощи, фрукты, животные т.п.).	5 мин.
9.	Упражнение с бумагой.	Вся группа по кругу говорит неприятные вещи в адрес ребенка, сминая бумагу. Затем по кругу говорим слова похвалы, распрямляя лист. «Лист уже никогда не будет прежним».	15 мин.
10.	«Внутренняя опора» Мои сильные и слабые стороны.	Назовите 3 сильных качества и 3 слабых. Что помогает справляться с трудностями и конфликтами, поиск собственного ресурса.	40 мин.
11.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)	Медитация с шариком. («Чаша терпения»)	15 мин. Чаша с водой, стеклянные шарики для каждого участника
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 8</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Круг. Приветствие участников друг друга. Обмен чувствами.	15 мин.
2.	Упражнение с туалетной бумагой. «Мумия».	Одного или двоих участников обматывают туалетной бумагой. Вопросы: Как тебе, когда ты не можешь двигаться? Не видишь, что происходит вокруг? Какие чувства испытывал? и т.д.	30 мин.
3.	Что приемным родителям нужно знать о репрезентативных системах получения информации ребенком для оптимизации обучения.	Мини-лекция. Кинестетики. Визуалы. Аудиалы. Дегиталы. (тест). Как подготовить ребенка к школе. Задействовав все каналы получения информации.	60 мин.
4.	Нейро-коррекционные методики в обучении.	«Гимнастика для мозга». Кинезиологические упражнения.	20 мин.
5.	Если ребенок левша?..	Обсуждение возможных трудностей в обучении.	
6.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
7.	Психологическая диагностика готовности к школьному обучению.	Л.А.Ясюкова. Прогноз школьного обучения. Что является психологической готовностью ребенка к школе, и что нужно для успешного обучения в начальной школе.	60 мин.
8.	Учебная мотивация, или		20 мин.

	ее отсутствие. Нарушение причин учебной мотивации ребенка.		
9.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 9</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Круг. Приветствие участников друг друга. Обмен чувствами. Каждый по очереди говорит соседу справа «Слава богу, ты пришел, потому что...» и объясняет причину своей радости.	15 мин.
2.	Теория Эрика Берна в контексте поощрений и наказаний.	Мини-лекция. Взрослый-Родитель-Ребенок. Понятия «Критикующий родитель» и «Поддерживающий родитель», «Раненый ребенок» и «Золотой ребенок».	30 мин.
3.	Метафорический образ «раненого ребенка» (Левина М.Ю.).	Проработка внутренней позиции «раненого ребенка». Каждый родитель представляет образы «раненого ребенка», (домашняя заготовка 3 предметов). Обсуждение.	60 мин. Предметы, символизирующие образы (домашняя заготовка)
4.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
5.	Работа с метафорическими картами «Кнуты и пряники» (Т.Ушакова)	Выбери карту о ситуации, которая вызывает протест (ситуация наказания, унижения). Что с тобой произошло? Выбери карту, которая помогла тебе справиться с этой ситуацией. Обсуждение. Работа с «раненым внутренним ребенком», детскими травмами.	60 мин. Набор метафорических карт
6.	Проективная техника «Дерево жизни» Эрик Берн	Участникам группы предлагается подумать над своей жизнью, успехами и неудачами, целями, достижениями и важными событиями, мечтами и отразить свою жизнь в виде дерева. Обсуждение.	40 мин. Бумага, карандаши, краски, пастель
7.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 10</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Круг. Приветствие участников друг друга. Обмен чувствами.	15 мин.
2.	Проблема зависимостей. «Вредные привычки и их преодоление».	Причины зависимого поведения. «Мозговой штурм». Причины, напечатанные на отдельных листках	30 мин.

		даются участникам для обсуждения: (Приложение 9.1)	
3.	Что приемным родителям нужно знать о проблеме зависимости и созависимости, депрессии, суицидальном поведении.	Обсуждение психологических аспектов проблемы. Мини-лекция.	30 мин.
4.	Обсуждение: Как было принято в родительской семье, выражать или не выражать свои чувства?	Знакомство с личным опытом участников.	20 мин.
5.	Упражнение «Плохие чувства».	Осознание и принятие негативных чувств. Участникам раздаются карточки с названием негативного чувства. Задание: составить монолог о чувстве от первого лица с обязательным полезным предназначением (когда без этого чувства обойтись нельзя)	20 мин.
6.	«Скульптура»	Участники объединяются в пары, каждое чувство находит себе пару и невербально создает скульптуру чувств. Обсуждение.	30 мин.
7.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
8.	Вариант 1: работа с метафорическими картами «Окна и Двери» (Г.Кац. Е.Мухаматулина).  Вариант 2: Общий коллаж группы или создание общей групповой мандалы на тему: «Я выбираю жизнь».	Упражнение «Что за дверь?» (Участник выбирает любую карту с изображением двери (окна). Вопросы: Где она находится? Что там за дверь? Кто там живет? Что за люди и чем они занимаются? Хочется ли туда попасть?  Как помочь ребенку отреагировать негативные чувства? Составление общих рекомендаций от группы по снятию напряжения.	60 мин. Набор метафорических карт  Лист ватмана, краски, карандаши, журналы для вырезания, ножницы, клей, цветная бумага.
9.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 11</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Участники обращаются друг к другу с фразой: «Мне кажется.. в детстве ты была..» В ответ каждый может согласиться или нет с данной ему характеристикой». Обмен чувствами.	15 мин.
2.	Групповое обсуждение	«Трудное поведение», какое оно? Что	30 мин.

		в поведении моего ребенка беспокоит меня больше всего? Как я справляюсь с данной ситуацией? Каковы результаты моих усилий?	
3.	Алгоритм к изменению поведения	Мини-лекция. «5 ключей доступа для «починки» поведения ребенка: 1. Определить мишень. 2. Составить целостный план поэтапного изменения. 3. Ввести штрафные санкции 4. Дать себе обещание приступить к изменениям. 5. ограничить свое обязательство 3 неделями.	60 мин.
4.	Заключение контракта (договора с подростком)	Составление контракта.	20 мин.
4.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
5.	Разыгрывание конфликтных ситуаций (использование элементов психодрамы в разрешении конфликтных ситуаций).	Родителям предоставляются ситуации «плохого» поведения ребенка, разбор ситуаций участников (по необходимости).	50 мин.
6.	Упражнение «Лавина» Ф.Зиимбардо (способы заботы о себе)	«Представьте, что ваш дом занесло снегом во время выходных. Вы не можете ни выбраться, ни связаться с кем-либо, ни получить помощь раньше понедельника. Вы совсем одни, у вас нет никаких обязанностей, дел по дому. Придумайте, как вы используете эту критическую ситуацию, чтобы создать себе времяпрепровождение в отсутствие телевизора, радио, компьютера. Обсуждение. Стоит ли ждать, когда дом занесет снегом?	15 мин.
7.	«Терапия материнской любовью», или «Витамин материнской любви» Драпкин Б.З.	Знакомство с методом использования ресурсов материнской любви с целью коррекции эмоциональных расстройств, поведенческих нарушений, невротических реакций.	15 мин.
8.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)		15 мин.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 12</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4 часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Круг. Приветствие участников друг друга. Обмен чувствами. «я чувствую себя как..» продолжи фразу (используя любой образ природы).	15 мин.
2.	Правила в семье	Обсуждение. Существуют ли в семье правила? Какие правила были приняты	30 мин.

		в семьях участников группы? Какие правила были в родительских семьях? Какие правила используют в своих семьях?	
3.	Необходимость ознакомления с правилами семьи для приемного ребенка.	Обсуждение.	20 мин.
4.	Роли в семье.	Анкета «Семейные роли». Обсуждение(Собственные истории)	30 мин.
5.	Создание «Цветочной мандалы» (Э. Осипук) (Использование мандалотерапии)	- Найдите самый главный цветок в круге. Раскрасьте его. - Посмотрите, рядом с цветочком растут его близкие. Кто они? Раскрасьте их. Подумайте, какие это цветы. - Запишите свои ассоциации. Есть ли в этом Цветочном круге друзья главного цветочка? - Напишите, что нужно для цветов, чтобы они были счастливы? Подумайте, что мешает цветкам? - Где найдут они свои силы? (запишите ответы на эти вопросы) - У каждого круга есть свои границы. Выберите цвет, который подходит для границ вашего круга. Создайте их. - Подумайте, почему вы выбрали именно этот цвет, что он значит для вас? Что вы сейчас чувствуете? Обсуждение Обозначив свои границы, мы понимаем, где заканчивается наша территория, наш внутренний мир и начинается мир других.	60 мин.
6.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
7.	Родительский коуч. Осознание родительских позиций и стиля взаимодействия с ребенком.	Правила коуча: уважать, слушать, понимать, ценить, поддерживать, поощрять ответственность, чтить независимость. Учитывать возрастные и личностные особенности ребенка.	30 мин.
8.	Упражнение «Я – хороший родитель».	Каждому участнику предлагается в течение одной минуты рассказать о своих сильных родительских сторонах. После каждого выступления основные участники невербально выражают свою поддержку рассказчику (рукопожатие, похлопывание по плечу, одобрительный кивок, т.д.).	20 мин.
9.	Завершение занятия. Шерринг .	(обратная связь, подведение итогов встречи)	15 мин.

<b>п/п</b>	<b>Занятие 13.</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация состояния.	Совместный рисунок. Каждый изображает чувство, настроение, с которым пришел на встречу на общем листе. Обсуждение. Что происходило с близкими в течение недели и как это влияло на мои чувства?	10 мин. Ватман, цветные карандаши, фломастеры, краски.
2.	Понятие структуры семьи.	Мини-лекция. (Примеры из программы). Рисунок семьи: изобрази семью в виде окружностей так, чтобы рисунок схематично отражал систему из взаимоотношений.	20 мин. Листы бумаги, ручки. В качестве домашнего задания: рисунок семьи от ребенка.
3.	Упражнение «Ребенок входит в семью».	Адаптация ребенка в семье.	20 мин.
3.	Мини-расстановки семейных отношений.	А) муж – жена Б) появление ребенка (неожиданно, место для ребенка готово).	30 мин.
4.	Вопросы для самопроверки.	«Характеристики психологически здоровой семьи».	20 мин.
5.	Адаптация ребенка в семье.	Кризисы развития ребенка, семьи (переживают в любом возрасте).	20 мин.
6.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
7.	Генограмма семьи.	У каждого своя семейная история. Основы составления генограммы. «Книга жизни».	60 мин. В качестве домашнего задания.
8.	Тайна усыновления.	Как сказать ребенку? «Волшебная история особого дня» (Д.Франтова), Метафорическая сказка «Веточка» (Е. Трофимова, «Родные люди, 2010).	20 мин.
9.	Работа с метафорой.	Составление своей собственной истории (сказки). Структура сказки (Э. Берн).	10 мин. В качестве домашнего задания.
10.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи)	Совместный рисунок. Каждый изображает чувство, настроение, с которым уходит со встречи на общем листе.	10 мин. Ватман, цветные карандаши, фломастеры, краски.
<b>№ п/п</b>	<b>Занятие 14</b>	<b>Примерное содержание</b>	<b>Кол-во часов (4часа), инвентарь</b>
1.	Актуализация внутреннего состояния.	Круг. Приветствие участников друг друга. Обмен чувствами.	15 мин.
2.	Зачитывание и обсуждение сказок - семейных историй усыновления.	Сказки, составленные участниками группы после предыдущего занятия.	60 мин.
3.	Рисование Волшебными красками		120 мин. Листы плотного картона, клей ПВА,

			мука, краски гуашь, подсолнечное масло, соль, вода, емкости для приготовления красок
4.	Перерыв (кофе – брейк)		20 мин.
5.	Арт-терапевтические техники, сказкотерапия, креативное рисование, как возможности и ресурсы в лучшем понимании своего ребенка и эффективной адаптации ребенка в семье.	Психологическая беседа. Знакомство с техниками креативного рисования.	30 мин.
6.	Завершение занятия. Шерринг (обратная связь, подведение итогов встречи). Обсуждение полученного на группе опыта.		15 мин.

### Литература

1. Балько Д. НЛП для родителей. 11 законов эффективного воспитания подростка. / - М.: Эксмо, 2009.
2. Варга А.Я. Структура и типы родительских отношений.- М.: ВЛАДОС, 2007.
3. Вачков И. Деревья - характеры из волшебного леса // Школьный психолог. – 2004, №5.
4. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
5. Головнева О. Родительский практикум. Тренинг гармоничных детско-родительских взаимоотношений \ Школьный психолог №10, 2006.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии / - СПб.: Речь, 2013.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. - СПб.: Речь, 2006.
8. Копытин А.И. Арт-терапия психологических расстройств. – С.П.: Речь, 2011.
9. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.:Речь, 2008.
10. Мартинкевич Э.Супермама. Программа занятий с родителями по изменению проблемного поведения детей \ Школьный психолог №1, 2008.
11. Млодик И.Ю. Книга для неидеальных родителей или Жизнь на свободную тему» – М.: Генезис, 2007.
12. Млодик И.Ю. Метаморфозы родительской любви или Как воспитывать, но не калечить. - М.: Генезис, 2015.

13. Млодик. И.Ю. Приобщение к чуду, или Неруководство по детской психотерапии. – М.: Генезис, 2007.
14. Немов В.Г. Психология в двух частях. Часть 2. – М.:ВЛАДОС, 2004.
15. Ослон В.Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья.- М.: Генезис, 2006.
16. Осипова А.А. Общая Психокоррекция. – М.:Творческий центр, 2001.
17. Пасечник Л.В. Реабилитация депрессивного состояния у детей. – М.: творческий Центр, 2007.
18. Петрановская Л.В. Как ты себя ведешь? 10 шагов по изменению трудного поведения. Пособие для приемных родителей. – М.: Студио-Диалог, 2010.
19. Писарик О. «Свой среди своих» \ \ Родные Люди, январь-февраль, 2012.
20. Стерлинг Д. Родители коучи. Растите своего ребенка, уверенным в себе, смелым и человечным. - М.: Эксмо, 2009.
21. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. – М.: Академия, 2001.
22. Шульга Т.И. Программа подготовки наставников- родителей для оказания помощи замещающим семьям.- М.:ИИУ МГОУ, 2013.
23. Экслейн В. Игровая терапия. – М.: Психотерапия, Апрель-Пресс, 2007.

**Моя Вселенная (проективная техника, И. Млодик)**

**Инструкция: Нарисуй Вселенную.**

Здесь можно посмотреть межличностные отношения (микро и макро-социум).

**Обсуждение:** Как тебе от картинки? Нравится или не нравится, что получилось? Движение в рисунке: Куда двигаются? Вокруг оси? Вокруг планеты? Хаос? (где начало и конец?) Делим по секторам верх, низ, право, лево. Сначала рассматриваем самые яркие и заметные пятна в картине. Собираем информацию по каждой планете. Как взаимодействуют между собой? Хватило ли места при выполнении работы? Цвета? Красок? (если нет - желания больше, чем может размахнуться).

*Мне кажется тебе сейчас хочется...*

*Возможно ты сейчас чувствуешь....*

*Возможно тебе не хватает...*

*Когда смотрю на твой рисунок мне...*

*Есть ли здесь ты?..*

Можно написать сказку про планету (Вселенную). Сказка - это та же личностная матрица. (Если идет к негативу, меняем историю и конец сказки).

**«Герб семьи»**

**Цели:**

- стимулировать размышления о семейных ценностях и обсуждение в семейном кругу их значимости;
- вызвать понимание уникальности семьи среди других семейных союзов, чувство гордости от принадлежности к ней;
- проявить в игровой форме идею о том, что каждая семья – объединение личностей с разными характерами, ценностями, интересами и запросами.

Размер группы: нет ограничений

Ресурсы: белая и цветная бумага, карандаши, краски, клей, ножницы. Иллюстрированные журналы, листы ксерокопий с традиционной геральдикой, листы с информацией для участников.

Время: 45 – 90 минут.

Ход игры: раздаем семьям, сидящим каждая за отдельным столом, «Материал для тренера» и просим кого-то из взрослых прочитать информацию вслух, при необходимости разъясняя детям подробности.

Теперь, когда семьи узнали немало нового об истории геральдики, в частности, о символике гербов, предложим им поработать над созданием их собственного семейного герба. Он может быть любой формы (треугольной – варяжский, овальной – итальянский, четырехугольной, заостренной внизу – французский, квадратной, заканчивающийся снизу полукругом – испанский).

Можно использовать символы, о которых рассказано в информационном листке, или любые другие образы, которые покажутся семье подходящим метафорическим описанием ее уникальных свойств и традиций. Замечательно, если к гербу удастся подобрать и семейный девиз, что также было широко распространено среди рыцарских фамилий.

Завершение.

Гербы выставляют на всеобщее рассмотрение, и их творцы рассказывают о том, что они пытались отразить в геральдических образах.

Что, на ваш взгляд, вы и члены вашей семьи открыли в себе и в вашем союзе при работе над гербом?

Какие гербы произвели на вас особенное впечатление и почему?

### **Информационный материал**

Итак, с древности гербы служили доказательством принадлежности человека к той или иной семье, династии. Символика гербов говорила посторонним о тех ценностях, традициях, достижениях, которые составляли славу и гордость конкретной семьи. При этом пользовались распространенными метафорами, растениями и животными, которые олицетворяли разные человеческие качества.

**Лев** – символ власти, силы, храбрости, великодушия, авторитета, достоинства.

**Конь** – совмещает храбрость льва, зрение орла, силу быка, быстроту оленя и ловкость лисицы.

**Собака** – символ преданности и повиновения.

**Кошка** – символ независимости.

**Волк** – символ злости, прожорливости и властности.

**Слон** – символ долгой памяти.

**Медведь** – символ предусмотрительности и силы.

**Олень** – символ воина, который гонит неприятеля, символ быстроты.

Птицы изображают стремление к жизненной активности, являются также аллегорией души, детей. Есть и особенные значения:

**Орел** – власть, господство, великодушие, прозорливость.

**Павлин** – символ тщеславия.

**Пеликан** – символ родительской любви.

**Ворон** – символ долголетия.

**Сова** – символ мудрости.

**Петух** – задиристость характера, символ боя.

Среди других символов отметим:

**Пчела и \ или Муравей** – трудолюбие.

**Бабочка** – непостоянство.

**Змея** – если это дракон, то символ предосторожности и мудрости, если свернувшаяся кольцом – вечность, ползущая – символ печали, раздора, зависти, неблагодарности, ревности.

**Дуб** – крепость и сила.

**Лилия** – символ успеха.

**Пальма** – долговечность.

**Оливковое дерево (или ветвь)** – символ мира.

**Книга** – ученость, любовь к знанию, ум.

*Свеча* – свет, человеческая душа, жизнь, может также служить образом женщины.

*Меч* – символ обороны.

И цвет герба нес символическую смысловую нагрузку.

*Так золото*, богатство, успех, сила, справедливость и постоянство изображались желтым цветом.

*Белый цвет* говорил о серебре, благородстве, правдивости откровенности.

*Красный цвет* символизировал мужество, бесстрашие, героизм, великодушие, победу.

*За голубым* закрепился в геральдике образ честности и красоты, благородства происхождения и величественности.

*Черный цвет* символизировал печаль, осторожность и жизненный опыт.

*Зеленый* – надежду, радость, обновление и свободу

### ПРИЛОЖЕНИЕ 1.3.

#### **Физкультминутка «Мы – дети Вселенной» (Эрика Осипук)**

**Все в нашей жизни имеет Смысл,**

**Мы – дети Любви** (двумя руками показываем на сердце),

**Созданные из капель Росы** (хлопки каждым пальцем по ладони),

**Неба** (руки вверх),

**Звезд** (опускаем руки вниз, шевеля пальцами рук),

**Солнца** (обнимаем корпус тела руками).

**Мы – дети Природы,**

**Распускаем крылья, отправляемся в земное путешествие**

**Подобно солнечному Лучу** (волнообразные движения руками).

**Иногда мы попадаем в Шторм неурядиц и бурь** (потираем ладонью о ладонь),

**Сильного Ветра** (дуем на руки),

**И кажется Время останавливается и замирает** (движение руками символизируют стрелки часов, двигающиеся в одном направлении).

**И только Сердце стучит все быстрее** (постукивание пальцами рук на тыльной стороне ладони в области сердца).

**Вот уже Детская ладошка протягивается к нам** (протягивание ладони и соединяем с другой рукой),

**Мы отдаем им свои сердца** (соединение рук в области сердца).

**Мудрость серебрит нам вески** (массаж кончиками пальцев висков),

**Мы оглядываемся назад** (поворот головы назад),

**И вновь движется Время,**

**Но уже по-другому** (перекрестные движения руками в разные стороны на уровне груди).

**Мы понимаем, что мы – не одни.**

**Мы не одиноки.**

**Рядом с нами люди.**

**Они берут нас за руки** (участники берутся за руки),

**Поднимают к высотам** (поднимают руки вместе),

**Иногда опускают на Землю** (участники опускают руки),

**Дают свое Тепло** (передают тепло другому)

***Как прекрасна Жизнь!***

***Ведь Мы все Вместе!***

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2.1.

### Детские желания. И.Ю.Млодик

Дети хотят так много, и в силу того, что их мир необъятен и волшебен, они могут иметь такие необычные желания, что взрослым даже не приходит в голову, например, чтобы:

- Дед Мороз мог жить в холодильнике и каждое утро выдавать подарки;
- Перемещаться из школы домой, просто нажав кнопку на какой-нибудь коробочке;

- Превратить маленькую сестренку в крысу, посадить ее в клетку и кормить раз в неделю;

- Была ручка, которая сама делает уроки;

- Жить на вилле на острове одному или с собакой, а маму приглашать раз в месяц прибраться и продукты привезти;

- Стать президентом, запереться в комнате дворца и наестся мороженого;

- Подружиться с самым главным клоуном, с которым будет всегда весело;

- Уметь летать и быть невидимкой;

- Иметь волшебную палочку...

И много-много разных, интересных, тревожащих, смешных детских желаний. Почти все из которых сводятся, по сути, к нескольким:

- Быть любимым и точно знать, что тебя не бросят;

- Находиться в безопасности;

- Иметь возможность быть собой и быть принятым другими;

- Получать признание и чувствовать себя умными, красивыми, смелыми, хорошими;

- Жить интересно, не скучать.

Я точно знаю, что очень многие дети НЕ желают, а то и не любят, может, даже ненавидят:

- Чувствовать пренебрежение, насмешки, унижения, давление от взрослых;

- Стоять в очередях и вообще ждать;

- Мириться с тем, что мама будет любить кого-то еще;

- Говорить правду, когда многие взрослые вокруг них врут;

- Слышать, что они «разгильдяи», «бестолочи», «тупые», «двоечники» и так

- Долго заниматься тем, что им смертельно скучно;

- Тратить свою детскую жизнь только на уроки и школу;

- Слушать нотации, содержание которых им давно известно;

- Думать о будущем, которого они не чувствуют;

- Одеваться потеплее, когда им не холодно;
- Есть полезное, а не вкусное;
- Чувствовать себя нелюбимыми, плохими, покинутыми, неуспешными.

Это список легко можно расширить персональными нежеланиями.

В самое главное, дети могли бы поведать всему взрослому миру простую и мудрую мысль о том, что мир прекрасен и прост, если относиться к нему открыто и с удовольствием, а не рассудительно серьезно. Если не убегать в погоне за взрослыми наградами и победами от себя самого, от того, что прямо сегодня, в этот миг, прекрасно, неповторимо, удивительно. Если уметь видеть чудесное в каждом явлении нашей жизни: от волшебства листопада до удивления над бесконечностью мира, когда смотришь на звезды. Дети так много знают об этом! Причем не только знают, но и могут рассказать, нужно лишь только, чтобы хоть кто-то захотел их услышать.

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 3.1.

##### **Какие чувства и эмоции бывают и что они означают?**

Чувства и эмоции отражают наше отношение к какому либо событию или человеку, причем эмоции - это непосредственная реакция на что-либо, на животном уровне, а чувства - больше продукт мышления, переживания, накопленного опыта и т.д.

Итак, какие бывают чувства и эмоции?

Давайте для начала разберемся, зачем важно четко осознавать и понимать те чувства, эмоции, которые мы испытываем. Эмоции дают нам обратную связь на происходящее и позволяют понять, что мы делаем правильно и целесообразно, а в чем ошибаемся и нужно делать иначе.

Эмоции дают нам информацию о насущных потребностях и, осознав их, т.е. называя “по имени”, давая себе право на любую эмоцию, мы понимаем, что происходит в реальности. Если нас что-то не устраивает, мы можем поискать конструктивный способ решения проблемы. Если нет возможности

немедленно изменить ситуацию в свою пользу - то способны избавиться (выпустить) от негативных эмоций социально допустимым путем.

Потребности человека, как причина его эмоций.

Осознавая эмоции и отдавая себе отчет в них, мы можем также разобраться в причине этих эмоций, когда и почему появились, насколько они правомерны и обоснованны, лучше познать самих себя, узнать о своих приоритетных потребностях и, следовательно, максимально возможно их удовлетворить.

Негативные эмоции, которые не осознаются и игнорируются, не исчезают сами по себе, особенно те, которые испытываются перманентно. Как известно, душа и тело едины, и когда долго страдает душа, тело берет на себя часть ее тяжелой ноши. Как говорится, все болезни от нервов. С этим можно поспорить, но влияние негативных переживаний на здоровье и благополучие человека уже давно доказанный научный факт. Но не будем опускать руки – потому что все (или очень многое) в наших руках!

#### Перечень основных эмоций и чувств.

Положительные

Нейтральные

Отрицательные

1. Удовольствие

2. Радость.

3. Ликование.

4. Восторг.

5. Гордость.

6. Уверенность.

7. Доверие.

8. Симпатия.

9. Восхищение.

10. Любовь (половая).

11. Любовь (привязанность).

12. Уважение.
13. Умиление.
14. Благодарность (признательность).
15. Нежность.
16. Самодовольство (?).
17. Блаженство
18. Злорадство (?).
19. Чувство удовлетворённой мести.
20. Спокойная совесть.
21. Чувство облегчения.
22. Чувство удовлетворённости собою.
23. Чувство безопасности.
24. Предвкушение.
25. Любопытство.
26. Удивление.
27. Изумление.
28. Безразличие.
29. Спокойно-созерцательное настроение.
30. Неудовольствие.
31. Горе (скорбь).
32. Тоска.
33. Печаль (грусть).
34. Отчаяние.
35. Огорчение.
36. Тревога.
37. Обида.
38. Боязнь.
39. Испуг.
40. Страх.
41. Жалость.

42. Сочувствие (сострадание).
43. Сожаление.
44. Досада.
45. Гнев.
46. Чувство оскорбления.
47. Возмущение (негодование).
48. Ненависть.
49. Неприязнь.
50. Зависть.
51. Злоба.
52. Злость.
53. Уныние.
54. Скука.
55. Ревность.
56. Ужас.
57. Неуверенность (сомнение).
58. Недоверие.
59. Стыд.
60. Растерянность.
61. Ярость.
62. Презрение.
63. Отвращение.
64. Разочарование.
65. Омерзение.
66. Неудовлетворённость собою.
67. Раскаяние.
68. Угрызения совести.
69. Нетерпение.
70. Горечь.

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3.3.



1Я

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3.4.

#### Теория «Я – заявления»

«Я – заявление» - это безопасный способ высказывания другому человеку своих чувств, того, что вы ощущаете и каким вы видите ваши отношения в будущем. В «Я – заявлении» говорящий выражает свои чувства без оскорбления слушающего. «Я – заявление» строится следующим образом:

**Я чувствую... когда кто-то (ты)... потому что.....**

**Поэтому в следующий раз я хочу, чтобы...**

*Примеры:*

1. Я сержусь, когда кто-то берет мои вещи без разрешения, потому что они могут понадобиться мне самому. Поэтому в следующий раз я хочу, чтобы ты спрашивал меня, можно ли взять что-то из моих вещей.

2. Я чувствую себя брошенной, когда ты уходишь гулять с другими ребятами и не зовешь меня с собой, потому что считаю, что друзья должны быть всегда вместе. Поэтому в следующий раз зови меня с собой.

3. Я очень рассердился, когда узнал, что друг плохо говорил обо мне за глаза, потому что это нечестно. Поэтому в следующий раз, когда тебе что-то не нравится, говори мне об этом прямо.

### **Правила построения «Я – заявления»**

#### **Я чувствую...**

- Используйте слова, которые точно описывают ваши чувства.
- Не преувеличивайте чувства.
- Не используйте «жертвенных» слов.

#### **Когда кто-то....**

- Описывайте поведение точно (поведение – это то, что видно и слышно, а не то, что вам кажется).
- Не используйте обидных слов.

#### **Потому что я...**

- Будьте максимально конкретны.
- Делайте упор на то, как это влияет на вас.
- Не преувеличивайте эффекта, так как это может вызвать защитную реакцию.
- Не используйте слов, которые хорошо звучат, но не являются правдой.

#### **В следующий раз я бы хотел...**

- Говорите прямо о своих желаниях.
- Будьте логичны и корректны.

### **И. Млодик: как правильно строить фразу**

*1. чувство..*

Я злюсь....

Я расстроена...

2. за что?

Потому что уроки не сделаны.

3. Как бы вам хотелось, чтобы было... (и снова про чувства)

Мне бы хотелось, чтобы в комнате был порядок, мне это доставляет радость.

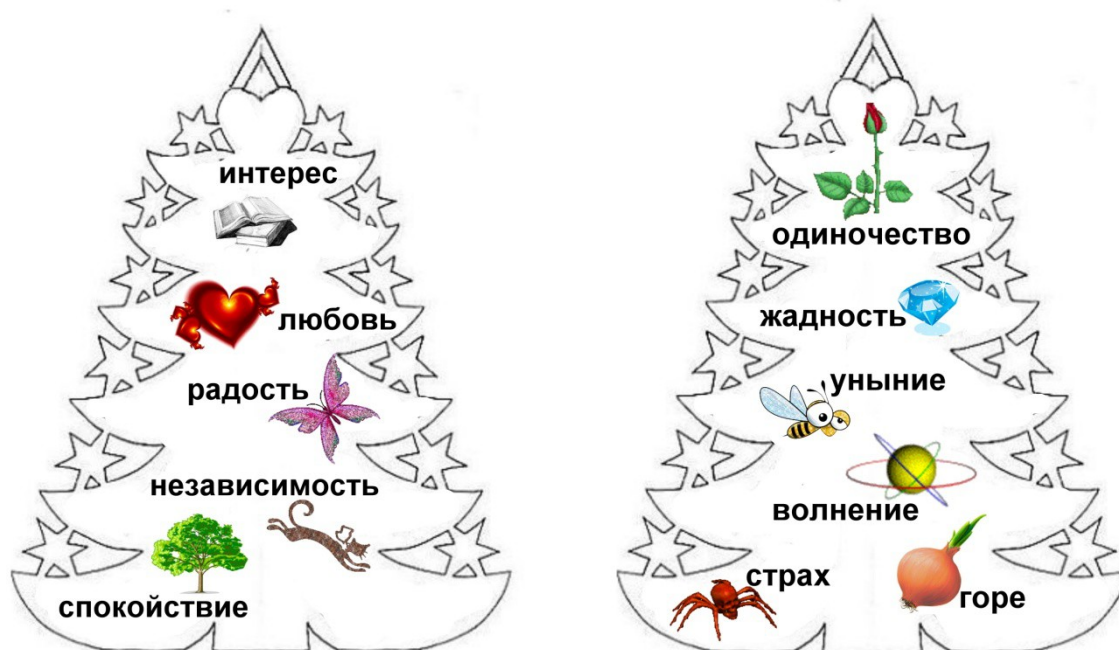
4. про безусловную любовь.

Я тебя люблю вне зависимости ни от чего.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3.5.

### **Чувства – действенный способ тестировать реальность.**

Люди зачастую не могут дать чувству название, поэтому удобно использовать метафору, как полимодальную картинку («это похоже на...»).



### **Упражнение «Подарок» (5-10 минут в каждую сторону):**

Каждый участник терапевтической группы должен подарить своему партнеру любое чувство, представив его в форме метафорического образа (как оно выглядит, как пахнет, как звучит, какое оно на ощупь и т.д.). Затем все включаются в процесс общего дарения (обмен метафорами), причем каждый, кому вручают «подарок», должен попытаться самостоятельно понять, догадаться, что за чувство ему преподнесли.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.1.

<b>МИФ 1 «Эта тема не имеет ко мне отношения»</b>
<b>МИФ 2 «Главное — сироту хорошо обеспечить»</b>
<b>МИФ 3 «Воспитание в коллективе — то, что нужно детям»</b>
<b>МИФ 4 «Дети-сироты — это объекты»</b>
<b>МИФ 5 «Желающих взять детей из детского дома очень мало»</b>
<b>МИФ 6 «Все эти детдомовцы — больные и ненормальные»</b>
<b>МИФ 7 «Главная опасность — гены»</b>
<b>МИФ 8 «Ребенка из детдома берут только те, у кого своих нет»</b>
<b>МИФ 9 «Никто не должен знать!»</b>
<b>МИФ 10 «Никаких кровных родственников, лучший вариант — круглая сирота»</b>
<b>МИФ 11 «Лучше взять очень маленького, тогда будет как свой»</b>
<b>МИФ 12 «Полюбить, как родного»</b>
<b>МИФ 13 «Ребенок будет нам благодарен»</b>
<b>МИФ 14 «Взять ребенка – значит усыновить»</b>
<b>МИФ 15 «Главное - просто полюбить»</b>

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.2.

**Кто Я? (Модификация Рудольфа Райца)**

**Цель:** Актуализация состояния в метафорической форме, снятие внутренних барьеров).

**Инструкция:** продолжить фразу, придумать метафору, интуитивно, долго не задумываясь:

1. **Я словно птица....**  
(свобода)
2. **Я превращаюсь в тигра, когда...**  
(умение выплеснуть агрессию)
3. **Я могу быть ветерком, потому что...**  
(свобода, умение помочь другому)

4. **Я словно муравей, когда...**  
(отношение к работе)
5. **Я стакан воды...**  
(оптимизм, самость, важно, чем наполнен)
6. **Я чувствую, что я скала...**  
(умение сопротивляться трудностям, мотивация)
7. **Я чувствую, что я кусочек тающего льда...**  
(отношение к сексу)
8. **Я прекрасный цветок...**  
(внутренний ресурс, посмотреть, возможно, заварить в чай)
9. **Я словно лампочка...**  
(умение активно действовать)
10. **Я тропинка...**  
(путь, выбранный в жизни)
11. **Я словно рыба...**  
(отношение к духовности)
12. **Я интересная книга...**  
(интересы, интеллект)
13. **Я светлячок...**  
(умение проявлять эмпатию)
14. **Я макаронина...**  
(отношение к собственному телу)
15. **Я чувствую, что я вкусный...**  
(отношение к близким)

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 4.3.

##### Сказка «Деревья – Характеры» (И. Вачков)

«В некотором удивительном мире, в долине, раскинувшейся среди высоких и непреступных гор, в волшебном лесу, где поют свои дивные песни

удивительные птицы, росли... **Деревья – Характеры**. Это были необычные деревья. Их внешний вид был отражением характеров людей, живших далеко-далеко за горами.

У каждого Дерева-Характера от ствола отходили 4 главных ветви. А от них – множество маленьких – эти 4 ветви имели свои названия: **Отношение к людям, Отношение к делу, Отношение к себе, Отношение к вещам**. У каждого дерева – характера эти ветви имели свою, не похожую на других форму, свою характерную особенность.

На одном Дереве-Характере ветвь **Отношение к людям** была пряма и устремлена вверх, потому что была ветвью **Правдивости**, а на другом была скрючена кольцом **лжи**. Где-то ветвь **Отношение к себе** вызывающе торчала **Самовлюбленностью**, где-то прогибалась до земли от своей **Приниженности**, а где-то спокойно и уверенно поднималась к солнцу как воплощение **Достоинства**. Ветви **Отношение к вещам** на некоторых Деревьях – Характерах скрючились от **жадности**, а на других обилием листвы обнаружили свою **Щедрость**.

Очень разные Деревья – Характеры росли в этом волшебном лесу. Под некоторыми характерами трескалась земля – такими они были тяжелыми, зато легкие характеры буквально парили в воздухе, едва цепляясь за почву корнями. Встречались характеры, сплошь – от корней до кроны – покрытые иголками, и потому они были очень **колючими**. А иные напоминали телеграфные столбы с едва заметными отростками – это были **прямые** характеры. Даже бензопила не смогла бы распилить **твердые** характеры, а **мягкие** характеры были настолько податливы, что их стволы можно было запросто мять, как глину. Были среди них очень красивые и безобразные, высокие и низкие, страшные и стелющиеся по земле.

Так непохожи были Деревья-Характеры, потому что росли они на разных почвах, неодинаково согревало их солнце, иначе обдувал ветер, не поровну давал влаги дождь. А ведь и у каждого человека в жизни складывается все по-разному, верно?

Порой налетала в волшебную долину свирепая буря, яростно бросалась она на Деревья – Характеры: иные ломала или вырывала с корнем, другие гнула до Земли, но сломать не могла. Были и такие, что не склонялись даже под сильным ураганным ветром и лишь гордо распрямляли свои могучие ветви – ветви **Отношения к себе, Отношения к людям, Отношения к делу и Отношения к вещам.**

У каждого человека в этом волшебном лесу есть собственное Дерево – Характер, которое своим видом отражает присущий ему характер. Многие люди хотели бы побывать там, посмотреть, как выглядит их Дерево – Характер. Но попасть в этот волшебный лес не может никто».

Когда сказка завершается, ведущий просит участников группы использовать свое воображение и – раз уж в волшебный лес попасть нельзя – самим представить и изобразить, как может выглядеть их персональное Дерево – Характер (время на рисование не менее 20 минут).

За 3 – 4 минуты до завершения отведенного времени ведущий объявляет: «Изображение вашего Дерева – Характера уже почти завершено. Но у меня есть к вам еще одна маленькая просьба. Подумайте: а кто мог бы жить возле вашего Дерева-Характера? Может быть не возле, а прямо в нем самом, скажем в дупле? Или в кроне? Может быть, кто-то уютно чувствует себя на какой-нибудь ветке или между корней вашего дерева-характера? Наверное, это могут быть птицы или звери, но вполне возможно, что это окажется совсем необычное существо. Может статься, их будет несколько. Добавьте к своему рисунку изображение того или тех, кого вы хотите. Придумайте имя этому существу».

После завершения рисования предлагается сочинить общую сказку, в которой действовали бы только, что придуманные персонажи.

В завершении проводится обсуждение проделанной работы.

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 5.1.

##### Знаете ли Вы своих детей? (бланк для родителя)

Вопрос	Ответ родителя за себя	Ответ родителя за ребенка	Собственный ответ ребенка (домашнее)
--------	------------------------------	---------------------------------	--

			задание)
1. Мое любимое животное и почему?			
2. Мое нелюбимое животное и почему?			
3. Мой любимый цвет и почему?			
4. Мой нелюбимый цвет и почему?			
5. Моя любимая сказка			
6. Сказка, которая мне не нравится?			
7. В другом человеке мне больше всего нравится...			
8. ...а не нравится...			
9. Если бы я мог на один день стать кем-то, то я бы стал... Почему?			
10. Доброго волшебника я попросил бы о...			
11. А злого попросил бы о ... Почему?			
12. В какое животное превратил бы меня волшебник? Почему?			
13. В каких животных превратил бы волшебник каждого из членов моей семьи? Почему?			

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5.2.

### Знаете ли Вы своих детей? (бланк для ребенка)

Вопрос	Ответ за папу	Ответ за маму	Собственный ответ ребенка
1. Мое любимое животное и почему?			
2. Мое нелюбимое животное и почему?			
3. Мой любимый цвет и почему?			
4. Мой нелюбимый цвет и почему?			
5. Моя любимая сказка			
6. Сказка, которая мне не нравится?			
7. В другом человеке мне больше всего нравится...			
8. ...а не нравится...			
9. Если бы я мог на один день стать кем-то, то я бы стал... Почему?			
10. Доброго волшебника я попросил бы о...			
11. А злого попросил бы о ... Почему?			
12. В какое животное превратил бы меня волшебник? Почему?			

13. В каких животных превратил бы волшебник каждого из членов моей семьи? Почему?			
---	--	--	--

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5.3.

### Релаксация

#### Путешествие в прошлое

Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках и ногах. Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими.

Вы представляете себе картину из своего детства. Присмотритесь к себе повнимательнее: сколько вам лет, где вы находитесь, какие люди окружают вас? Постарайтесь как можно подробнее рассмотреть все и себя самого. Какие звуки вы слышите, какие запахи ощущаете? А теперь постарайтесь ответить на вопрос: какие чувства вы испытываете? Попробуйте понять, чего вы боитесь, чего вы больше всего ждете. У вас есть возможность поговорить с собой, с тем маленьким мальчиком или девочкой, который до сих пор живет внутри вас...

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату, и, когда будете готовы, вы откроете глаза.

#### Упражнение «Мои ценности»

**Окружение:** Люди. Среди людей, важных для меня, наиболее значимы...

**Группы людей:** Я считаю себя участником, членом следующей группы людей...

**Религия и (или) убеждения:** Я верю...

**Места:** Места, которые важны для меня,- это...

**Дела:** Следующие дела, виды деятельности дают мне смысл и цели жизни...

**Удовольствия:** Я получаю удовольствие от...

**Желания:** Я хочу...

**Прошное:** События из моего прошлого, которые важны для меня...

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 5.4.

### Что делать и чего не делать во время игровой терапии

#### Руководство для родителей

Правило	Причина	Примеры
Описывайте желательное поведение	Позволяет ребенку руководить. Показывает, что Вы заинтересованы. Учит идеям. Удерживает внимание ребенка. Организует ребенка по поводу игры.	Это красный кубик Ты строишь башню Ты нарисовал улыбающееся лицо
Отражайте желательную речь	Не устанавливает контроль за разговором. Показывает ребенку, что Вы действительно слушаете. Улучшает речь ребенка. Увеличивает объем словесного общения.	Ребенок: Я сделал звезду. Родитель: Да, ты сделал звезду. Ребенок: У верблюда горбы наверху. Родитель: У него два горба на спине. Ребенок: Мне нравится играть в этот дворец. Родитель: Это отличный дворец, чтобы в него играть.
Имитируйте желательную игру	Позволяет ребенку руководить. Расширяет выбор ребенка в игре. Показывает ребенку, что Вы вовлечены в игру. Показывает ребенку, как играть с другими (формирует основу для способности играть по очереди) Увеличивает склонность и способности ребенка имитировать Вас	Ребенок: Я кладу малышку спать Взрослый: Я тоже кладу сестренку спать. Ребенок: Я рисую ее, у себя на рисунке.
Хвалите желательное поведение	В результате такого поведения станет больше. Похвала повышает самооценку ребенка и снижает тревожность.	Гениально посчитал! Мне нравится, когда ты играешь тихо! Ты придумал замечательную игру!

<p>Игнорируйте нежелательное поведение (если оно неопасно и неразрушительно):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Не смотрите на ребенка, не говорите, не улыбайтесь. Не хмурьте брови и т.д.</li> <li>2. Игнорируйте каждый раз</li> <li>3. Будьте готовы к тому, что в начале несоответствующее поведение усилится</li> </ol>	<p>Снижает вероятность усиления плохого поведения. Некоторые типы плохого поведения исчезают совсем. Помогает ребенку заметить разницу между тем, как вы реагируете на хорошее и плохое поведение.</p>	<p>Ребенок: (дерзит родителю, затем подбирает игрушку)  Родитель: (игнорирует дерзость, хвалит за поднятую игрушку)  Ребенок: (ударяет родителя).  Родитель: (ИГРА ПРЕКРАЩАЕТСЯ – нельзя игнорировать)</p>
<p>Не давайте указаний</p>	<p>Не позволяет ребенку руководить. Может стать причиной недовольства. Позже ребенка научат послушанию.</p>	<p>Непрямо: Ты не передашь мне эту бумагу? Ты не мог бы рассказать мне алфавит?  Прямо: Посмотри сюда.  Пожалуйста, завяжи свои шнурки.  Подойди сюда.</p>
<p>Не задавайте вопросов</p>	<p>Приводит к разговору вместо следования игре. Многие из них являются указаниями или требуют ответа. Многие выглядят так, как будто Вы не слушаете или не согласны с ребенком.</p>	<p>Это серый, да?  Что это за цвет?  Тебе весело?  Хочешь поиграть с мусорной корзиной?</p>
<p>Не критикуйте</p>	<p>Никак не помогает улучшить плохое поведение. Часто ухудшает критикуемое поведение. Может понизить самооценку ребенка. Делает взаимодействие неприятным.</p>	<p>Ты такой непослушный. Я не люблю. Когда ты дерзишь. Не марай бумагу, что за каля-маля?  Нет, милый, это неправильно. Ужас, что сделал!</p>
<p><b>За 5 минут игры:</b>  Описания – 25  Отражения – 25  Имитация – не меньше 3  Похвала: (общая – 15, конкретная - 8)</p>		

### **Определения СКДВРР (системы кодирования диадического взаимодействия родителя и ребенка)**

**Описательное высказывание:** повествовательное предложение или фраза, описывающая предметы или людей в ситуации, или деятельность,

возникшую во время взаимодействия (например: ты строишь грузовик; ты сидишь тихо)

**Высказывание** – отражение: повествовательное предложение или фраза, которая следует сразу за высказыванием \ вербализацией ребенка и повторяет его\ее. Это могут быть точно те же слова, что и сказал ребенок, или фраза может быть несколько усовершенствована. При этом основное содержание должно оставаться таким же, что и в тексте ребенка (например: РЕБЕНОК: я нарисовал большой квадрат. Родитель: Ты нарисовал большой квадрат внутри этого большого круга)

**Общая похвала:** неспецифическая вербализация, выражающая одобрение по поводу действий, результатов деятельности или качеств, черт, свойств ребенка. (Например: чудесно, отлично, великолепно, здорово сделал(а) и т.п.)

**Конкретная похвала:** любая специфическая вербализация, выражающая одобрение по поводу действий, результатов деятельности или качеств\черт\свойств ребенка (Например: ты построил потрясающий дом. У тебя красивая улыбка).

**Вопрос:** Описательный или отражающий комментарий, выраженный в форме вопроса (Например: это домик?)

**Критическое высказывание:** высказывание, которое обнаруживает недостатки в совершении каких-либо действий, результатах деятельности ребенка или в связи с проявлением каких-либо качеств \ свойств ребенка (Например: Ты капризничаешь; Это неаккуратный рисунок; или скрытая форма, в виде недирективного высказывания. Например: Давай достроим этот домик, чтобы он был большим и красивым).

**Прямое указание (команда):** Ясно сформулированный и изложенный приказ, требование или указание, выраженные в декларативной форме. Высказывание должно быть достаточно конкретным, чтобы определить, какое именно поведение ожидается от ребенка (Например: положи руки на колени; пожалуйста, положи этот синий кубик сюда).

**Непрямое указание (команда):** неконкретный, выраженный в форме намек (подразумевающий нечто) или вопроса приказ. Требование или указание. Предполагающие поведенческий ответ (Например: положи сюда, ладно? Вася! Давай-ка уберем игрушки!)

**Плохое поведение:** плач (нечленораздельное высказывание \ выражение дистресса \ горя \ огорчения); крик (громкая речь, крики, вопли, громкий плач); нытье (слова, произнесенные фальцетом, в нос, растянуто; скомкано); наглая, издевательская, оскорбительная или неуважительная речь. (Например: Дура(к)!, Нет!, Ненавижу тебя! С какой стати?, Ну вот еще!, Щас!), разрушительное поведение (уничтожает, разрушает или пытается разрушить любой предмет: например: кидает кубики в стену, стучит игрушкой по столу, ударяет по коробке с игрушками), физическая агрессия: (физически атакует или пытается атаковать родителя: бьет, шлепает, кусает, щиплется, кидает что-либо в родителя, хватается за волосы, выкручивает пальцы, наступает на ноги).

**Игнорирование:** Родитель молчит, поддерживает нейтральное выражение лица, избегает зрительного контакта с ребенком, отворачивается и не делает никаких движение в сторону ребенка.

**Отвечает на (негативное поведение ребенка):** любые вербальные или невербальные реакции родителей, как следствие плохого поведения со стороны ребенка.

**Отсутствие возможности выполнить:** У ребенка нет шанса выполнить команду (например: команда смутная и неясная; требуемое поведение выходит за рамки компетентности ребенка; родитель быстро повторяет команду; родитель быстро дает другую команду, в то время, как ребенок еще выполняет предыдущий запрос; родитель осуществляет требуемое поведение за ребенка).

**Послушание:** ребенок повинуется, начинает повиноваться или пытается повиноваться прямой или непрямой команде родителя в течение трех секунд (например: Родитель: нарисуй человека, Ребенок: (тут же начинает рисовать лицо)).

**Непослушание:** Ребенок не начинает повиноваться прямой или не прямой команде родителя (то есть: игнорирует родителя, отказывается повиноваться, сам начинает давать команды, делает наоборот, отлынивает, спорит) в течении трех секунд.

### Список типов поведения ребенка Айберга

Ваше имя: \_\_\_\_\_

Имя ребенка: \_\_\_\_\_

Кем Вы приходитеесь ребенку? \_\_\_\_\_

Возраст ребенка: \_\_\_\_\_

Дата заполнения: \_\_\_\_\_

Дата рождения ребенка: \_\_\_\_\_

**Инструкция:** Ниже Вы увидите список фраз, описывающих поведение детей. Пожалуйста:

1. Обведите цифру, соответствующую тому, как часто в настоящее время Ваш ребенок ведет себя таким образом.
2. Для того, чтобы сообщить, является ли для Вас на сегодняшний день такое поведение ребенка проблемой, обведите «да» или «нет».

		Как часто Ваш ребенок ведет себя таким образом?					Это проблема для Вас?	
		Никогда	Редко	Иногда	Часто	Всегда	ДА	НЕТ
1.	Тянет время при одевании	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
2.	Бездельничает или тянет время, когда ест	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
3.	Плохо ведет себя за столом	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
4.	Отказывается есть то, что ему предлагают	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
5.	Отказывается выполнять свои ежедневные обязанности, когда его об этом просят	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
6.	Медленно готовится ко сну	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ
7.	Отказывается вовремя	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ

	ложиться спать								
8.	Отказывается подчиняться, пока ему не начнут угрожать наказанием	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
9.	Не подчиняется правилам, существующим в доме	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
10.	Не слушается, ведет себя дерзко и вызывающе. Когда его просят что-нибудь сделать	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
11.	Спорит с родителями по поводу правил	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
12.	Злится, когда не добивается своего (чтобы все было, как он хочет)	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
13.	Демонстрирует вспышки раздражения	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
14.	Дерзок с родителями	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
15.	Хнычет	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
16.	Легко плачет	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
17.	Кричит или визжит	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
18.	Бьет родителей	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
19.	Ломает игрушки и другие предметы	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
20.	Неаккуратно обращается с игрушками и другими предметами	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
21.	Ворует	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
22.	Врет	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
23.	Дразнит или провоцирует других детей	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
24.	Ссорится, ругается с друзьями своего возраста	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
25.	Ссорится, ругается с сестрами, братьями	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
26.	Дерется с друзьями	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
27.	Дерется с братьями, сестрами	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
28.	Постоянно требует, ищет внимания	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
29.	Перебивает	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
30.	Легко расстраивается	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
31.	Плохо удерживает	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	

	внимание								
32.	Не может довести дело до конца (выполнять задачи до конца)	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
33.	С трудом развлекает себя сам	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
34.	С трудом концентрируется на чем-то одном	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
35.	Слишком активный или беспокойный, неугомонный	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	
36.	Энурез	1	2 3	4	5 6	7	ДА	НЕТ	

### **Инструкция по использованию ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ**

**Первая встреча** (знакомство) проходит без ребенка. Родителям дается тест Айберга.

По тесту просят выбрать самые значимые 3-4 проблемы, которые являются наиболее значимыми на данный момент.

Все обведенные цифры суммируются и если **сумма баллов - 120 и более, а проблем – 11 и более**, предлагается методика **«Игровая терапия»**.

В этом случае родителям дается описание методики (это поведенческие реакции). Руководство дается для изучения дома, на следующую встречу, родитель приходит с ребенком.

На консультации ребенок принадлежит родителю, психолог не уделяет времени отдельно ребенку.

На первом занятии родителя учим.

**На втором** занятии приготовить игрушки и предложить родителю убрать игрушки, которые, вызывают отрицательные ассоциации.

**Инструкция родителям: «Скажите ребенку, что он может поиграть».**

Психолог ведет протокол и следит за речью родителя. Если родителей двое, играют по очереди.

Общее время игры – **5 минут**.

Далее в позитивной форме беседуем с родителем и анализируем игру. По необходимости даем дополнительно **2 минуты** игрового времени, а психолог, находясь рядом с родителем, сопровождает его в игровой ситуации.

## Как давать прямые указания

### Руководство для родителей

Правило	Объяснение	Примеры
<p>Давайте прямые, ясные указания. Не давайте косвенных, уклончивых указаний.</p>	<p>Снимает любую неясность относительно того, ожидает ли родитель послушания от ребенка. Делает ясным, что задачу должен выполнить <i>ребенок</i>, а не родитель</p>	<p>Прямое: сядь здесь. Непрямое: ты бы не хотел присесть? Прямое: собери свои игрушки. Непрямое: давай <i>соберем</i> твои игрушки, хорошо?</p>
<p>Давайте отдельные и короткие указания. Не давайте составных, сложных указаний.</p>	<p>Ребенку <i>проще следовать</i> коротким указаниям, а не огромным, которые могут казаться невыполнимыми. Некоторые дети не могут <i>запомнить</i> указания, состоящие из нескольких частей. У ребенка появляется больше возможностей заработать похвалу.</p>	<p>Положи свою футболку в шкаф (а не ... Уберись в комнате)  Надень пижаму, почисти зубы, сходи в туалет (а не ... Приготовься ко сну)</p>
<p>Давайте <i>позитивные</i> указания. Говорите ребенку, что ему <u>делать</u>, а не что ему <u>не делать</u>.</p>	<p>Дети с негативизмом, гастроэнные оппозиционно по отношению к родителям противятся указаниям. Начинающимся с «прекрати» и «не» Вместо этого скажите ребенку, что он(а) может сделать.</p>	<p>Ребенок: (сидит на кухонном столе) Родитель: Слезь пожалуйста, а не ... Не залезай на кухонный стол! Ребенок: (Шумно играет в мяч дома) Родитель: Пожалуйста, возьми книгу и почитай (а не ... Прекрати стучать этим мячом!) Ребенок: (убегает от родителя) Родитель: Возьми меня за руку (а не... Не убегай от меня!)</p>
<p>Давайте <i>конкретные</i> указания. Не давайте смутных, неясных указаний.</p>	<p>Позволяет ребенку знать, что от него в точности ожидают. Убирает замешательство и путаницу. Позволяет проще определить, слушается ли ребенок.</p>	<p>Говори обычным голосом, тише, (а не... Веди себя прилично) Пожалуйста, иди медленней, а не ... Давай ты будешь хорошим мальчиком! Подожди своей очереди (а не</p>

		... Играй как положено)
Используйте нейтральный тон голоса. Не умоляйте и не кричите.	Детям необходимо научиться – реагировать на указания, даваемые обычным разговорным тоном. Делает коммуникацию более приятной как для родителя, так и для ребенка.	Подойди и сядь рядом со мной (а не... «Сядь здесь сейчас же!») Или « Ну Васенька, ну пожалуйста, давай сделаем маме приятное, и ты сядешь воот тууут??»
Будьте вежливы и проявляйте уважение, продолжая при этом давать ясные и последовательные указания.	Делает взаимодействие более приятным. Моделирует хорошие социальные навыки. С меньшей вероятностью вызывает непослушание у ребенка, настроенного оппозиционно по отношению к родителям.	Передай мне мелок, пожалуйста.  Пожалуйста, сядь рядом со мной.
Используйте директивные указания в случае, если вы уверены, что ребенок может выполнить то, что вы ему говорите сделать.	Нечестно наказывать за непослушание, если ребенок был не способен повиноваться. Чтобы вдохновить ребенка на пробы и эксперименты используйте недирективные указания или просто предложите сделать что-либо.	Нарисуй картинку (а не ... «Нарисуй знак «стоп»)  Ты бы хотел(а) попробовать подписаться под этой картинкой (а не ... «Напиши свое имя»)
Не давайте слишком много директивных указаний	Ни взрослые, ни дети не любят, когда им постоянно говорят, что делать. Если родители дают много указаний, детям сложно следовать все указаниям, а родителям выполнять всю последовательность действий, связанных с наказанием или поощрением.	
Сделайте так, чтобы послушание и непослушание <i>всегда</i> приводило к одним и тем же последствиям.	Это самый быстрый способ научить маленьких детей лучше слушаться Послушание не должно восприниматься как подарок. Последовательность в обеспечении последствий того или иного поведения – наиболее мощный инструмент улучшения поведения ребенка.	Родитель: Передай мне твою бумагу Ребенок: (передает бумагу) Родитель: Спасибо, что сделал то, о чем я попросил. Ты хороший помощник. Ребенок: (не передает бумагу родителю) Родитель: у тебя есть выбор. 2 варианта: ты можешь передать мне бумагу или сесть на тайм-аут.
Используйте указания, связанные с выбором, со	Способствует развитию автономии и способности	Пожалуйста, или смотри телевизор или рисуй тихо.

старшими школьниками	принимать решения. Не отнимает «власть» у детей, которые склонны бороться за «власть».	Пожалуйста, надень свои белые или голубые носки. Говори тише или иди играть во двор.
Давайте короткие указания	Дети, которые просят объяснений, обычно хотят скорее добиться промедления, чем получить ответ.  Используйте объяснения до дачи указания, чтобы предотвратить споры.	Родитель: Отложи карандаши. Ребенок: Почему? Родитель: Потому что нам пора собираться и уходить Ребенок: Когда я закончу Родитель: Я сказал(а) немедленно убери карандаши! А лучше: Родитель: Время для игр закончилось, теперь нам пора собираться и идти в магазин. Пожалуйста, убери свои карандаши. Ребенок: Почему? Родитель: (игнорирует попытку ребенка получить отсрочку, потому что объяснения уже были даны).

### Объясняйте четко и понятно

<b>Фраза:</b>	<b>Проблема:</b>	<b>Как надо:</b>
Сережа, ты приберешь все бумаги?	Подразумевается выбор.	Сережа, прибери, пожалуйста бумаги.
И почему ты никогда не слушаешься, когда тебе первый раз объясняют?	Вопрос, на который невозможно ответить. Избегайте замысловатых фраз.	Тебе нужно слушать, когда учитель первый раз что-то объясняет.
Хорошо, ребята. Пора вернуться к заданию. Откройте страницу 5 учебника и найдите описание опыта, который мы будем ставить. Все материалы находятся на задней стойке. Когда завершите опыт, можете начинать делать математику, но сначала сдайте сделанную работу.	Слишком много заданий за один раз.	Дайте время, например, 5-10 секунд, между озвучиванием каждого предыдущего и следующего задания.
Хочешь остаться на перемену?	Эмоционально высказанная угроза может спровоцировать многих учащихся с СДВГ.	Если ты не завершишь работу, то лишишься перемены.

Пожалуйста, замолчите! Тихо!	Слишком эмоционально.	Сохраняйте спокойствие. Используйте невербальные знаки, чтобы призвать учеников к поддержанию тишины.
---------------------------------	-----------------------	---

### Похвала

Неэффективная:	Эффективная:
Твоя парта всегда должна быть такой чистой.	На парте ни пятнышка!
Наконец-то ты выучил то, что было задано на дом.	Меня радует, что ты выучил то, что было задано на дом.
Надеюсь, ты можешь всегда убирать вещи так, как убрал сейчас.	Так удобно, когда ты вовремя убираешь вещи!
Только что Сережа тебя дразнил – и ты не обратил на это внимания. Остается надеяться, что ты не начнешь его дразнить, когда я выйду из класса.	Молодец, ты приложил грандиозные усилия, чтобы не обращать внимания на дразнилки Сережи.
Почему ты не можешь всегда наводить такой порядок на своей парте?	Какой замечательный порядок на твоей парте.

### Целенаправленная похвала

- Часто хвалите учащихся.

- Для достижения наибольшего эффекта хвалите *целенаправленно* (указывайте на поведение, которое желаете стимулировать) и *не преувеличивайте, не балуйте*.

### Протокол занятия с использованием игровой терапии

Дата: \_\_\_\_\_

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Кем приходится взрослый ребенку: \_\_\_\_\_

Описание желательного поведения:

Отражение желательной речи:

Имитация желательной игры:

Похвала желательного поведения:

- Общая: \_\_\_\_\_

- Конкретная: \_\_\_\_\_

Критика:

Вопросы:

Указания:

## ПРИЛОЖЕНИЕ 6.1.

### МЕТОДИКА "ЧЕТЫРЕ ПЕРСОНАЖА"

Методика "Четыре персонажа" может быть использована не только в индивидуальном, но и в семейном консультировании. В этом случае надо предложить нарисовать в виде четырех персонажей не только себя, но и других членов семьи (супруга, детей, родителей). Затем можно сравнить и обсудить полученные рисунки по принципу "я — в своих глазах" и "он — моими глазами".

Эта методика отличается от других рисуночных методик. В ходе работы по стандартной методике, например, "Рисунок человека", выводы о проблемах и личностных особенностях базируются на допущении, что, рисуя "человека вообще", испытуемый неосознанно приписывает ему свои особенности, отождествляя его с собой.

В методике "Четыре персонажа" инструкции прямо говорят: "Изобразите себя в образах четырех персонажей — растения, животного, неодушевленного предмета и человека. Мы не оцениваем художественные способности и портретное сходство, а хотим лучше понять Вас и Ваши переживания. Рисунок человека не обязательно должен быть Вашим автопортретом — Вы можете изобразить человека любого пола и возраста, в любом историческом времени. Главное — чтобы он наилучшим образом выражал важные для Вас особенности".

Такая инструкция позволяет исследовать самопредъявление и самопознание человека, поскольку он вынужден выделять наиболее существенные для него самого черты.

При обсуждении задания необходимо задать вопросы "Что это такое?" и "Что общего между Вами и этими персонажами?".

Напоминаем, что самое значимое изображение окажется наиболее крупным по линейным размерам, усиленный нажим или штриховка связаны с тревожностью относительно тех или иных деталей рисунка.

Перейдем к краткой интерпретации основных типов рисунков, которые чаще всего встречаются в нашей практике. В качестве наиболее существенных признаков самого себя люди обычно выделяют:

- 1) особенности личности, черты характера;
- 2) пристрастия и интересы ("люблю спорт", "ненавижу жадность");
- 3) психические состояния (печаль, страх, надежда и т. д.);
- 4) описание ситуаций, в которых человек оказался ("меня все бросили", "обманули", "это несправедливо").

Заметим, что изображение по типу 1) и 3) есть результат обращения к самому себе, описания того, "какой я", а описания по типу 2) и 4) смещают центр тяжести во внешний мир, на внешние объекты, отношения к человеку других людей. Человек, избравший способ самопредъявления по типу 2)/4), мыслит себя как результат действия внешних сил, а свое психическое благополучие связывает с наличием или отсутствием конкретных внешних объектов. Часто чрезмерно суженный способ самопонимания сам по себе является источником психологических проблем.

*На рисунке мужчины (рис. 1) изображены "собака бездомная, брошенная, которая больше никому не нужна", "высохший цветок, который пора выбросить", "фонарь, который светит в темном углу двора, там его свет никому не нужен", "я сам в виде шаржа".*

*Предметом его обращения к психологу было то, что после развода с женой, которая ушла от него и вышла замуж за другого человека, он "потерял смысл жизни, уверенность в себе" и просил помочь ему "вернуть жену". Он утверждал, что "не будет чувствовать себя человеком, пока этого не добьется". Можно сказать, что он исключал возможность самоуважения в*

*ситуации, когда его бросили. С его точки зрения, только устранение самой ситуации, а не изменение отношения к ней и к самому себе могло ему помочь.*

Самовосприятие людей по типу 1)/3), наоборот, имеет точкой отсчета то или иное внутреннее состояние и распространяет его на внешний мир. Такие люди не считают, что изменение внешней обстановки или окружения может им чем-то помочь, поскольку не связывают свои состояния с внешними стимулами. Иногда подобная избирательная "слепота" сама по себе служит источником препятствий на пути к самопознанию, поскольку такие люди отказываются от изменений внешней обстановки и среды. Более того, само начало активных действий они связывают с тем моментом, когда какое-либо состояние у них "пройдет". Это чрезвычайно затрудняет для них выход из кризисных ситуаций, так как они занимают пассивно-выжидательную позицию, считая улучшение своего состояния функцией не своих действий, а, скорее, времени ("время — лучший лекарь"), не хотят видеть связь между собственными переживаниями и внешними событиями, воспринимая свои эмоциональные реакции, в лучшем случае, как независящие от них "особенности организма".

*За консультацией обратилась женщина с жалобами на слезливость, слабость, подавленность, длящиеся уже четыре месяца и возникшие "без всяких причин". Обнаружив в ходе обсуждения рисунка (рис. 2), что она не может связывать внешние события и свои переживания, мы переформулировали вопрос: "Перечислите основные события Вашей жизни в течение последних шести месяцев". Оказалось, что за это время от женщины ушел муж, единственный сын ушел служить в армию, заявив ей, что когда отслужит, то вернется не к ней, а к бабушке в Кострому. Он сказал матери, что "не собирается ни дня жить под крышей дома, где столько лет царила ложь", осуждая мать за то, что она скрывала от него измены отца, и добавив, что*

*из армии он писать матери не будет. И действительно, за четыре месяца после отъезда сына мать не получила от него ни одного письма. На вопрос, не считает ли она все эти события достаточными для возникновения*

*испытываемых состояний она удивленно сказала: "Я считала, что нервные расстройства возникают после перенесения тяжелых заболеваний, например воспаления легких или гриппа, а у меня со здоровьем все в порядке, я ничем не болела" — и принялась пересказывать статью из журнала "Здоровье", где автор, с которым она была совершенно согласна, связывал депрессивные переживания исключительно с физическим состоянием организма.*

*Основной трудностью в работе с подобными людьми является то, что всего многообразия своей личности они как бы не замечают и отождествляют себя только лишь с одним психическим состоянием. Возникает замкнутый круг: в своем стремлении к самоидентификации их личность бессознательно поддерживает именно то состояние, которое сознательно человек хочет преодолеть. В этом и подобных ему случаях все рисунки выражают одну и ту же идею, в данном случае — одиночества, ненужности и брошенности.*

*Свой рисунок женщина комментирует так: "Пингвин, одинокий, отстал от своей семьи, заблудился на холоде", "Сломанный цветок", "Расческа с выломанными зубьями, уже никому не нужна, пора выбрасывать", "Мое лицо со слезами — плачу..."*

Внешне обе ситуации сходны, психические переживания также похожи, но работать с ними нужно в прямо противоположных направлениях. Ведь если в первом случае человек ставит нереалистические задачи во внешнем плане ("вернуть жену, которая замужем за другим человеком"), то во втором женщина нереалистично относится к своему внутреннему миру, считая его независимым от внешних событий.

Обобщая, можно сказать, что если все рисунки выражают одну и ту же идею, то это свидетельствует о сужении внутриличностного пространства и временной перспективы. Но чаще рисунки все же относятся к разным аспектам личностных проявлений.

Встречаются случаи, когда все четыре рисунка также посвящены "одной теме", но такой, которая должна представить человека в наилучшем свете. Это

встречается у людей, которые, опасаясь столкнуться лицом к лицу со своими проблемами, тратят огромное количество энергии на наработку "фасада": внешнего благосостояния, благополучия или оригинальности и исключительности. Чаще всего это связано с инфантильно-эгоцентрическим способом решения проблем своего развития.

*На рис. 3, который рисовал мужчина 38 лет с жалобами на проблемы во взаимоотношениях с женой, представлены четыре варианта его образа "Я": "Золотая рыбка" — у меня 16 аквариумов, я развожу рыбок и продаю их на Птичьем рынке — очень прибыльное дело. "Тюльпан" — я их тоже развожу, продаю как сами по себе, так и луковицы. Так что живем мы богато — жена может покупать себе все, что захочет. Машина: недавно отечественную машину поменял на иномарку. Вот она — чтобы солидной было. А это я — с бородой, бороду отпустил недавно: обеспеченный человек должен выглядеть представительно". Установки говорят сами за себя и в комментариях не нуждаются.*

*Другой вариант наработки "фасада" — через предъявление своей исключительности — представлен на рис. 4, выполненном 26-летней журналисткой, жалующейся на творческий кризис, неспособность писать на "банальные" темы, которые ей предлагают в редакции.*

*В силу этого она вообще перестала что-либо писать, и у нее ухудшились отношения в коллективе.*

*На рисунке мы видим: "Сансевьера — растение, о котором мало кто знает, что оно цветет даже в комнатных условиях. Например, у меня в квартире. Розовый фламинго — мало кто знает, что эта редкая птица прилетает гнездиться в низовьях Волги, откуда я родом. Чайник — я умею делать такой чай из 11 трав, что никто не может разгадать рецепт. А это я в ванне. Смотрите, какой коврик. Недавно себе купила за бешеные деньги".*

Из рисунка журналистки и беседы с ней следует, что "вынужденное" творческое бездействие на самом деле ей выгодно, поскольку это способ заставить коллег уступать ее требованиям, принимая в расчет ее представление

о собственной исключительности.

Совсем о другом говорит попытка объединить все четыре изображения одним целостным сюжетом. Обычно так рисуют люди, склонные к самопознанию и стремящиеся к осознанной личностной интеграции. Тогда мы видим как бы один рисунок, включающий сюжетную сцену "с участием" растения, животного, предмета и человека, выражающих различные аспекты собственного "Я".

*На рисунке студента педвуза, жалующегося на трудности общения со сверстниками, изображена тюремная стена с зарешеченным окошком (неодушевленный предмет) — "это стена внутри меня, которой я сам себя отгородил от людей" (рис. 5). Из-за нее во внутреннее пространство заглядывает лицо в профиль — "человек — это я сам пытаюсь заглянуть внутрь себя". На переднем плане — баран ("у меня прозвище — "Баран"), который щиплет дерево ("оно вынуждено страдать, потому что никуда не может уйти из своей тюрьмы").*

Перейдем к описанию символических значений отдельных классов изображений.

**ЖИВОТНОЕ.** Рисунок животного выражает бессознательное отношение к проявлениям витальности\*.

**1. Домашние животные.** Выбор их для самопредставления свидетельствует о тенденции "приручить" свою жизненную энергию.

- ✓ **"Собака"** — тенденция к зависимости, подчинению. Часто отождествляется на житейском уровне с верностью и служением.
- ✓ **"Кошка"** — потребность в тактильном контакте, самоизоляции, предпочтение несловесного взаимодействия словесному.
- ✓ **"Птицы в клетках" и "рыбы в аквариумах"** — тенденции к подавлению сигналов своего тела, самоподавлению, стремление к подчинению себе своей витальности, нередко с оттенком самолюбования.
- ✓ **"Корова"** и другие "полезные" животные, служащие источником

питания — отождествление себя с ролью "кормильца" или "кормилицы", стремление давать больше, чем получать, оставляя окружающих с ощущением вины, в роли должников (часто неосознанное).

✓ **"Вьючные животные"** — при негативном отношении к персонажу — "на мне все ездят". Тенденция к обвинению окружающих, маскирующая неспособность взять ответственность за свою жизнь на себя, предоставление другим права решать за себя с последующим предъявлением претензий за это. При позитивном отношении — восприятие своей витальности и телесности как источника энергии и силы.

2. **Дикие животные.** Их образы могут быть выбраны по разным основаниям.

✓ **Выбор конформного\*\* образа.** Например, "голубь — символ мира, а я очень добрый человек". Это свидетельствует об отказе от

✓ **Выбор "презираемых", подземных и ночных животных** — представление о витальности как средоточии всего негативного и отрицаемого в себе (мыши, крысы, черви, пауки и др.).

✓ **Опасные животные (скорпионы, волки и др.),** символизирующие угрозу жизни для человека, — восприятие своей витальности как непредсказуемой, угрожающей. Тенденции к самоподавлению.

✓ **Животные, символизирующие силу, власть или особые способности (слоны, львы, орлы и др.)** — восприятие своей витальности как источника позитивной энергии, особых ресурсов и силы.

✓ **Животные — сказочные герои** интерпретируются в соответствии с тем пониманием роли персонажа, которое есть у человека.

✓ **Стилизованные и фантастические животные** — персонажи книг и мультфильмов (Винни-Пух, Чебурашка, Микки Маус и т.д.) — отказ от анализа проблем своей витальности.

✓ **Изображение конкретных животных, принадлежащих человеку.**

Они интерпретируются в соответствии с теми потребностями, которые он

удовлетворяет в контакте с данным животным. Следует помнить, что человек, заводящий домашнее животное, удовлетворяет в общении с ним те потребности, которые не может, с его точки зрения, удовлетворить в контакте с окружающими людьми.

**РАСТЕНИЕ.** В общем случае этот персонаж отражает отношение человека к процессу своего развития, роста и его отдельным фазам; способность использовать ресурсы, имеющиеся в наличии, без необходимости смены ситуации (растение не способно к передвижению); степень привязанности к собственному прошлому (растение с корнями или срезанное).

1. *Выбор конформного символа* ("береза — символ женственности", "мимоза — мой любимый праздник — Восьмое марта"). Отказ от анализа проблем своего развития и личной истории.

2. *Комнатные растения в горшках* — отрицание возможности выхода из конкретной семейной, чаще всего — детскородительской, ситуации.

3. *"Полезные" растения (овощи, фрукты, продукты питания)* — идентификация с ролью "кормильца" или "кормилицы".

4. *Букет в вазе* — интерпретируется в зависимости от отношения человека к изображаемому ("бедные растения, сорвали, скоро они увянут" или "прекрасный букет, который принесли мне в подарок"). Может отражать отношение человека к перемене ситуации ("отрыву от корней"), выходу из детско-родительских отношений.

5. *Деревья с висящими плодами* — отождествление с родительской ролью и желание "остановить" процесс отделения своих детей.

6. *"Колючие" растения (кактус, чертополох и др.)* — агрессивные тенденции, восприятие своего развития как наращивания средств обороны от мира.

7. *Растение без верхушки* — чувство неопределенности будущего.

**НЕОДУШЕВЛЕННЫЙ ПРЕДМЕТ.** В общем случае символизирует то, что лишено признаков витальности с точки зрения человека, "не может

умереть", выражает стабильность или является предметом потребности. Иногда в качестве дополнительного вопроса можно предложить представить этот предмет живым и описать его жизнь. Неодушевленный предмет может символизировать то, что человек связывает с переживаниями стабильности и определенности в себе. С предметом также может связываться символ постоянства и верности, поскольку он не может "бросить" владельца по своей воле.

**ЧЕЛОВЕК.** Если человек изображает себя персонажем иного пола, возраста или исторической эпохи, то это свидетельствует о наличии таких его особенностей и потребностей, которые не находят отклика в его нынешней ситуации.

Напомним, что во всех случаях необходим опрос испытуемого для уточнения значений рисунков.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 6.2.

### **36 вопросов, которые приводят к любви**

Задание дается родителям на дом, обсуждение в группе по необходимости.

Цель – гармонизация отношений в паре.

20 лет назад психолог Артур Арон провел в своей лаборатории нехитрый эксперимент. Он предложил незнакомым ранее мужчине и женщине вместе ответить на 36 вопросов. Затем им нужно было молча смотреть друг другу в глаза в течение 4 минут.

Спустя полгода участники эксперимента были готовы пожениться.

Вот список вопросов, ответы на которые заставляют открыться и показать свои зоны уязвимости, что способствует сближению.

1. Выбирая из всех в мире, кого бы вы пригласили в гости на обед?
2. Хотели бы вы быть знаменитым? В какой области?

3. Прежде чем сделать телефонный звонок, вы когда-нибудь репетируете, что собираетесь сказать? Почему?
4. Каким вы представляете идеальный день?
5. Когда вы в последний раз пели наедине с собой? А для кого-то другого?
6. Если бы вы могли жить до 90 и сохранить либо разум, либо тело 30-летнего в последние 60 лет, что бы вы выбрали?
7. У вас есть тайное предчувствие о том, как вы умрете?
8. Назовите три общие черты, которые есть у вас и у вашего партнера?
9. За что в вашей жизни вы чувствуете наибольшую благодарность?
10. Если бы вы могли изменить что-либо в процессе своего воспитания, что бы это было?
11. За 4 минуты расскажите вашему партнеру, историю своей жизни настолько подробно, насколько это возможно.
12. Если бы вы могли проснуться завтра, приобретя качество или способность, то какое, какую?
13. Если бы хрустальный шар мог рассказать вам правду о вас, о вашей жизни. О будущем или о чем-нибудь еще, что бы вы хотели узнать?
14. Есть ли что-то, что вы мечтали делать в течение длительного времени? Почему вы не сделали этого?
15. Каково наибольшее достижение вашей жизни?
16. Что вы больше всего цените в друзьях?
17. Каково ваше самое заветное воспоминание?
18. Самое страшное воспоминание?
19. Если бы вы знали, что в течение одного года вы внезапно умрете, вы бы изменили что-нибудь в вашей текущей жизни? Почему?
20. Что значит дружба для вас?
21. Какую роль любовь и привязанность играют в вашей жизни?
22. По очереди назовите положительные характеристики вашего партнера. В общей сложности 5 пунктов.

23. Насколько близки члены вашей семьи? Считаете ли вы, что ваше детство было счастливее, чем у большинства других людей?
24. Что вы думаете, о ваших отношениях с матерью?
25. Составьте по три правдивых предложения, начинающихся с «мы». Например, «Мы оба в этой комнате чувствуем...».
26. Продолжите эту фразу: «Мне бы хотелось разделить с кем-нибудь...»
27. Если бы вы собирались стать близким другом для вашего партнера, пожалуйста, расскажите, что по вашему мнению, он должен знать о вас?
28. Расскажите своему партнеру, что вам нравится в нем; будьте предельно честным, говорите то, что вы не могли бы сказать малознакомому человеку.
29. Поделитесь с вашим партнером неприятным моментом из вашей жизни.
30. Когда и отчего вы в последний раз плакали?
31. Расскажите своему партнеру о том, что вам уже нравится в нем.
32. Что слишком серьезно, о чем шутки неуместны?
33. Если бы вы должны были умереть в тот вечер, не имея возможности общаться с кем-либо, о чем, не сказанном кому-то, вы больше всего жалели бы? Почему вы еще не сказали им этого?
34. Ваш дом со всем вашим имуществом загорелся. После спасения близких и домашних животных у вас есть время, чтобы забежать в дом еще раз и спасти какую-то одну вещь. Что бы это могло быть? Почему?
35. Смерть кого из ваших членов семьи задела бы вас больше всего? Почему?
36. Поделитесь личной проблемой и посоветуйтесь с вашим партнером о том, как он или она справились бы с этим. Затем попросите партнера рассказать о том, что он думает по поводу вашего выбора проблемы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 7.1.

**Медитация с шариком (Эрика Осипук)**

Возьмите шарик, это ваше терпение. Прокатите его в океане житейской мудрости. Познакомьте его с дорогами Вашей жизни. Придайте ему твердую основу. Передайте ему свое тепло. А теперь бросьте его в чашу терпения (со словами благодарности, с чувством *достоинства (бесконечной любви к детям)*).  
*И по кругу передается чаша с водой по часовой стрелке.*

Пусть эта чаша не переполнится никогда и помогает всем, кто встречается у вас на пути. *(Затем шарики промыть под сточной водой)*

ПРИЛОЖЕНИЕ 9.1.

«Язык принятия», или «Поддерживающий родитель»	«Язык непринятия», или «Критикующий родитель»
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка поступка, а не личности.</li> <li>- Похвала.</li> <li>- Compliment.</li> <li>- Временный язык.</li> <li>- Ласковые слова.</li> <li>- Поддержка.</li> <li>- Выражение заинтересованности.</li> <li>- Сравнение с самим собой.</li> <li>- Одобрение.</li> <li>- Согласие.</li> <li>- Позитивный телесный контакт.</li> <li>- Улыбка.</li> <li>- Контакт глаз.</li> <li>- Доброжелательные интонации.</li> <li>- Эмоциональное присоединение.</li> <li>- Поощрение.</li> <li>- Выражение своих чувств.</li> <li>- Отражение чувств ребенка.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отказ от объяснений.</li> <li>- Негативная оценка личности.</li> <li>- Сравнение не в лучшую сторону.</li> <li>- Постоянный язык.</li> <li>- Указание на несоответствие родительским ожиданиям.</li> <li>- Игнорирование.</li> <li>- Команды.</li> <li>- Приказы.</li> <li>- Подчеркивание неудачи.</li> <li>- Оскорбление.</li> <li>- Угроза.</li> <li>- Наказание.</li> <li>- «Жесткая мимика».</li> <li>- Угрожающие позы.</li> <li>- Негативные интонации.</li> </ul>

ПРИЛОЖЕНИЕ 10.1.

НЕИНФОРМИРОВАННОСТЬ

НЕСПОСОБНОСТЬ ВЫРАЖАТЬ СВОИ ЧУВСТВА И РАСПОЗНАВАТЬ ИХ.

ОТЫГРЫВАНИЕ АФФЕКТОВ ВО ВНЕ. ТРУДНОСТИ С САМОРЕГУЛЯЦИЕЙ (ГНЕВ И АГРЕССИЯ).

НЕСПОСОБНОСТЬ ПОДДЕРЖИВАТЬ САМООЦЕНКУ.

ДЕФИЦИТ ЗАБОТЫ О СЕБЕ.

ТРУДНОСТИ ПЕРЕХОДА ПОДРОСТОК-ВЗРОСЛЫЙ.

СЕМЬЯ. РОЛЬ СЕМЬИ.

БИОЛОГИЧЕСКАЯ. ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ.

ПРИЛОЖЕНИЕ 13.1.

*Анкета «Семейные роли».*

**Инструкция:** Впишите имена членов Вашей семьи и отметьте количеством звездочек, насколько перечисленные роли характерны для каждого из них: \*\*\* - его (ее) постоянная роль; \*\* - довольно часто он (она) это делает; \* - иногда это относится к нему.

Некоторые из упомянутых ролей не свойственны Вашей семье или никогда не исполняются тем или иным ее членом; в этом случае оставьте графу пустой. Возможно, в Вашей семье есть свои уникальные роли, отсутствующие в общем списке, - допишите их.

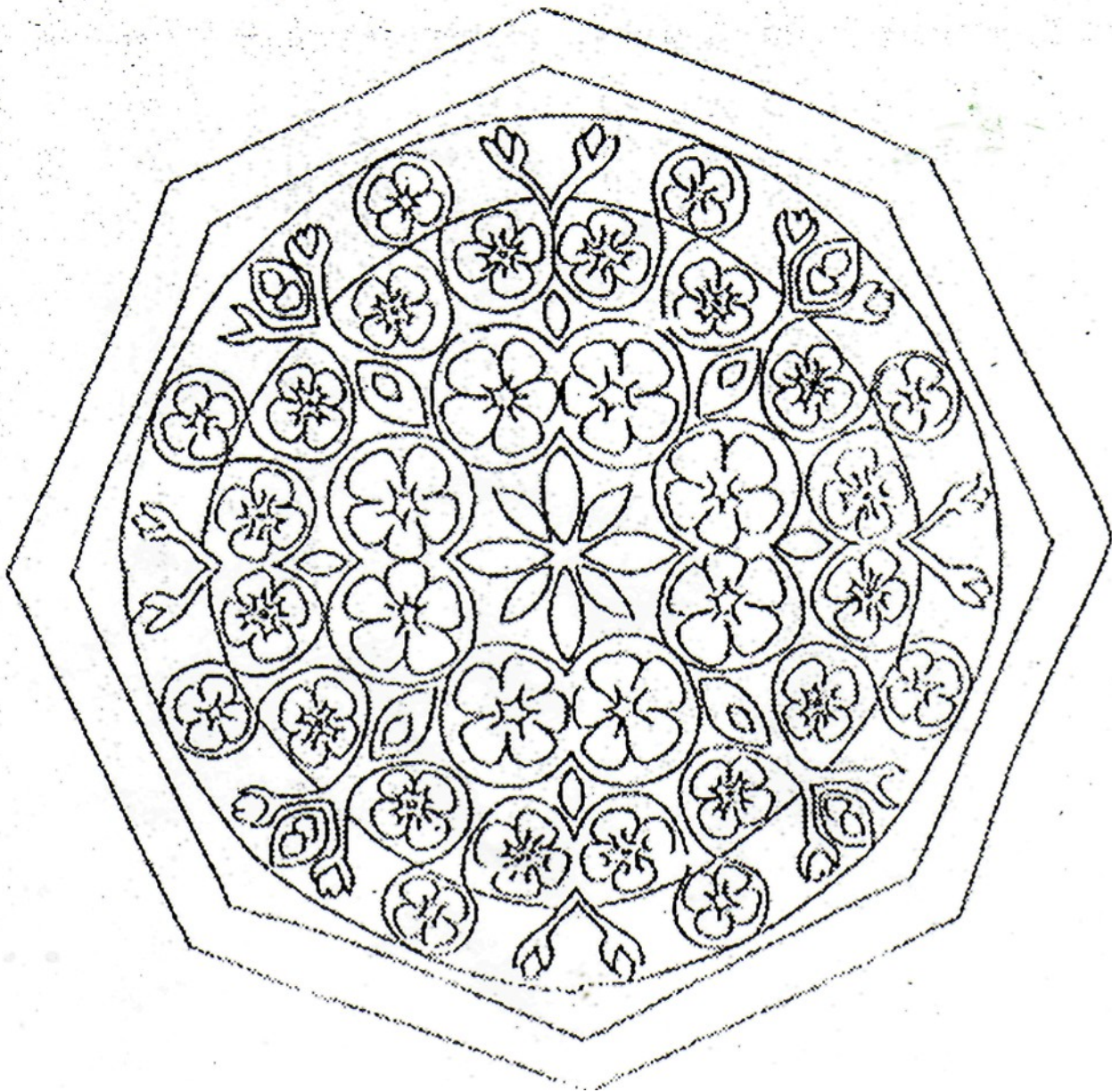
Затем среди всего списка выделите три роли, которые Вы считаете наиболее важными для жизни семьи.

РОЛИ:	ИМЕНА:			
<b>Роли – обязанности:</b>				
Организатор домашнего хозяйства				
Закупщик продуктов				
Зарабатывающий деньги				
Казначей				
Его превосходительство плохой исполнитель всех своих обязанностей				
Убирающий квартиру				
Выносящий мусор				
Повар				
Убирающий со стола после обеда				
Тот, кто ухаживает за животными				
Организатор праздников и развлечений				
Мальчик на побегушках				
Человек, принимающий решения				
Починяющий сломанное				
<b>Роли взаимодействия:</b>				
Буфер, посредник в конфликте				
Любитель поболеть				
Сторонник строгой дисциплины				
Главный обвинитель				
Одинокий волк				

Утешающий обиженных				
Уклоняющийся от обсуждения проблемы				
Создающий другим неприятности				
Держащийся в стороне от семейных разборок				
Приносящий жертвы ради других				
Семейный вулкан				
Затаивающий обиду				
Шутник				

Члены семьи, которые чаще других играют важные роли, как правило, обладают большей властью в семье. Методику можно проводить индивидуально или со всей семьей в целом. Она очень наглядна, информативна и в групповом варианте может служить основой для обсуждения семейной ситуации и разницы в восприятии членов семьи. Недовольство членов семьи распределением функций в ней позволяет терапевту планировать переговоры. Анкета «Семейные роли» не является тестом. Она разрабатывалась прежде всего для нужд терапии и изучения субъективного восприятия членов семьи и, следовательно, меньше приспособлена для сравнительного изучения семей. Анкета обычно не вызывает сопротивления, легко встраивается в обсуждение многих семейных тем, привнося в дискуссию атмосферу юмора и шуток.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 13.2.



### ПРИЛОЖЕНИЕ 13.1.

#### **Упражнение «Ребенок входит в семью»**

Инструкция: доброволец выходит за дверь, остальные, молча, встают в круг, взявшись за руки. Задание добровольцу: «встроиться» в круг, разомкнув руки двух рядом стоящих участников, задача группы – «впустить» его, причем, только в тот момент, когда они почувствуют, что хотят это сделать.

Вопросы для обсуждения. Что чувствовал доброволец, когда смотрел на людей, держащихся за руки? Какие чувства были у круга к новичку? Передавался ли резонанс от физического воздействия на другие звенья круга?

Обычно при появлении новичка люди начинают крепче держаться за руки, так ли было в их случае?

Информация ведущего. *Дети, входящие в семью, ведут себя по-разному, но в любом случае их появление сказывается на всех членах семьи и их отношении друг к другу, даже в тех случаях, в которых ребенок не участвует непосредственно.*

## ПРИЛОЖЕНИЕ 13.2.

### Генограмма

Используется в диагностических целях, когда психолог предлагает каждому члену семьи изобразить графически с помощью определенных символов свое представление о семье, для графической конкретизации психологических коммуникаций, отражающих характер связей между членами семьи. Генограмма включает имена и возраст всех членов семьи.

Интервью по генограмме является ценным методическим приемом, помогающим быстро сориентироваться в семейной истории.

Сбор информации о семейной истории обычно проходит в контексте семейного интервью. Проводя интервью, необходимо двигаться от настоящей семейной ситуации – к исторической хронологии семейных событий; от легких вопросов – к трудным; от очевидных фактов – к суждениям о взаимоотношениях и далее – к циркулярным гипотезам о семейном функционировании. Вопросы по генограмме позволяют проникнуть в сердце семейного опыта (рождения, смерти, болезни и интенсивности взаимоотношений) относительно безопасным для семьи способом и разблокировать разные темы.

Сбор информации касается разных областей:

- состав семьи;
- демографическая информация о семье (имена, пол, возраст, стаж брака, род занятий и образование членов семьи);
- настоящее состояние семейной ситуации;

- история развития имеющейся проблемной ситуации;
- анализ жизненного цикла семьи и линии времени (рождения, смерти, браки, разводы, переезды, проблемы с работой, болезни членов семьи и т.д.);
- реакции семьи на важные события семейной истории;
- родительские семьи каждого из супругов. Целью является сбор информации о двух, трех поколениях. Важной информацией являются сведения о приемных детях, выкидышах, рано умерших детях и т.д.
- другие значимые для семьи люди (друзья, коллеги по работе, родственники, соседи т.п.);
- семейные взаимоотношения (есть ли в семье какие-либо ее члены, которые прервали взаимоотношения друг с другом; есть ли кто-нибудь, кто находится в серьезном конфликте; какие члены семьи очень близки друг к другу; кому в семье этот человек доверяет больше всего; все супружеские пары имеют некоторые трудности и иногда конфликтуют - по каким темам чаще всего конфликты; иногда полезно спрашивать, как присутствующие на встрече люди были бы охарактеризованы другим членами семьи – задавая циркулярные вопросы, психолог и члены семьи могут обнаружить различия во взаимоотношениях с разными членами семьи и ввести новую информацию);
- семейные роли;
- трудные для семьи темы (имеет ли кто-нибудь из членов семьи серьезные медицинские или психиатрические проблемы; проблемы с физическим или сексуальным насилием; употребляют ли наркотики; злоупотребляют ли алкоголем и др.).

### ПРИЛОЖЕНИЕ 13.3.

#### **Рыжик**

Авторы - Владислав и Юлия Лагутины, участники группы.

#### **Часть 1**

Смеется суслик в уютной норке.

На спинку опрокинулся жучок.

Хохочет ёжик, носится по горке,  
Совсем с катушек съехал, дурачок!

Летают птички странными кругами,  
И ржет кобылка с пенкой изо рта.  
Сороконожка дрыгает ногами.  
От смеха слёзки льются у крота.

Ржут белочки и падают с деревьев.  
Сова забавно ухает в дупле.  
Хохочет грач до выпаденья перьев.  
И мушка со сверчком навеселе.

Кузнечики смеются в травке где-то,  
Мышонок, змейка, ящерка и тля...  
Стояло жаркое, засушливое лето.  
Горели конопляные поля....

## **Часть2**

А из-за дальнего лесного перевала  
Бежала, торопилась волчья пара,  
Матёрый волк-отец, вояка грозный,  
Волчица-мать, внимательна и грациозна.

Бежали серые в свои родные джунгли  
По сторонам смотрели – вид картины жуткой  
Их на мгновенье просто ошарашил,  
Зачем всё стало кверх-тормашкой?

Повсюду хаос и неразбериха,  
Огонь, дурацкий дым, шумиха.

Смешалось всё – чума да пир!  
Куда же катится голёный мир?

Скорей бы уж в свои места,  
Где воздух чист и красота,  
Но вдруг как вкопанные стали,  
Такого волки сроду не видали.

Под старым выжженным кустом  
Щенок свернулся рыженьким клубком.  
Испуганно глядят глазёнки только,  
Ему ведь страшно, больно, одиноко.

Переглянулись серые между собою дружно,  
Давай возьмем его с собою в джунгли,  
Пещера наша будет домом малышу,  
Его не отдадим мы никому.

Бежали долго волки с ношею в зубах,  
Щенок мечтал тем временем во снах  
О новой родине, о сказочной стране,  
О новом счастье и уютном очаге.

Как встретит он кого и никогда не видел,  
Медведя, льва, орла и крокодила,  
Как звезды отражаются в реке  
И что теперь уже в семье.

### **Часть 3**

Ну, вот и джунгли – дом родной,  
Малыш, не бойся, здесь ты свой!

И это маленькое рыженькое чудо  
Почувствовал, что стал кому-то нужен!

И сразу мир вокруг преобразился:  
Как хорошо в траве густой носиться,  
Купаться в речке, прятаться, шалить  
И в дом родной свой приходить!

Как интересно окунуться в джунгли,  
Где много красок, нужных и ненужных,  
Где все такие разные, от мала до высока,  
От мелкой мушки и до бегемота.

Лев чересчур ленив, вальяжен,  
Орёл чрезмерно горд и важен,  
Слон толстый, лысый и ушастый,  
Медведь мужлан и хам ужасный.

Здесь можно повстречать оленя,  
Жирафа, кобру и тюленя  
Кузнечика, жука, пиявку  
И даже мелкую козявку

Зверей не счесть - так много их вокруг,  
Для рыжика так важен друг,  
Который будет рядом, если надо,  
Как новые отец и мама!

Найдешь, малыш, друзей себе надежных,  
А где-то нужно быть и осторожным,

Ступай, волчонок, в эту жизнь смелей,  
Семьи держись и будет веселей!

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 13.4.

### **Екатерина Трофимова «Веточка» (метафорическая сказка)**

Однажды злая колдунья наколдовала сильный-сильный ветер, который в чудесном саду гнул деревья, ломал ветки и засыпал красивые цветы опавшей листвой. Когда ветер утих, Садовник стал наводить порядок - он подвязывал сломанные деревья, очищал от сухого бурелома тропинки и сгребал опавшую листву, чтобы цветочки вновь смогли тянуться к солнышку. И вдруг он заметил маленькую Веточку с одним единственным нежно-зеленым листочком. Садовник взял эту веточку и принес к большому Дереву.

- Доброго тебе здоровья и многие лета, - сказал Садовник.

- И тебе здоровья и сил, - ответило Дерево и слегка наклонило свою крону.

Садовник рассказал, что он нашел маленькую Веточку, которая без корней и воды может погибнуть. Дерево взглянуло на нежно-зеленый листочек, который слегка дрожал, и в нем проснулась такая нежность и любовь, как будто это был один из его собственных листочков.

- Мне бы так хотелось укрыть эту маленькую Веточку в своей могучей кроне, чтобы никакой сильный ветер больше не смог ее сломать и чтобы на ней выросло много-много таких же красивых листочков, - сказало Дерево.

- Хорошо, - ответил Садовник.- Я тебе помогу, привью эту Веточку к твоему стволу, и она прирастет.

Он сделал надрез в коре большого Дерева, приложил Веточку к этому надрезу и крепко-крепко привязал.

Корни большого Дерева брали из земли дождевую воду, насыщенную полезными веществами, и качали ее по стволу к кроне. Сначала медленно-медленно, а потом все быстрее заструились соки Дерева по маленькой Веточке.

Ее единственный листочек перестал дрожать и повернулся к солнышку. Она стала расти, и на ней начали появляться новые листочки. Дерево смотрело на нее и радовалось, что у него есть такая красивая веточка, которой нет у других деревьев. Веточка чувствовала, что теперь в ней струятся соки большого Дерева. Она уже не была одинокой и оторванной: мощные корни и крепкий ствол Дерева давали ей ощущение опоры, густая крона защищала от порывов сильного ветра и в сильный зной позволяла спрятаться в тени больших и сильных ветвей.

Каждую весну на Дереве распускались белые цветы, а однажды на одной из ветвей распустились красивые розовые. Прилетали птицы и приходили звери, чтобы полюбоваться на Дерево, которое стало необыкновенно красивым благодаря той самой Веточке, которую много-много лет назад привил мудрый Садовник.

\*\*\* Доченька, сейчас ночь, и ты сладко спишь в своей кроватке. На небе горят звезды. Я прошу Бога в своей молитве, чтобы мои корни – прабабушки и прадедушки, бабушки и дедушки, мои мама и папа – стали твоей опорой. Чтобы ценности моей семьи, которыми питались поколения моих прародителей и я, напитали тебя. Ты и я – мы одна семья. Твои родные дяди и тети, двоюродные братья и сестры – это те ветви, которые помогут тебе укрыться от любой непогоды. Пусть тебе сняться розовые сны, моя дорогая доченька – Светланка, Светик, Светочка, С(-ладкая) Веточка...  
Твоя мама.

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 14.1.

##### **Рисование «Волшебными красками»**

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.

Сначала участники группы делают тесто из муки, соли, подсолнечного масла, клея ПВА, потом добавляют в него гуашь. Такими красками, созданными собственными руками, приятно рисовать, выражать себя и свои чувства, оставлять след.

Рецепт «Волшебных красок»: 2 столовые ложки муки смешать с 1,5 столовыми ложками соли, добавить 1/3 чайной ложки подсолнечного масла и чуть-чуть воды. Замесить. Постепенно тесто нужно разбавлять водой, чтобы оно стало жидковатым, как густое тесто для блинов. После чего добавляется 2 столовые ложки клея ПВА. Если тесто сильно загустело, можно добавить воды. Далее в тесто добавляется гуашь того цвета, который нужно создать.

Участники группы договариваются между собой. Каждый берется изготовить свой цвет. Для рисования краски становятся общими.

Лучше всего рисовать на грубом картоне. В процессе рисования краски не размазываются, а выливаются на картон. Таким образом, создается объем.

Состав красок несет символическое значение. Попадая в сказочную страну, участники группы изучают еще один вид волшебства – творение красок. Именно с помощью чудесных красок можно рассказать миру о том, что чувствуешь, о чем думаешь, к чему стремишься.

Участники группы замечают, какие чувства испытывают, какие изменения произошли с ними за время обучения, как изменилось отношение к своей родительской позиции, какие новые взгляды на воспитание появились.

*Денисевич Нина Николаевна -*

*кандидат психологических наук, доцент, ведущий психолог*

*Областного центра сопровождения замещающих семей ГОУ ВО Московской области «Государственный социально-гуманитарный университет» [denisa19@yandex.ru](mailto:denisa19@yandex.ru)*

## **Методические рекомендации приемным родителям**

В октябре 2012 года на базе МГОСГИ (Коломенский пединститут) открылся Областной центр сопровождения замещающих семей (ОЦСЗС), цель которого - обеспечение психолого-педагогического сопровождения замещающим семьям. В настоящее время сотрудниками Центра разрабатываются программы обучения будущих родителей, а так же апробируются методики диагностики, консультирования и просвещения граждан, взявших на воспитание ребенка, способствующие решению проблемы, как на базовом, так и на кризисном уровнях.

Сотрудники Центра осознают значимость поставленных перед ними задач, которые выходят за пределы личного пространства отдельных семей и становятся государственной политикой. Решать их возможно только в сотрудничестве педагогов, психологов, работников социальных служб, медиков. Данный союз специалистов должен отличаться высокой профессиональной компетенцией. Они должны быть готовы к тому, что люди, берущие на себя заботу об обездоленных детях, ведомые благими намерениями, не всегда готовы понять душу ребенка, чья судьба началась с лишения их самого дорогого, что есть на Земле: родных родителей. Как заменить их? Как заполнить пустоту в душе ребенка? И не пережить при этом крушение собственных надежд? Подготовить к этому людей - не простая задача. Программы просвещения знакомят их с психологическими особенностями детей, воспитывающихся в интернатных учреждениях

Для ответа на вопрос: какие они, воспитанники интернатных заведений, следует обратиться к положению Л.С. Выготского, что **важна не ситуация, а то, как ребенок ее переживает**. Лишение родителей, воспитание в

ограниченных стимулами среде интернатного учреждения, по-разному отражается на детях. Хотя воспитание вне семьи нельзя назвать экстремальной ситуацией, но поведение детей в условиях эмоционального голода и дефицита общения со взрослым можно представить в трех типах.

Дети, тип поведения которых мы назвали **«стремящиеся к компенсации»**, постоянно ищут выход из создавшегося положения. Они пытаются восполнить недостающие им жизненные стимулы за счет более высокого положения в группе, требуются больше внимания со стороны взрослых. Это выражается также и в том, что они проявляют большой интерес к новому человеку, привлекают его внимание, но в более глубокие связи не вступают.

Стремление к компенсации недостающих жизненных стимулов выражается у детей в попытках уйти от существующего положения через коммуникацию, для этого они ищут новые связи. Среди них всегда много тех, кто совершает побег. Такие дети часто пишут письма, стараются найти родных и друзей. В связи с тем, что у них в коллективе частые конфликты, «стремящиеся к компенсации» попадают в «изгой».

В школе-интернате можно выделить тип **«хорошо приспособленных»** детей. У них нельзя заметить отклонений или странностей в поведении. В литературе это объясняется тем, что, являясь конституционно более стойкими к неблагоприятным жизненным условиям, благодаря своему приспособляющемуся поведению, данный тип детей может и в обедненной среде находить достаточное количество стимулов для развития. Мы отмечали, что они общительны, разговорчивы, любознательны, имеют устойчивую тенденцию к деятельности, все продумывают и осуществляют, завоевывают положительную оценку взрослых и сверстников. У них наблюдается и вербальная агрессия, и негативное стремление к самоутверждению, но это не влияет на благоприятное положение в коллективе.

Группу детей можно отнести к **«подавленному»** типу. Они, как бы, уходят в себя от травмирующей их ситуации. Уже само название говорит о том,

что детей характеризует пассивность, апатичность. Они с трудом приспосабливаются к новой среде при переходе из школы-интерната в массовую школу. Характерно, что подавленностью страдают не только дети, пришедшие из семей, но и те, кто воспитывается в учреждении с грудного возраста. В общении со взрослыми и сверстниками они неуверенны, нерешительны, застенчивы. «Подавленный» тип характеризуется заниженной самооценкой, отсутствием тенденции к самоутверждению. Они не агрессивны, но обидчивы и упрямы, стремятся защититься от насмешек и непризнания, но не могут отстаивать свои взгляды, они конформны, рефлексивны.

Следует отметить, что все дети, испытывающие лишения, несмотря на различные типы проявления (активный выход, уход в себя, приспособление), не терпят страдания, не переживают утрату, горе потери. Их состояние можно сравнить с «пустотой», которая требует заполнения новыми привязанностями.

### **Приемным родителям следует знать!!!**

С детьми, проявляющими активное **стремление к компенсации**, следует принять во внимание советы:

- Старайтесь обеспечить ребенку больше возможности проводить время, с значимыми для его развития, взрослыми;
- Не перегружайте его общением со сверстниками;
- Расширяйте сферу социальных контактов;
- Учитывайте тревогу ребенка из-за неоправданных ожиданий взрослых;
- Приготовьтесь к высокой вероятности самовольного ухода ребенка из семьи, пропусков занятий, в поиске им авторитета и удовлетворению собственных амбиций.

Необходимо принять во внимание следующие рекомендации по взаимодействию с ребенком, **подавленного типа**, в период адаптации его в новой обстановке:

- Старайтесь не проявлять чрезмерной (гипер ) опеки, так как это

может вызвать эмоциональную усталость;

- Предоставляйте возможность ребенку побыть наедине с собой;
- Не старайтесь проявлять повышенных требований, чтобы сразу приучить ребенка к порядку в семье и школьной обстановке;
- Наблюдайте за поведением, состоянием и привычками ребенка;
- Учитывайте, что они привыкли жить по принципу: «нет и не надо»

Педагогам и родителям необходимо соблюдать некоторые правила в общении ребенком, **хорошо приспособленного** типа, в первые дни пребывания его в новой семье и школе:

- Предвидеть проявление ностальгии по прежним условиям жизни, персоналу учреждения, сверстникам, друзьям;
- Учитывать его предпочтение коллективных форм деятельности над индивидуальными;
- Простить ему незнание семейных ценностей;
- Не оставлять ребенка (даже школьного возраста ) одного на долгое время;
- Понять причину несоблюдения требований взрослых;
- Не переоценивать развитие навыков самообслуживания.

Перечисленные выше психологические проблемы можно преодолеть, осуществляя специальную совместную подготовку ребенка и родителей к жизни в новой семье и обучению в школе. Цель проведения подобной работы на просвещенческом, поведенческом и личностном уровнях – формирование толерантного отношения людей к принятию «особого» ребенка не как чужого, а как иного, как значимую реальность, требующую терпеливого созидания.

Путь к сердцу ребенка нелегок. Взрослым следует перейти от эмоциональной мотивации( любовь, жалость, сострадание ) к сознательно-рациональной т.е педагогической: **«берем на воспитание»**. А воспитание начинается с самовоспитания, с самопознания, с изучения своих достоинств и осознание путей преодоления собственных недостатков. Этому должен

способствовать союз родителей и помогающих специалистов.

При воспитании ребенка необходимо учитывать возрастные закономерности его развития.

Каждый возраст имеет свои особенности.

### **Возрастные закономерности дошкольного возраста**

Дошкольное детство – короткий промежуток в жизни человека, всего первые семь лет. Но именно в этот период происходит отделение ребёнка от взрослого, превращение беспомощного младенца в относительно самостоятельную, активную личность.

Ведущая деятельность – игра, освоение норм поведения и деятельности людей.

- К 1 году ребёнок использует 7 – 14 слов, сосредоточено занимается одним делом до 15 минут, усваивает смысл слова «нельзя», начинает ходить ( $\pm$  2 месяца).

- К 1,5 годам словарный запас ребёнка составляет 30 – 40 слов, он хорошо ходит, кушает и узнаёт и показывает изображения предметов на картинках, хорошо понимая обращённую к нему речь. Основные вопросы ребёнка: что? кто?

- К 2 годам словарный запас – 300 – 400 слов, основные вопросы ребёнка: что это? кто это? Осваивает существительные, местоимения, прилагательные, наречия, глаголы. Формируется фразовая речь (у девочек часто к 1,5 годам). Наличие вопросов свидетельствует о «хорошем» умственном развитии ребёнка. Рисует линии, зажав карандаш в кулаке, строит башню из кубиков.

- К 2,5 годам словарный запас составляет порядка 1000 слов. Появляются ориентировочные вопросы: где? куда? откуда? когда? В этом возрасте задержка речевого развития должна настораживать в отношении подозрения на задержку психического развития или глухоту.

- К 3 годам появляется вопрос вопросов – Почему? Ребёнок пересказывает услышанное и увиденное, если ему помочь наводящими

вопросами. Использует сложносочинённые и даже сложноподчинённые предложения, что свидетельствует об усложнении его мышления. Понимает, что такое один, мало, много. По одной характерной детали может узнать целое: по ушам – зайца, по хоботу – слона.

- К 3.5 годам осваивает конструирование, появляются элементы планирования. Появляются элементы сюжетно-ролевой игры с предметами и несколько позже – со сверстниками. Ребёнок эмоционален: самолюбии, обидчив, радостен, печален, доброжелателен, завистлив, способен к сочувствию.

- 3 – 4 года – самоутверждение; возможные реакции: непослушание, упрямство, негативизм, строптивость, «обзывание взрослых» («Я сам», нарциссизм – восхваляет себя). Игры в одиночку (предметные, конструкторские, сюжетно-ролевые игры).

- К 4 годам способен понять то, что ещё не видел сам, но о чём ему толково рассказали. Сочиняет простой, но достаточно подробный рассказ по картинке, осмысленно заканчивает начатое взрослыми предложение, способен к обобщению. Основной вопрос: почему? Появляется сюжетно-ролевая игра со сверстниками. Может заниматься одним делом до 40 – 50 минут.

- К 4,5 годам способен ставить цель и планировать её достижение. Задаёт вопрос: зачем?

- К 5 годам ребёнок умеет назвать свою фамилию, имя, отчество, возраст, адрес, транспорт, идущий к дому. Умеет пользоваться конструктором, собрать игрушку по схеме. Может нарисовать человека со всеми основными частями тела.

- С 5,5 лет ребёнку доступны все виды обучения, он в принципе готов к обучению.

- 5-6 лет гармонизация отношений со взрослыми, повышенная потребность в любви, нежности со стороны родителей, развитие чувства любви, привязанности к родителям – критический возраст для формирования способности любить другого человека.

## **Возрастные закономерности младшего школьного возраста**

Младший школьный возраст: с 6-ти–7-ми лет (что, зависит от того, в 6-ть или в 7-мь лет ребёнок пошёл в школу, в первый класс, стал первоклассником) до 11-ти лет.

### **Родителям необходимо знать!**

В этом возрасте ребенок переживает кризис шести-семи лет. Имеет выраженную зависимость от того, в каком именно возрасте ребёнок идёт в школу.

С позиций оценки психосоциального развития личности ребёнка 6-ти–7-ми лет, необходимо обрисовать явление детского негативизма, присущего острой фазе кризиса 6-ти–7-ми лет. Детский негативизм – это психологическая и поведенческая форма протеста ребёнка против отношения к нему со стороны взрослых и/или сверстников, включая разновозрастных членов семьи. Детский негативизм может проявляться по-разному: в грубости, в упрямстве, в замкнутости, в непослушании. Причиной является длительное неудовлетворение чрезвычайно существенных для ребёнка потребностей: потребности в общении, потребности в одобрении, потребности в уважении, потребности в эмоциональном контакте. Ребенку трудно понять кто он – дошкольник (маленький, зависимый) или школьник (самостоятельный, взрослый). Он порой начинает демонстрировать детское поведение (плаксивость, картавость, менять походку, капризничать), т.е. как бы прощаясь с детством.

Родителям следует учитывать при воспитании младшего школьника:

- 1) Учебная деятельность становится ведущей деятельностью.
- 2) Мышление становится не только наглядным, но уже и словесно-логическим.
- 3) Большое значение для детей младшего школьного возраста имеют учебные достижения и положительные учебные оценки.
- 4) Ребенок начинает осознавать себя на более высокой социальной ступени развития. Он теперь – первоклассник, учащийся младших классов,

школьник, – это он очень хорошо знает сам, о чём не устают повторять ему родители и учителя, которые должны поддерживать гордость за будущие достижения.

5) Учитель начинает занимать более высокое положение перед родителями и становится неоспоримым авторитетом. Поэтому не следует критиковать при ребёнке действия учителя, это может обидеть ребёнка.

6) К учебной деятельности младших школьников побуждают: стремление к поощрению, страх наказания за неуспехи.

7) Стимулом к познанию может служить вопрос родителей: «Чему ты научился в школе? Что ты узнал?», а не то, «Что ты получил?», т.е. оценка, отметка.

8) Детей не следует запугивать отрицательной оценкой за самостоятельную, контрольную работу: «Неужели опять двойка!». Напутствием ребёнку могут служить: «Интересно, как ты напишешь?»; «Что ты уже усвоил?»; «Над какими ошибками нам нужно будет поработать, это покажет нам твоё контрольная».

*Родители должны убедить ребёнка, что они его любят не только за хорошие оценки, а что он им дорог в любом проявлении.*

### **Рекомендации для родителей**

**1. Избегайте чрезмерных требований.** Не спрашивайте с ребёнка все и сразу. Ваши требования должны соответствовать уровню развития его навыков и познавательных способностей. Не забывайте, что такие важные и нужные качества, как прилежание, аккуратность, ответственность не формируются сразу. Ребёнок пока ещё только учиться управлять собой и организовывать свою деятельность. Не пугайте ребёнка трудностями и неудачами в школе, чтобы не воспитать в нём ненужную неуверенность в себе.

**2. Предоставьте ребёнку право на ошибку.** Каждый человек время от времени ошибается, и ребёнок здесь не является исключением. Важно, чтобы он не боялся ошибок, а умел их исправить. В противном случае у ребёнка

сформируется убеждение, что он ничего не может.

**3. Помогая ребенку выполнять задание, не вмешивайтесь во все, что он делает.** Дайте ему возможность добиться выполнения задания самостоятельно.

**4. Приучайте ребенка содержать в порядке свои вещи и школьные принадлежности.**

**5. Приучайте ребенка к самостоятельности в быту и навыкам самообслуживания.** Чем больше ребенок может делать самостоятельно, тем более взрослым и уверенным в своих силах он будет себя чувствовать.

**6. Хорошие манеры ребенка — зеркало семейных отношений.** «Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...», обращение к взрослому на «Вы», должны войти в речь ребенка до школы. Учите ребенка быть вежливым и спокойным в обращении и отношении к людям (и взрослым, и детям).

**7. На сегодняшний день одной из самых распространенных родительских ошибок является стремление вырастить вундеркинда.** Конечно, родителям хочется, чтобы их ребенок хорошо учился и вообще был «самым-самым». Однако, если Ваш ребенок действительно гений, то он все равно проявит себя. А перегрузка ребенка занятиями может сказаться на его здоровье и желании учиться.

**8. Не пропустите трудности в обучении.** Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если последние становятся систематическими. Все проблемы с учебой, поведением и здоровьем гораздо проще решить в самом начале. Не закрывайте глаза на проблемы, они все равно никуда не уйдут сами!

**9. Читая книжки, обязательно обсуждайте и пересказывайте прочитанное вместе с ребенком;** учите его ясно выражать свои мысли. Тогда в школе у ребенка не будет проблем с устными ответами. Когда спрашиваете его о чем-либо, не довольствуйтесь ответом «да» или «нет», уточняйте, почему он так думает, помогайте довести свою мысль до конца. Приучайте последовательно рассказывать о произошедших событиях и анализировать их.

**10. Обязательно соблюдайте режим дня и прогулок!** От этого зависит

здоровье Вашего ребенка, а значит, и его способность лучше и проще усваивать учебный материал! Здоровье – это база для всего развития ребенка, это количество его сил, которые он может потратить не перенапрягаясь. Особенно это касается тех детей, у которых с рождения присутствует повышенная нервная возбудимость, быстрая утомляемость или какие-либо неврологические осложнения. В таком случае, правильный и четкий режим дня становится не только организующим, но и профилактическим средством против дальнейшего ослабления нервной системы.

**11. Ограничьте время нахождения Вашего ребёнка за телевизором и компьютером до 1 часа в день.** Родители ошибочно полагают, что времяпрепровождение перед телевизором и за компьютером являются отдыхом или разгрузкой после напряжённого дня. В отличие от взрослых, оба этих занятия действуют возбуждающе на неокрепшую нервную систему ребёнка, в свою очередь, провоцируя повышенную утомляемость, двигательную активность, перевозбуждение, раздражительность и др.

### **Возрастные закономерности подросткового возраста**

Подростковый возраст (данный возраст имеет так же старорусское наименование «отроческий» и «новоамериканское» – «тинэйджерский»):

с 11-ти лет до 17-ти лет. Подростковый возраст имеет три стадии. 1-я стадия: от 11-ти лет до 13-ти лет – младший подростковый возраст. 2-я стадия: от 13-ти лет до 15-ти лет – средний подростковый возраст. 3-я стадия: от 15-ти лет до 17-ти лет – старший подростковый возраст.

### **Десять советов приемным родителям, имеющим детей подросткового возраста**

1. «Главное в ваших взаимоотношениях – взаимопонимание» В подростковом возрасте дети начинают оценивать жизнь своих родителей. Подростки, особенно девочки, обсуждают поведение, поступки, внешний вид мам и пап, учителей, знакомых. И постоянно сравнивают. В какой-то момент результат этого сопоставления скажется на ваших отношениях с сыном или дочерью. Он может быть для вас как приятным, так и неприятным. Так что,

если не хотите ударить в грязь лицом, начинайте готовиться к этой оценке как можно раньше.

2. Главное в ваших взаимоотношениях с ребенком – взаимопонимание. Чтобы его установить, вы должны проявлять инициативу и не таить обид. Не следует как идти на поводу у сиюминутных желаний ребенка, так и всегда противиться им. Но если вы не можете или не считаете нужным выполнить желание сына или дочери, нужно объяснить – почему. И вообще, больше разговаривайте со своими детьми, рассказывайте о своей работе, обсуждайте с ними их дела, игрушечные или учебные, знайте их интересы и заботы, друзей и учителей. Дети должны чувствовать, что вы их любите, что в любой ситуации они могут рассчитывать на ваш совет и помощь и не бояться насмешки или пренебрежения. Поддерживайте уверенность детей в себе, в своих силах, в том, что даже при определенных недостатках (которые есть у каждого) у них есть свои неоспоримые достоинства. Стратегия родителей – сформировать у ребенка позицию уверенности: «все зависит от меня, во мне причина неудач или успехов. Я могу добиться многого и все изменить, если изменю себя».

В воспитательном процессе недопустима конфронтация, борьба воспитателя с воспитанником, противопоставление сил и позиций. Только сотрудничество, терпение и заинтересованное участие воспитателя в судьбе воспитанника дают положительные результаты.

3. Удивляйте – запомнится! Тот, кто производит неожиданное и сильное впечатление, становится интересным и авторитетным. Что привлекает ребенка во взрослом? Сила – но не насилие. Знания – вспомните, например, извечные «почему?» у малышей. На какую их долю вы сумели понятно и полно ответить? Ум – именно в подростковом возрасте появляется возможность его оценить. Умения – папа умеет кататься на лыжах, чинить телевизор, водить машину... А мама рисует, готовит вкусные пирожки, рассказывает сказки... Внешний вид – его в большей мере ценят девочки. Жизнь родителей, их привычки, взгляды оказывают гораздо большее влияние на ребенка, чем долгие нравоучительные беседы. Немаловажное значение для подростков имеют и ваши доходы. Если вы

в этой области конкурентоспособны, подумайте заранее, что вы можете положить на другую чашу весов, когда ваш подросший ребенок поставит вас перед этой проблемой.

4. Вы хотите, чтобы ваш ребенок был крепким и здоровым? Тогда научитесь сами и научите его основам знаний о своем организме, о способах сохранения и укрепления здоровья. Это вовсе не означает, что вы должны освоить арсенал врача и назначение различных лекарств. Лекарства – это лишь «скорая помощь» в тех случаях, когда организм не справляется сам. Еще Тиссо утверждал: «Движение как таковое может по своему действию заменить все лекарства, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить действие движения». Главное – научить организм справляться с нагрузками, прежде всего физическими, потому что они тренируют не только мышцы, но и все жизненно важные системы. Это труд немалый и регулярный, но за то и дается человеку «чувство мышечной радости», как назвал это ощущение почти сто лет назад великий врач и педагог П.Ф. Лесгафт. Конечно, физические и любые другие нагрузки должны соответствовать возрастным возможностям ребенка.

Кстати, только физические упражнения, в том числе и на уроках физкультуры, могут смягчить вред от многочасового сидения за партой. Так что не спешите освобождать ребенка от физкультуры. Это не принесет ему даже временного облегчения в напряженной школьной жизни. Даже если у него есть хроническое заболевание (и тем более!), ему необходимо заниматься физкультурой, только по специальной программе. И совершенно необходимо, чтобы ребенок понимал: счастья без здоровья не бывает.

5. Сколько времени в неделю вы проводите со своими детьми? По данным социологических опросов, большинство взрослых в среднем посвящают детям не более 1,5 часа в неделю! И как сюда втиснуть разговоры по душам, походы в театр и на природу, чтение книг и другие общие дела? Конечно, это не вина, а беда большинства родителей, которые вынуждены проводить на работе весь день, чтобы наполнить бюджет семьи. Но дети не должны быть предоставлены сами себе. Хорошо, если есть бабушки и дедушки, способные взять на себя

часть проблем воспитания. А если их нет? Обязательно подумайте, чем будет заниматься ваш ребенок в часы, свободные от учебы и приготовления уроков. Спортивные секции (не забудьте сами пообщаться с тренером) не просто займут время, а помогут укрепить здоровье и разовьют двигательные навыки и умения. В доме детского творчества можно научиться шить, строить самолеты, писать стихи. Пусть у ребенка будет свобода выбора занятия, но он должен твердо знать: времени на безделье и скуку у него нет.

6. Берегите здоровье ребенка и свое, научитесь вместе с ним заниматься спортом, выезжать на отдых, ходить в походы. Какой восторг испытывает ребенок от обычной сосиски, зажаренной на костре, от раскрошившегося кусочка черного хлеба, который нашелся в пакете после возвращения из леса, где вы вместе собирали грибы. А день, проведенный в гараже вместе с отцом за ремонтом автомобиля, покажется мальчишке праздником более важным, чем катание в парке на самом «крутом» аттракционе. Только не пропустите момент, пока это ребенку интересно.

То же самое касается и привычки к домашним делам. Маленькому интересно самому мыть посуду, чистить картошку, печь с мамой пирог. И это тоже возможность разговаривать, рассказывать, слушать. Пропустили этот момент – «уберегли» ребенка, чтобы не пачкал руки, всё – помощника лишились навсегда.

7. Желание взрослых избежать разговоров с детьми на некоторые темы приучает их к мысли, что эти темы запретны. Уклончивая или искаженная информация вызывает у детей необоснованную тревогу. И, в то же время, не надо давать детям ту информацию, о которой они не спрашивают, с которой пока не могут справиться эмоционально, которую не готовы осмыслить. Лучший вариант – дать простые и прямые ответы на вопросы детей. Так что и самим родителям надо всесторонне развиваться – не только в области своей специальности, но и в области политики, искусства, общей культуры, чтобы быть для детей примером нравственности, носителем человеческих достоинств и ценностей.

8. Не оберегайте подростков излишне от семейных проблем, как психологических (даже если произошло несчастье, чья-то болезнь или уход из жизни, – это закаляет душу и делает ее более чуткой), так и материальных (это учит находить выход). Подростку необходимы положительные и отрицательные эмоции. Для успешного развития ребенка полезно изредка отказывать ему в чем-то, ограничивать его желания, тем самым подготавливая к преодолению подобных ситуаций в будущем. Именно умение справляться с неприятностями помогает подростку сформироваться как личности. Роль взрослого человека состоит, прежде всего, в том, чтобы помочь ребенку стать взрослым, то есть научить его противостоять действительности, а не убегать от нее. Отгораживая ребенка от реального мира, пусть даже с самыми благими намерениями, родители лишают его возможности приобрести жизненный опыт, найти свой путь.

Никогда не лгите ребенку, даже если это продиктовано лучшими убеждениями и заботой о его спокойствии и благополучии. Дети каким-то неведомым образом чувствуют ложь в любой форме. А тому, кто обманул раз другой, доверия ждать уже не приходится.

9. Если вы уже успели наделать ошибок в воспитании, вам будет труднее, чем в начале пути. Но если в своем воспитаннике вы выявите хотя бы капельку хорошего и будете затем опираться на это хорошее в процессе воспитания, то получите ключ к его душе и достигнете хороших результатов.

Такие простые и емкие советы воспитателям можно встретить в старинных педагогических руководствах. Мудрые педагоги настойчиво ищут даже в плохо воспитанном человеке те положительные качества, опираясь на которые можно добиться устойчивых успехов в формировании всех других.

10. Если вы поняли, что были не правы, пренебрегали мнением сына или дочери в каких-либо важных для них вопросах, не бойтесь признаться в этом сначала себе, а потом и ребенку. И постарайтесь не повторять этой ошибки снова. Доверие потерять легко, а восстанавливать его долго и трудно.



- 6) живете в бараке;
- 7) собственный дом с удобствами;
- 8) собственный дом без удобств;
- 9) живете в отдельной комнате гостиничного типа (малосемейка).

12. Общая площадь Вашей квартиры \_\_\_\_\_

13. Сколько квадратных метров приходится на одного человека Вашей семьи

\_\_\_\_\_

14. Сколько человек приходится на одну комнату в Вашей квартире:

- 1) один;
- 2) двое;
- 3) трое;
- 4) четверо и более.

15. В каком по счету браке Вы состоите:

- 1) в первом;
- 2) во втором;
- 3) в третьем и более.

16. Есть ли в Вашей семье дети от других браков:

- 1) да
- 2) нет.

17. Сколько в Вашей семье детей от других браков:

- 1) один ребенок;
- 2) двое детей;
- 3) трое и более детей.

18. Чьи это дети:

- 1) мужа;
- 2) жены.

19. Кто эти дети (напишите, пожалуйста, пол и возраст каждого ребенка в отдельности):

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---

20. Каков состав семьи (перечислите всех, кто живет вместе с Вами):

---

---

21. Как возникла Ваша семья:

- 1) Мы женились по любви;
- 2) Мы женились потому, что все так делают;
- 3) Нас вынудили жениться сложные условия жизни, необходимость решить жизненные проблемы;
- 4) Так сложились обстоятельства;
- 5) Хотелось иметь детей;
- 6) Боялся (боялась) одиночества.

22. Какой тип женского поведения из описанных ниже в наибольшей степени соответствует Вашему пониманию роли женщины в семье:

- 1) У нее в доме всегда порядок, всегда есть обед, она умеет шить, вязать; редко ходит в театр, кино, почти не читает книг, журналов, газет, не всегда следит за своей внешностью, да это и понятно, ведь она еще и работает; про таких женщин говорят, что они хорошие хозяйки, матери, жены, работницы;
- 2) эта женщина все успевает, потому что половина обязанностей по дому и воспитанию детей лежит на муже; она уже сделала карьеру или близка к этому; довольно часто она бывает в театрах, на выставках, много читает; эта женщина всегда элегантна, ухожена, занимается физкультурой;
- 3) эта женщина не работает, сидит дома (занимается воспитанием детей, ведет домашнее хозяйство, ухаживает за мужем); она почти всегда хорошо выглядит (свежа, доброжелательна, жизнерадостна); все ее интересы связаны с интересами мужа и детей; в кино, театр,

кафе она обычно ходит с семьей;

4) она всегда нарядно одета, у нее яркий макияж, много внимания она уделяет своей внешности, любит шумные компании, предпочитает общество мужчин, хотя с работой и семьей у нее все в порядке, но это не входит в круг ее основных интересов.

23. Какой тип мужского поведения из описанных ниже в наибольшей степени соответствует Вашему пониманию роли мужчины в семье:

1) считает себя (и является) главой семьи, строго следит за порядком, его указания не обсуждаются, а выполняются; в то же время текущими делами и воспитанием детей он не занимается, считая это обязанностью и уделом остальных членов семьи;

2) свою роль в семье видит в материальном ее обеспечении, считая, что этим его семейные обязанности исчерпываются;

3) смысл своей жизни видит в работе, с ней связаны все его интересы домашними делами, воспитанием детей он занимается лишь в той мере, в какой к нему обращаются за помощью;

4) все его помыслы связаны с хозяйственным обустройством семьи все, что может пригодиться, он несет в дом; он все время что-то ремонтирует, мастерит; вместе с тем текущими домашними делами, а тем более воспитанием детей, он не занимается, считая это делом других, прежде всего жены;

5) семья, жена, дети для него — «свет в окошке», хорошие отношения, любовь к жене, детям определяют все его поведение: и помощь в ведении хозяйства, и знаки внимания жене, и совместный досуг;

6) занимается домашними делами и воспитанием детей, однако его интересы не связаны с семьей, он любит встретиться с друзьями, повеселиться, отдохнуть, не чурается новых романтических знакомств.

24. Каковы мотивы создания Вами замещающей семьи (можно выбрать

несколько ответов):

- 1) считаю, что в семье должно быть много детей: это гарантия обеспечения старости;
- 2) большой семье легче существовать: старшие дети следят за младшими, облегчая заботы родителей;
- 3) у меня есть все условия для того, чтобы нормально вырастить нескольких детей (хорошая квартира, хороший доход в семье);
- 4) главное для меня — дети, считаю, что только в них человек может реализоваться, передать свой опыт, умения;
- 5) у нас дружная семья, мы любим детей и сможем вырастить их духовно и нравственно здоровыми;
- 6) надеюсь, что государство поможет обеспечить необходимые условия для содержания и воспитания детей.

25. Кто определяет в Вашей семье, на что следует тратить деньги (можно выбрать только один ответ):

- 1) жена;
- 2) муж;
- 3) вместе муж и жена;
- 4) взрослые дети;
- 5) другие родственники;
- 6) вся семья на семейном совете;
- 7) кто-то еще (напишите) \_\_\_\_\_

26. Что, на Ваш взгляд, является залогом успеха семейной жизни (можно выбрать несколько ответов):

- 1) достаток, хорошая обстановка, дом — «полная чаша»;
- 2) настоящая, большая любовь;
- 3) взаимное доверие и уважение;
- 4) успешные интимные отношения;
- 5) умные, воспитанные дети;

- 6) чтобы семья была не хуже других;
- 7) хорошее здоровье всех членов семьи;
- 8) внешняя привлекательность супруга (супруги);
- 9) общность интересов, увлечений.

27. Что, по Вашему мнению, заставляет семьи брать детей на воспитание (можно выбрать несколько ответов):

- 1) поиск смысла жизни;
- 2) долг перед умершими родственниками;
- 3) желание замолотить грехи;
- 4) желание компенсировать недостаток любви;
- 5) взросление собственных детей, страх «пустого гнезда»;
- 1) желание иметь в хозяйстве рабочую силу, содержание которой оплачивало бы государство;
- 2) желание иметь многодетную семью, невозможность иметь собственных детей;
- 6) решение проблемы занятости;
- 7) возможность получать пособия, льготы на детей-сирот.

28. Что Вы знаете о жизненном пути Ваших будущих приемных детей (отметьте все подходящие ответы):

- 1) жили в доме ребенка;
- 2) жили в детском доме;
- 3) жили в кровной семье;
- 4) жили в других приемных семьях;
- 5) нигде не воспитывались, бродяжничали, попрошайничали на улице.

29. Что Вы знаете о том, что пережили Ваши приемные дети:

- 1) убийство родителей;
- 2) смерть родителей;
- 3) жестокое обращение;
- 4) пренебрежение основными нуждами;
- 5) сексуальное насилие;

- 6) частую смену отцов;
- 7) алкоголизм, наркоманию родителей.

30. Достаточно ли для Вас имеющаяся информация о кровной семье Ваших приемных детей:

- 1) да, я все знаю о своих приемных детях, об их родителях, их воспитании, привычках, проблемах, болезнях и т.д.;
- 2) кое-какую информацию я имею, но ее недостаточно;
- 3) практически ничего не знаю о прежней жизни своих детей.

31. Какие события из перечисленных ниже произошли в Вашей семье к моменту приема детей (можно отметить несколько ответов):

- 1) тяжелая болезнь кого-либо из членов семьи;
- 2) предразводное состояние;
- 3) развод;
- 4) повторный брак;
- 5) неудачные попытки завести собственных детей;
- 6) взрослые собственные дети;
- 7) потеря работы;
- 8) смерть близких людей;
- 9) изменение материального положения семьи;
- 10) появление большого крестьянского хозяйства;
- 11) что-то еще (напишите что) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

32. Откуда Вы узнали о возможности стать приемными родителями (можно выбрать несколько ответов):

- 1) от инспектора органов опеки и попечительства;
- 2) из теле- и радиопередач, из газет;
- 3) из бесед с соседями, друзьями, родственниками, знакомыми;
- 4) от участкового врача;
- 5) от случайных людей;
- 6) из других источников (напишите каких) \_\_\_\_\_

---

33. Могут ли Ваши приемные дети встречаться с кровными родственниками:

- 1) да;
- 2) нет.

34. Если будут, то как часто:

- 1) несколько раз в месяц;
- 2) один раз в месяц;
- 3) несколько раз в год;
- 4) один раз в год;
- 5) реже, чем один раз в год.

35. Как Вы к этому отнесетесь:

- 1) буду поощрять эти встречи: дети не должны забывать о своих корнях;
- 2) выступлю против этих встреч: потом мне будет трудно сладить с ребенком;
- 3) это не мое дело.

36. Вы считаете, должны ли кровные родственники принимать участие в воспитании Вашего приемного ребенка:

- 1) да;
- 2) нет.

37. Больше всего я опасаясь, что:

- 1) у ребенка плохая наследственность;
- 2) он вырастет и станет таким же, как его родители;
- 3) он не сможет забыть свое беспризорное прошлое;
- 4) что-то другое (напишите, что именно) \_\_\_\_\_

---

38. По чьей инициативе было решено принять детей в семью:

- 1) мужа;
- 2) жены;
- 3) детей;

4) кого-то другого (напишите, кого именно) \_\_\_\_\_

39. Как к этому отнеслись другие члены семьи (выберите один ответ в каждой строке):

Члены семьи	Положительно	Нейтрально (безразлично)	Негативно
	1	2	3
муж (жена)			
дети			
семья жены			
семья мужа			
ваши знакомые, коллеги			

40. Что Вы ожидаете от приема (назовите три главных своих ожидания)

41. Как Вы считаете, оправдаются ли Ваши ожидания, связанные с приемом:

- 1) оправдаются;
- 2) в чем-то оправдаются, в чем-то нет;
- 3) не могу сказать.

42. Удовлетворены ли Вы тем, как сложилась Ваша личная жизнь:

- 1) вполне удовлетворен(а);
- 2) в общем удовлетворен(а);
- 3) в чем-то удовлетворен(а), в чем-то нет;
- 4) не удовлетворен(а), но терпимо;
- 5) совсем не удовлетворен(а).

43. Как изменятся отношения в семье после появления приемных детей (выберите один ответ в каждой строке):

Между кем	Улучшатся	Останутся прежними	Ухудшатся
	1	2	3
между супругами			
между кровными			

между родителями и детьми			
------------------------------	--	--	--

43. Удовлетворены ли Вы своим браком:

- 1) вполне удовлетворен(а);
- 2) в общем удовлетворен(а);
- 3) в чем-то удовлетворен(а), в чем-то нет;
- 4) не удовлетворен(а), но терпимо.
- 5) совсем не удовлетворен(а).

44. Удовлетворены ли Вы своей семейной жизнью:

- 1) вполне удовлетворен(а);
- 2) в общем удовлетворен(а);
- 3) в чем-то удовлетворен(а), в чем-то нет;
- 4) не удовлетворен(а), но терпимо
- 5) совсем не удовлетворен(а)

45. Удовлетворены ли Вы своей карьерой:

- 1) вполне удовлетворен(а);
- 2) в общем удовлетворен(а);
- 3) отношусь к ней безразлично;
- 4) не удовлетворен(а), но терпимо;
- 5) совсем не удовлетворен(а).

46. Если между детьми случаются конфликты, то они предпочитают... (можно выбрать несколько ответов):

- 1) самостоятельно разрешать собственные разногласия;
- 2) обращаться за помощью к родителям;
- 3) привлекать кого-то из старших детей;
- 4) обращаются к кому-то вне семьи (учителям, инспектору по охране прав детей).

47. Часто ли в Вашей семье бывают конфликты:

- 1) часто;

- 2) время от времени, иногда;
- 3) никогда.

48. С чем в основном связаны конфликты в Вашей семье:

- 1) с распределением обязанностей по домашнему хозяйству;
  - 2) с организацией свободного времени;
  - 1) с конфликтом интересов (политические предпочтения, программы ТВ, на религиозной почве);
  - 3) с вредными привычками членов семьи;
  - 4) с плохими оценками, полученными детьми в школе;
  - 5) с жалобами на поведение кровных детей;
  - 6) с жалобами на поведение приемных детей;
  - 7) с чрезмерным контролем со стороны одного из членов семьи;
  - 8) с недостатком внимания к семье со стороны кого-либо из ее членов
  - 10) с друзьями, которые плохо влияют на членов семьи;
  - 11) с непониманием детьми требований взрослых;
  - 12) с чем-то другим (напишите, с чем именно) \_\_\_\_\_
- 

—

49. Как обычно разрешаются конфликты в Вашей семье (можно выбрать только один ответ):

- 1) сами собой;
- 2) обсуждением позиций каждого члена семьи;
- 3) с подчинением позиции одного из членов семьи;
- 4) «бойкотом» виновника;
- 5) разделением семьи на группы;
- 6) отказом членов семьи от обсуждения проблемы;
- 7) переходом в новый конфликт.

50. С какими утверждениями Вы согласны:

- 1) в семье все должны знать друг о друге;

- 2) свои усилия члены семьи должны тратить на то, чтобы семья жила как можно лучше;
- 3) в семье должна быть строгая дисциплина, и каждый должен знать свои обязанности;
- 4) если кого-нибудь из членов семьи в чем-нибудь обвинят, то семья должна объединиться и защитить его;
- 5) кроме семьи, у человека есть еще много дел, которые требуют от него сил и времени;
- 6) семья — это хорошо, но каждому необходимы свои друзья;
- 7) проводить много времени в семье скучно;
- 8) дом должен быть полон друзей;
- 9) в семье каждый обязан нести ответственность за свои поступки.

51. Как Вы считаете, какие отношения сложатся у Вас с приемными детьми, когда они вырастут:

- 1) дети останутся жить в Вашей семье и станут Вам опорой на старости лет;
- 2) дети воссоединятся с кровной семьей, но и о Вас не забудут;
- 3) дети вырастут и перестанут в Вас нуждаться.

52. Как Вы считаете, какое будущее ждет Ваших приемных детей:

- 1) некоторые получают специальность, будут честно трудиться, обзаведутся своими семьями;
- 2) это больные дети — их ждет судьба инвалидов;
- 3) кое-кто не сможет вести себя так, как требует общество, — их ждут исправительные учреждения.

53. Как сложатся, по Вашему мнению, отношения между кровными и приемными детьми (можно выбрать несколько ответов):

- 1) кровные дети будут чувствовать себя в доме хозяевами и притеснять приемных детей;
- 2) приемные дети будут обижать кровных детей;
- 3) приемные и кровные дети будут соревноваться, кто из них лучше;

4) некоторые из приемных и кровных детей будут дружить друг с другом, тогда как другие конфликтуют.

54. С какими из нижеприведенных суждений, характеризующих взаимоотношения супругов в приемной семье, Вы согласны (отметьте те суждения, с которыми Вы согласны):

- 1) супруги имеют возможность уделять друг другу достаточно времени;
- 2) у супругов есть много общих интересов, разговоров, дел, помимо детей;
- 3) супруги имеют возможность для свободного времяпрепровождения без детей;
- 4) все разговоры супругов так или иначе связаны с детьми;
- 5) супруги не имеют возможности спокойно пообщаться друг с другом, всегда кто-либо из детей будет требовать к себе внимания;
- 6) супруги все свободное время должны проводить вместе с детьми.

## Вопросы для проведения методики диагностики межличностных отношений («Социометрия»)

1. Если у Вас есть два (три) билета в кино, с кем из семьи Вы пойдете?
2. Если Вы затрудняетесь решить какую-то сложную проблему, то к кому из семьи Вы обратитесь за помощью?
3. Если Вас обидели, с Вами поступили несправедливо, к кому из семьи Вы обратитесь за поддержкой?
4. С кем из семьи Вы согласились бы оказаться на необитаемом острове?

## Материалы для социально-психологической работы с замещающей семьей<sup>1</sup>

**Наш дом.** Заполняется приемной семьей и передается ребенку.

ЧЕРНО-БЕЛАЯ  
ФОТОГРАФИЯ СЕМЬИ

1. О НАС: О ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЯХ, КОТОРЫЕ ЖИВУТ В ДОМЕ
2. Что мы любим делать: _____
1. Как выглядит наш дом: <i>(краткое описание места, количество комнат, размещение в них членов семьи)</i> _____
4. Домашние животные: _____

Мы все ждем встречи с тобой, мы знаем от других детей,  
что прийти в другой дом действительно трудно.  
Нам важно, чтобы ты чувствовал себя у нас в безопасности.

<sup>1</sup> Приводятся по: The RHP Companion to foster care, Ed. A. Wheal, Russell House Publishing.

**Обо мне.** Заполняется специалистом службы сопровождения совместно с ребенком и передается приемной семье.

Я хочу, чтобы меня называли \_\_\_\_\_

Важные люди в моей жизни (семья, друзья, другие взрослые) \_\_\_\_\_

Что я хочу знать о семье \_\_\_\_\_

Мои семейные связи \_\_\_\_\_

Еда, которую я люблю (чай / завтрак / ужин) \_\_\_\_\_

Еда, которую я не люблю \_\_\_\_\_

У меня твердые убеждения насчет \_\_\_\_\_

Моя любимая телепрограмма \_\_\_\_\_

Во что я лучше всего играю \_\_\_\_\_

Чтобы лучше ухаживать за мной, вы должны знать, что я должен:

ложиться спать в \_\_\_\_\_

носить очки \_\_\_\_\_

принимать лекарства в \_\_\_\_\_

(что-то еще) \_\_\_\_\_

Самая важная вещь, которую я принес с собой, - это \_\_\_\_\_

У меня этого нет, но мне нужно (роликовые коньки, бейсболка, другое) \_\_\_\_\_

Что мне нужно, если:

мне страшно \_\_\_\_\_

я болен \_\_\_\_\_

я печален \_\_\_\_\_

делаю глупости \_\_\_\_\_

(что-нибудь еще) \_\_\_\_\_

Время приема ванны я (моюсь сам, нуждаюсь в помощи, не мою голову) \_\_\_\_\_

—

Во время сна (нельзя выключать свет, я не люблю две подушки) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

если я просыпаюсь ночью, то \_\_\_\_\_

Вопросы, которые у меня есть, — это \_\_\_\_\_

### **Что должен знать ребенок**

*Заполняется членами семьи совместно со специалистами службы и передается ребенку.*

Я буду спать (указать где) \_\_\_\_\_

Мои вещи будут находиться (указать где) \_\_\_\_\_

Здесь живут (указать кто) \_\_\_\_\_

Постоянно в доме живут (указать кто) \_\_\_\_\_

а временно (указать кто) \_\_\_\_\_

Я могу называть (указать, как кого ребенок может называть)

\_\_\_\_\_

С проблемами я могу обратиться к (указать к кому)

\_\_\_\_\_

В этой семье я живу, потому что (указать причину, которая называется окружающим) \_\_\_\_\_

В семье приняты такие наказания и поощрения (назвать то, что ребенку нужно знать сейчас) \_\_\_\_\_

Рекомендация для родителей: дайте ребенку почувствовать, что в этом доме нет секретов.

### **Памятка для ребенка**

*Заполняется специалистами службы и отдается ребенку при помещении в семью.*

Имена работников службы сопровождения \_\_\_\_\_

Телефон службы \_\_\_\_\_

Ты можешь позвонить нам (время) \_\_\_\_\_

Ты сейчас живешь с \_\_\_\_\_

В \_\_\_\_\_

потому, что \_\_\_\_\_

Ты будешь разговаривать / увидишь снова (маму, папу, братьев, сестер, дедушку, бабушку и т.д.) такого-то числа \_\_\_\_\_

В следующий раз ты можешь увидеть нас, или специалисты службы свяжутся с тобой

---

## *Практические разработки*

*Казьмина Светлана Анатольевна -  
воспитатель МКДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 30 "Берёзка"»  
Луховицкого района, д. Головачёво, [swetlana.kazmina2016@yandex.ru](mailto:swetlana.kazmina2016@yandex.ru)*

### **Экологическая сказка «Хламище-окаянице»**

**Участники:** дошкольники 5-7 лет

**Цель:** формирование экологической культуры дошкольников посредством театрализованной деятельности.

**Задачи:**

**Образовательные:** учить проявлять любознательность, стремление глубже понять значение леса в жизни человека, бережно относиться к природе ради всего живого на земле, выполнять правила поведения в природе.

**Развивающие:** развивать познавательную активность, чувство единства с природой.

**Воспитательные:** воспитывать чуткое и бережное отношение к природе, к красоте окружающего мира, гуманное отношение ко всему живому, воспитывать нравственные качества- доброту, взаимопомощь, дружбу.

**Оборудование** Музыкальное сопровождение «Звуки природы», макеты деревьев, кустарников, костюмы (шапочки) для детей: старичок-лесовичок, старушка-лесовушка, два муравья, два медведя, хламище-окаянице, коробки-контейнеры с надписями: «Бумага», «Стекло», «Пластмасса», «Пищевые отходы»

**Продолжительность** – 15 минут

**Действующие лица:** Старичок-лесовичок, Старушка-лесовушка, два Муравья, Медведица Маша, Медведь Федя, Хламище-окаянице.

*Звучит музыка «Звуки природы»*

*Ведущий:*

В дальнем-дальнем лесу,  
На маленькой горушке.

В небольшой избушке  
Жили-поживали, годы коротали  
Старичок-лесовичок и  
Старушка-лесовушка.

*Старичок-лесовичок:*

Дружно жили, лес сторожили.  
Из года в год, из века в век  
Их не тревожил человек.  
А кругом красота – глаз не отведешь!  
И грибов и ягод, сколько хочешь, найдешь.  
Мирно жили в лесу и звери, и птицы.  
Могли старички своим лесом гордиться.

*Старушка-лесовушка:*

И были у них помощники, муравьи да два медведя:  
Хлопотунья Маша и ворчун Федя.  
Такие мирные и ласковые с виду,  
Они не давали лесовичков в обиду.  
И все бы ладно, все прекрасно,

*Ведущий:*

Да однажды осенним утром ясным  
Неожиданно с верхушки елки высокой  
Закричала тревожно Сорока.  
Попрятались звери, разлетелись птицы,  
Выжидают: что же такое случится?  
Наполнился лес и гулом, и криком,  
И беспокойством, и шумом великим.  
С корзинами, ведрами и рюкзаками

Люди приехали за грибами.  
До самого вечера машины гудели,  
А старичок-лесовичок и старушка-лесовушка,  
В избушке спрятавшись, сидели.  
И ночью-то, бедные, глаз сомкнуть не посмели.  
А утром солнышко ясное выкатилось из-за горушки,  
Осветило и лес, и избушку-вековушку.  
Вышли старички, на завалинке посидели,  
На солнышке косточки погрели  
И пошли поразмяться, по лесу прогуляться.  
По сторонам поглядели – и обомлели:

*Старичок-лесовичок:*

Лес не лес, а какая-то свалка,  
Которую и лесом-то назвать жалко.

*Старушка-лесовушка:*

Банки, бутылки, бумажки и тряпки  
Повсюду разбросаны в беспорядке.

*Старичок-лесовичок:*

- Да что же это делается такое?!  
Пойдем, старушка, лес прибирать,  
Мусор убирать, а то ни звери,  
Ни птицы здесь не будут водиться!  
Смотрят: а бутылки и банки вдруг вместе собираются,  
Друг к другу подбираются.  
Закрутились винтом – и вырос из мусора зверь непонятный,  
Тощий, неопрятный : Хламище-Окаянище.  
Костями грохочет, на весь лес хохочет:

*Хламище-Окаянице:*

Вдоль дороги по кустам –

Хлам, хлам, хлам, хлам!

По нехоженным местам –

Хлам, хлам, хлам, хлам!

Я – великий, многоликий,

Я – бумажный, я – железный,

Я – пластмассово-полезный,

Я – бутылочно-стеклянный,

Я – проклятый, окаянный!

Буду жить в вашем лесу –

Много горя принесу!

*Ведущий:*

Испугались лесовички, призадумались,

Кликнули они на помощь муравьёв-тружеников.

*Старичок-лесовичок:*

Муравьи, к нам на помощь все!

Поможем лесу в беде!

Вы видите, что наделали люди!

Помогите нам навести порядок в лесу!

*Старушка-лесовушка:*

Мы с чистотой и порядком дружим,

А мусор нам совсем не нужен.

Ну-ка мусор держись –

Лучше с нами не борись!

*1 муравей:*

От зари и до зари  
Следят за лесом муравьи  
Дровосеки целый день  
Разбирают старый пенёк,  
А строительный отряд  
Собирает щепки в ряд.

*2 муравей:*

Как врачи, леса Земли,  
Расчищают муравьи.  
Мусор быстро уберём,  
Лес в порядок приведём.

*У муравьёв в руках веники и совки, мешки для мусора.*

*1 муравей:*

А мы мусор убираем,  
Мы бумажки не бросаем.  
Лес аккуратно приберём  
И чисто-чисто подметём.

*2 муравей:*

Нам по душе чистота,  
У нас в лесу красота!  
Мы с чистотой и порядком дружим,  
А мусор нам совсем не нужен.

*Хламище-окаянице:*

Ой, ой, ой, муравьи!  
Убирать меня пришли!  
Я - Хламище-окаянице  
Мои владенья велики на суше и в воде.  
Все, кто мусор повсюду бросает,

Здоровья и радости мне прибавляет.

*Хламище-окаянице наступает грозно топая ногами и гремя банками-склянками на муравьёв и лесовичков. Муравьи прячутся за спины лесовичков*

*1 муравей:*

Не можем мы одни справиться с ним

С Хламищем-окаянищем таким.

*2 муравей:*

Позовём на помощь медведей.

Если возьмёмся все вместе, дружно,

Спасут лес наш труд и дружба!

*Прибежали хлопотунья Маша и ворчун Федя. Зарычали грозно, встали на задние лапы.*

*Ведущий:*

Что осталось делать Хламищу-Окаянищу?

Только драпать.

Раскатился он мусором по кусточкам, по канавам и кочкам,

Да все подальше, да все в сторонку,

Чтобы не достали медведи ни одну бумажонку.

Собрался в кучу, завертелся винтом,

И снова стал Хламищем-Окаянищем.

Что делать? Как до Хламища-Окаянища добратся?

Сколько можно по лесу за ним гоняться?

Приуныли старички-лесовички,

Притихли медведи, спрятались муравьи.

Только слышат: кто-то поет,

Смотрят: а это девочка Маша в лес идёт.

Идет – удивляется: что это столько мусора в лесу валяется?

*Маша выходит, останавливается рассматривает мусор.*

*Маша:*

Кто же здесь так насорил?

Одной мне не управиться.

Позову-ка я на помощь своих друзей. (*Звонит по телефону*).

Друзья, выручайте, кто-то в лесу намусорил

Надо лес спасать, от мусора избавлять

*Пришли друзья с тележками, совками, собрали мусор и вывезли его на край  
леса.*

*Маша:*

Смотрите контейнеры стоят на краю леса.

Давайте разберём мусор из тележки в контейнеры.

Это бумага – не мусор, нужно собрать её отдельно,

Ведь из неё делают новые тетради, книги и учебники.

*Кладёт газеты, картон, журналы в контейнер с надписью «БУМАГА».*

*1 ребёнок:*

Остатками еды накормим птиц и домашних животных,

Отнесём их в контейнер с пищевыми отходами.

*2 ребёнок:*

Пластмассовые стаканчики и бутылки не будем выбрасывать –

Из них детям сделают новые игрушки.

*3 ребёнок:*

Стекло, пустые баночки, стеклянную посуду

Поместим в контейнер для стекла.

*4 ребёнок:*

В природе нет мусора, нет отходов,

Давайте учиться у природы.

*Маша:*

Необходимо беречь природные ресурсы!

А для поддержания чистоты достаточно одного – НЕ МУСОРИТЬ!

Дружно все взялись мы за дело

Сколько смогли сделать умело!

Мы не одни, нас много народа

Крепкая дружба спасает природу!

*Ведущий:*

Старички-лесовички вернулись в свою избушку-вековушку,

Живут-поживают, чаек попивают.

Хмурится небо иль солнышко светит,

Лес – он прекрасен и радостно светел.

*Маша:*

В шепоте листьев, в дыхании ветра

Столько отрады и радости светлой!

Нежные звуки и чистые краски,

Лес – это самая дивная сказка!

*1 муравей:*

Высокие горы, густые леса-

Мир уникальный, чистый.

Заповедные чудеса

Под солнцем живут лучистым.

*2 муравей:*

Здесь тропы и норы, ковры из цветов

И птицы в гнездах живут.

Тут каждый зверек имеет свой кров

Здесь песни о мире поют.

*Все участники спектакля кланяются и под музыку уходят.*

*Казьмина Светлана Анатольевна -  
воспитатель МКДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 30 "Берёзка"»  
Луховицкого района, д. Головачёво, [swetlana.kazmina2016@yandex.ru](mailto:swetlana.kazmina2016@yandex.ru)*

### **«Путешествие в сказку "Репка"»**

Конспект организованной образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста по образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» с использованием ИКТ и нетрадиционной техники конструирования из нестандартных материалов по мотивам русской народной сказки «Репка».

**Вид:** интегрированное занятие

**Продуктивная деятельность:** аппликация.

**Участники:** дошкольники 3-4 года

**Цель:** продолжать формировать нравственные качества и коммуникативные умения.

**Задачи:**

Обучающие: учить узнавать и называть сказки; закреплять умение рассказывать сказку «Репка» по картинкам на магнитной доске; закреплять знания в области классификации овощей и ягод; продолжать учить конструировать животных из нестандартных материалов;

Развивающие: развивать тактильные ощущения детей; активизировать мыслительные процесс в ходе творческой деятельности; развивать воображение, мелкую моторику, эстетическое отношение к окружающему миру; способствовать формированию умения детей отражать игровые действия и имитировать действия в соответствии с текстом произведения; развивать эмоциональную отзывчивость (чувство взаимопомощи); развивать зрительное и слуховое внимание;

Воспитательные: воспитывать у младших дошкольников дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь;

способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения; воспитывать интерес к русскому народному фольклору; воспитывать трудолюбие, желание выполнять различные трудовые поручения.

**Двигательная активность:** пальчиковая гимнастика «Дождик», ходьба по следам.

**Технология ИКТ:** использование ноутбука, звукозаписи.

**Оборудование:** Макет избы, большая кукла – дед; следы обуви человека (большие, маленькие), следы кошки; большая кукла – бабка, большая кукла – внучка; муляжи овощей и фруктов; картинки персонажей сказки «Репка»; магнитная доска; зонтик; листы бархатной бумаги на каждого ребёнка; заготовки мышки (туловище – плотный фетр, уши – ватные диски, нос – пуговица, глаз – пуговица, хвост – шерстяная нитка)

**Организация непосредственно – образовательной деятельности в режимных моментах (предварительная работа):** чтение художественной литературы - сказки, потешки, заклички, отгадывание загадок; рассматривание иллюстраций к сказкам. Продуктивная деятельность – конструирование мышки из нестандартных материалов, отгадывание загадок по лексической теме «Овощи», игры с пуговицами, д/и «Угадай героя сказки».

### Содержание занятия

*Звучит музыка. Дети с воспитателем, одетым в русский народный сарафан, входят в зал. Здравуются с гостями.*

*Воспитатель.* Вы любите сказки? Какие сказки вы знаете? Проверим хорошо ли вы знаете героев сказок. Кто говорил эти слова:

Я от дедушки ушёл,

Я от бабушки ушёл...?

*Дети:* Колобок!

*Воспитатель.* А кто пел эту песню:

Ребятушки, козлятушки,

Отопритесь, отворитесь..?

*Дети:* Коза!

*Воспитатель:* Кто утешал бабушку с дедушкой:

Не плачьте, бабушка,

Не плачьте, дедушка..?

*Воспитатель:* Молодцы! Я приглашаю вас в гости к сказке. Скажем волшебные слова:

В ладоши хлопнем,

Ножкой топнем,

Скажем: «Ах!»,

И окажемся в гостях!

*Воспитатель:* Чтобы узнать в какой сказке мы оказались, необходимо отгадать загадку:

Круглый бок, желтый бок,

Сидит на грядки колобок.

Врос в землю крепко.

Что же это? (*Репка*)

*Воспитатель:* Ребята, посмотрите, следы, как вы думаете кто мог их оставить.

*Дети:* Следы большие, наверное их оставил дедушка. Дети идут по следам и приходят к избе. На лавочке сидит грустный дедушка. Он посадил репку и ждёт дождика, который польёт репку. Давайте поможем дедушке – позовём дожди: (*пальчиковая гимнастика «Дождик»*):

*Дети.*

Капля раз, капля два,

Капля медленно сперва.

Стали капли попевать.

Капля каплю догонять.

*Воспитатель:* Ребята, дождик пошёл, прячьтесь под зонтик. Посмотрите, следы. Как вы думаете, чьи они?

*Дети:* Следы маленькие, наверное бабушкины.

*Воспитатель:*

По следам мы пойдём  
В гости к бабушке придём.

*Дети идут по следам. Приходят к бабушке и внучке.*

*Воспитатель:* Бабушка и внучка готовят обед. Бабушка будет варить щи, а внучка – компот. Они просят нас помочь им разобрать овощи и фрукты по корзинкам.

*Дети разбирают овощи и фрукты по разным корзинкам.*

*Воспитатель:* Проверим, правильно ли мы разложили овощи и фрукты по корзинкам. Молодцы! Справились. Теперь бабушка и внучка быстро приготовят обед. *Воспитатель обращает внимание на следы зверя.*

*Воспитатель:* Чьи это следы? Они похожи на следы дедушки и бабушки?

*Дети:* Это следы зверя. Кошки или собаки.

*Воспитатель:* Кошка с Жучкой поссорились. Они никак не решат, кто первым пойдёт деду помогать репку тянуть. Давайте их помирим.

*Дети проходят по следам к магнитной доске и столу на котором лежат картинки персонажей сказки. На магнитной доске уже размещена большая репка и дедушка.*

*Воспитатель:* Давайте расскажем сказку «Репка» для кошки и Жучки.

*Воспитатель:* Кого позвал дедушка? Как он позвал бабушку?

*Дети:* Бабка, помоги мне вытянуть репку.

*Воспитатель:* Поставьте бабушку.

*Дети на столе ищут картинку бабушки и размещают её на магнитной доске рядом с дедушкой.*

*Воспитатель:* Смогли они вытянуть репку?

*Дети:* Нет.

*Воспитатель:* Кого они позвали?

*Дети:* Внучку.

*Воспитатель:* Как они её позвали?

*Дети:* Внучка, помоги нам вытянуть репку.

*Дети на столе ищут картинку внучки и размещают её на магнитной доске рядом с бабушкой.*

Воспитатель: Как они стали тянуть? Смогли они вытянуть репку?

Дети: Нет.

Воспитатель: Кого они позвали?

Дети: Собаку Жучку.

Воспитатель: Как они её позвали?

Дети: Жучка, помоги нам вытянуть репку.

*Дети на столе ищут картинку Жучки и размещают её на магнитной доске рядом с внучкой.*

Воспитатель: Как они стали тянуть? Смогли они вытянуть репку?

Дети: Нет.

Воспитатель: Кого они позвали?

Воспитатель: Как они её позвали?

Дети: Кошка, помоги нам вытянуть репку.

*Дети на столе ищут картинку кошки и размещают её на магнитной доске рядом с Жучкой.*

Воспитатель: Как они стали тянуть? Смогли они вытянуть репку?

Дети: Нет.

Воспитатель: Кого они позвали?

Дети: Мышку.

Воспитатель: Как они её позвали? Найдите мышку и поставьте её рядом с кошкой.

Дети: Здесь нет мышки.

Воспитатель: Где мышка?

Дети: Кошку испугалась.

Воспитатель: Давайте поиграем и найдём её.

*Дети идут по кругу и тихо говорят:*

Тихо-тихо мышка идёт,

А кот лежит на кровати.

И если мышка пискнет сейчас,

То кот её схватит.

*Воспитатель:* Как вы думаете, репку без мышки смогут вытянуть?

*Дети:* Нет.

*Воспитатель:* Я предлагаю сделать мышку.

*Дети подходят к столам и из частей выкладывают мышку на бархатной бумаге. Звучит музыка. Дети выкладывают мышек. Воспитатель следит, помогает, поправляет.*

*Воспитатель:* Сколько у нас получилось мышек?

*Дети:* Много.

*Воспитатель:* Как вы думаете, теперь репку вытянут?

*Дети:* Вытянут.

*Воспитатель:* Друзья всегда помогут.

*Дети ставят мышку рядом с кошкой. Воспитатель вносит большую бутафорскую репку, ставит её рядом с детьми.*

*Воспитатель:* Сказочные герои угостили нас репкой. Хорошо иметь друзей.

*Дети исполняют песню про друзей.*

*Воспитатель:* Нам пора возвращаться в детский сад.

В ладоши хлопнем,

Ножкой топнем,

Скажем: «У-у-у!»,

И окажемся в детском саду!

*Ткачук Ольга Сергеевна -  
педагог-психолог, МБОУ СОШ №17,  
г.о. Коломна, [tkachuk.st@rambler.ru](mailto:tkachuk.st@rambler.ru)*

### **Психологическая игра-путешествие «Поезд»**

**Участники:** школьники 5 класс, с привлечением учителя начальных классов и классного руководителя, проводится в октябре-ноябре после проведения диагностики адаптации к обучению в 5 классе, необходимое время – 40 минут

**Цель:** Поддержка учащихся в период адаптации к средней школе посредством предоставления возможности общения на новом этапе школьной жизни в рамках тренинговой группы.

#### **Задачи**

Развивающие:

- ✓ развивать внутригрупповые отношения; умение работать в группах по заданию;
- ✓ научить осознанию особенностей обучения и общения в средней и старшей школе;
- ✓ помочь в осознании собственных индивидуальных особенностей и особенностей одноклассников.

Воспитательные:

- ✓ способствовать сплочению классного коллектива;
- стимулировать личный вклад каждого учащегося в общее дело.

**Оборудование:** бумага формата А4, цветные карандаши, таблички для перрона, номера купе, касса, «билетики», музыкальное оформление.

#### **Ход игры**

*В классе, превращённом на время игры в вокзал, звучит музыка. Ребята встают в круг, слушают ведущего.*

*Ведущий:* Сегодня мы отправляемся в путешествие на поезде. Мы будем останавливаться на разных станциях, встречаться с разными людьми. Нас ждут старые друзья, но может так случиться, что вы приобретёте и новых. Всё зависит от вас. Наше путешествие начнётся с вокзала. Но для начала давайте поприветствуем друг друга и наших сегодняшних гостей.

### ***Упражнение «Приветствие»***

- Помашите рукой те, у кого в имени есть буква А.
- Помашите рукой те, у кого есть домашнее животное.
- Помашите рукой те, кто умеет играть на музыкальных инструментах.
- Помашите рукой те, кто любит сладкое.
- Помашите рукой те, кто с удовольствием ходит в школу.
- Помашите рукой те, у кого сегодня хорошее настроение.

*Ведущий:* На вокзале всегда много народу, все куда-то торопятся, толкаются. Нам ни в коем случае нельзя потеряться, поэтому мы должны хорошенько узнать друг друга и запомнить главные качества наших попутчиков.

### ***Упражнение «Снежный ком»***

*Передавая по кругу предмет, участники называют своё имя и качество своего характера на букву имени (Ольга – ответственная, Анна – аккуратная и т.п.)*

*Ведущий:* А теперь я прошу всех участников закрыть глаза и свободно перемещаться по помещению, стараясь ни с кем не столкнуться. При этом вам необходимо меня слушать. Как только я дам команду, вы должны будете объединиться в группу, состоящую из 2х, 3х или 4х человек (в конце упражнения все опять собираются в круг, разминка окончена).

*Звучит голос классного руководителя - «кассира»:* внимание, пассажиры! Желающие приобрести билеты, просьба подойти к кассе.

*Ведущий:* Для того, чтобы получить билет, вам необходимо выполнить задание. На листочках написаны имена ваших одноклассников. Вы вытаскиваете по 1 листочку и называете какое-то важное качество этого человека, которое помогло бы вашей команде пройти путь до конечной станции. Только после этого вы получите билет на поезд. Просьба билеты сохранять до

конца поездки!

*Ведущий помогает детям выстроиться в очередь, приходит на помощь тем, кто затрудняется выполнить задание. Кассир при этом вслух читает написанное и выдаёт билеты.*

*Ведущий:* Поезд отправляется в путь. Первая остановка – станция «Таланты среди нас». На этой станции вам необходимо продемонстрировать лучшие качества, присущие пятиклассникам – ум, юмор, дружба, находчивость. Вы согласны? Задание вы будете выполнять по группам. Для выполнения первого задания нужны люди, умеющие нестандартно мыслить, для второго – знатоки русского фольклора, для третьего – люди, умеющие коллективно решать творческие задачи, четвертое задание требует умения изобретать. Сейчас вы сами разобьётесь на группы, и каждая группа получит своё задание.

*Дети разбиваются на группы и получают конверты с заданиями (см. Приложение 1). Группы выполняют задания, демонстрируют результаты всему классу, потом все вместе обсуждают, что помогало в выполнении задания, что мешало. После обсуждения класс опять выстраивается в паровозик и отправляется в путь.*

Перед следующей станцией поезду преграждает путь «семафор» (классный руководитель) с красным кружком в руке – ваше дальнейшее движение возможно только в том случае, если вы скажете друг другу добрые слова, комплименты. Встаньте парами, идите вперёд, а около семафора остановитесь, посмотрите друг на друга и скажите другу что-нибудь приятное, затем проходите к следующей станции.

*Когда все проходят, «семафор» даёт поезду зелёный сигнал. Перед прибытием дети обсуждают, легко ли им было говорить друг другу добрые слова, приятно ли было слушать.*

*Ведущий:* наш поезд прибывает на станцию «Вспоминаем прошлое». Вы узнаете человека, который вас встречает на этой станции? Да, это ваш первый учитель – Ирина Ивановна. Давайте вместе с ней вспомним что-то из того времени, какие-то смешные случаи.

*Дети вместе с учителем вспоминают, постепенно переходят к обсуждению того, что им дала начальная школа, говорят слова благодарности.*

*Ведущий:* перед тем, как мы покинем эту станцию, запишите ваши пожелания на листе «Начальная школа, спасибо за...» или просто распишитесь на нём на память или нарисуйте что-нибудь.

*Дети пишут на листе, затем строятся паровозиком и идут дальше. Ведущий останавливает поезд и говорит, что сейчас он въедет в тоннель, всем завязывают глаза.*

*Ведущий:* в тоннеле темно, вам нужно крепко держаться за руки, не торопясь, помогать друг другу. Если поезд разорвётся, мы вернём его в начало тоннеля.

*После тоннеля ведущий спрашивает детей, было ли им страшно, что они чувствовали при прохождении тоннеля и т.п. Поезд возвращается на вокзал, где пассажиров ждут купе (составленные по 4 стулья). На каждом купе прикреплены номера мест, они же указаны и на билетах.*

*Ведущий:* прошу всех занять свои места, согласно купленным билетам.

Вы сейчас едете в одном поезде, в одном вагоне, в одном купе. Всегда интереснее ехать, если завяжется разговор с попутчиками. Послушайте задание, которое вы будете выполнять. Вам необходимо за 5 минут найти как можно больше тем, на которые интересно говорить всем, кто едет в вашем купе. Возьмите бумагу и ручку и записывайте эти темы. Через 5 минут вы зачитаете список.

*Участники обсуждают и выбирают темы. По окончании работы каждая группа зачитывает свой список, а затем дети вместе с классным руководителем составляют общий список тем, которые можно было бы рассматривать на внеклассных мероприятиях.*

### **Упражнение «Опиши человека»**

*Выбирается один человек из класса, задание для него – выбрать одноклассника, наиболее активного сегодня на игре, которого можно было бы назвать лидером, и описать его, не называя имени. Класс угадывает ученика.*

*Ведущий:* ребята, я благодарю вас за внимание, за интерес к нашей игре. Надеюсь, что вы будете такими же дружными, остроумными и непосредственными до самого окончания школы. Счастливого пути!

Игра даёт классному руководителю возможность увидеть своих детей в ситуации организованного общения. Наблюдая за детьми на станциях, можно выделить тех, кто умеет организовывать деятельность группы или разрушить её, организовать обсуждение или разрушить его. Также можно понять, насколько класс владеет навыками работы в группах, какая помощь необходима им в таком виде деятельности. Всё это может найти отражение в дальнейшей работе классного руководителя.

В процессе игры появляется список тем и вопросов, интересных детям, это можно учитывать в разработке и планировании различных мероприятий.

## **Приложение**

### **Задание для юных изобретателей**

Вам, юные изобретатели, необходимо придумать и нарисовать несуществующий прибор, необходимый в домашнем хозяйстве, а к нему – инструкцию по применению.

### **Задание фольклористам**

Вам, знатоки устного народного творчества, нужно продолжить частушки и спеть их.

Я на улицу пойду,..... себе найду,

Будет снова у меня ..... на два дня.

Как у нашей Вали ..... украли.

Тише, Валечка, не плачь, .....

Задание творческой команде.

Вам, самые креативные, нужно придумать и показать сказку, в которой принимают участие Красная Шапочка, Буратино, Бэтмен, Золушка и Карлсон.

Задание юным интеллектуалам.

Отгадайте в загадках два слова, состоящие из одинаковых букв.

Легко дыша в моей тени,  
Меня ты летом часто хвалишь,  
Но буквы переставь мои –  
И целый лес ты мною свалишь.

Известное я блюдо,  
Когда прибавишь «м»,  
Лететь, жужжать я буду,  
Надоедая всем.

*Ткачук Ольга Сергеевна -  
педагог-психолог, МБОУ СОШ №17,  
г.о. Коломна, [tkachuk.st@rambler.ru](mailto:tkachuk.st@rambler.ru)*

### **Классный час «Разные, но равные»**

**Участники:** школьники 6-7 класс, многонациональные классы.

**Цель:** Формирование толерантного отношения к людям разных национальностей, толерантного поведения в школьном пространстве.

#### **Задачи**

Образовательные:

- ✓ знакомство детей с понятием «толерантность», «толерантное отношение»;
- ✓ обучение пониманию причин и механизмов возникновения негативных стереотипов и предрассудков;
- ✓ раскрытие процесса формирования образа врага и связанных с ним

явлений;

Развивающие:

- ✓ поиск способов позитивного взаимодействия с «другими»;
- ✓ развитие коммуникативных навыков;
- ✓ развитие воображения детей.

Воспитательные:

воспитание уважения и доброго отношения к другим людям.

**Оборудование:** Компьютер, проектор, экран, презентация «Разные, но равные», песня «Дети Солнца» группы «Непоседы». Оформление кабинета: вырезки из журналов с портретами людей разных стран мира, плакаты с высказываниями о вежливости, терпении, дружбе (приложение 2)  
Предварительная подготовка: распечатка памятных закладок для книг для каждого ученика и гостей классного часа (приложение 1); 8 учеников и классный руководитель задействованы в подготовке и проведении мероприятия.

#### **Введение. Вступительное слово учителя.**

Добрый день, друзья. Мы очень старались сделать так, чтобы всем было уютно у нас в гостях. Мы хотим, чтобы после нашей встречи в сердце каждого поселилась теплота. А говорить мы сегодня будем о странном, пока незнакомом, о толерантности. И попробуем в итоге составить портрет толерантного человека.

Итак, каким же должен быть толерантный человек, в какой семье и каком городе он должен жить, и, наконец, что значит «жить в толерантной стране»?

Давайте представим, что я совсем вас не знаю и хочу узнать вас как можно лучше. Перед вами лежат карточки – улыбки. Возьмите ручки и напишите на них, какое качество в вас самое достойное.

*Ученики записывают качества,  
учитель кладёт листочки в сундучок.*

У каждого из нас много достойных качеств, а значит, много возможностей, мы сильны тем хорошим, что в нас есть. А как вы думаете, почему я сложила ваши улыбки в сундучок? Потому что именно в сундуках хранят богатство.

*Дети, размышляя, приближаются к пониманию, что богатство – это то, что помогает человеку, его близким что-то решить, преодолеть, с чем-то справиться, кому-то помочь.*

Итак, бывает богатство, которое можно потрогать, потратить. А бывает богатство, которое можно только почувствовать. И как ни странно – прочнее то богатство, которое заключено в наших достоинствах, нашем характере. Все наши достоинства можно назвать одним словом – толерантность. Что же это такое?

Люди разных национальностей и вероисповеданий по-разному трактуют это понятие.

Tolerance (французский) – отношение, при котором допускается, что другие могут думать или действовать иначе, нежели ты сам;

tolerance (английский) – готовность быть терпимым, снисходительность;

терпимость (русский) – способность терпеть что-то или кого-то, быть выдержанным, выносливым, стойким, уметь мириться с существованием чего-либо, кого-либо, считаться с мнением других, быть снисходительным.

Толерантность – это:

- сотрудничество,
- уважение человеческого достоинства,
- уважение прав других людей,
- признание равенства других,
- терпимость к чужим мнениям, верованиям и поведению,
- умение владеть собой,
- умение слушать,
- способность к сопереживанию,
- чуткость,
- доверие,
- чувство юмора,
- взаимопонимание,
- сочувствие,
- неприятие терроризма и расовой дискриминации.

Смотрите, качества, которые я перечислила, похожи на те, что вы записали на своих улыбках. И я предлагаю начать создание портрета толерантного человека именно с этого – он должен быть (*учитель зачитывает качества и прикрепляет улыбки к доске*).

Итак, первый шаг сделан. А как же должен выглядеть этот человек? О чём он должен мечтать, во что верить? Поможет нам в этом разобраться небольшая игра.

### **Игра «Пузовязельские переговоры»**

*Ученица:* Писателей и кинематографистов издавна вдохновляла идея о том, что под землёй в той или иной форме существует жизнь. Так, например, известный французский писатель Андре Моруа в своей единственной детской

книжке описал фантастический мир Подземье, в котором располагалось два государства – Долговязская республика и Толстопузское королевство. Как вы, наверное, догадались, жители Долговязской республики были высокими и худыми, а жители Толстопузского королевства – невысокими и пухленькими. Но отличались они не только этим, у них были совершенно разные характеры. Толстопузы были медлительными и любили отдыхать, а долговязы – быстрыми и любили работать. Интересы у них тоже были разные: любимым занятием толстопузов была еда, а в свободное время они очень любили поспать. Долговязы же постоянно работали, а в перерывах любили считать. Вкусы у них тоже различались, например, любимой фигурой толстопузов был круг, а долговязы любили всё длинное и узкое. Их государства были соседями, а как известно, отношения между соседями обычно складываются непросто. Граница между этими государствами проходила по суше через пустыню Пузохару, а часть по Подземскому морю. Морская граница проходила через небольшой островок, разделяя его на две равные части. В течение многих лет государства спорили, кому будет принадлежать остров, но в итоге решили считать его нейтральной территорией. Однако страны так и не смогли договориться, как будет называться этот остров: толстопузы настаивали на названии Толстовяз, а долговязы – на названии Долгопуз. Для урегулирования именно этого вопроса в пограничном городе Пузовязеле организовали первые Пузовязельские переговоры. На переговоры прибыли делегации, представляющие интересы обоих государств.

*На импровизированную сцену выходят представители обоих государств. Они представляют свои государства, рассказывают о жителях и их нравах.*

**Первый толстопуз:** Мы, толстопузы – славный народ! Мы никогда ни на что не сердимся, ни о ком не говорим дурно, даже грустим и то очень редко. Целыми днями смеёмся, развлекаемся и шутим. Разговоры наши чаще всего касаются кулинарии, мы обожаем обмениваться рецептами. Едим, конечно, многовато, а после еды любим четверть часика поспать. Только одно может

омрачить нам настроение – мысли о зловредных долговязах! Но, несмотря на праведный гнев, большинство толстопузов хотело бы жить с соседями в мире. А это – наш славный правитель! (*показывает изображение Короля*)

**Ведущий:** А чем же вам так не угодили долговязы?

**Второй толстопуз:** Мы стараемся не обращать внимание на то, что выглядят они не очень-то привлекательно: тощие как смерть, жёлтые, как лимон, и вообще... Они почти не едят, пьют одну воду и работают без продыха, даже когда в этом нет необходимости. Но самое ужасное то, что долговязы непременно хотят заставить и других жить так же, как они сами! Этого мы допустить не можем, поэтому остров должен называться Толстовяз!

**Первый долговяз:** А это наш герцог (*демонстрирует портрет правителя*). Мы, его подданные, очень любим работать, у нас ни один человек никогда не тратит времени на развлечения. Самая большая драгоценность для нас – время. Мы даже встречи назначаем с точностью до секунды: скажем, в 6 часов 17 минут 3 секунды. Мы едим дважды в сутки, стоя, очень быстро и очень мало. Очень любим считать. Вкус к комфорту считается у нас слабостью. Мы не злые, но амбизиозные, часто спорим друг с другом. Родители всегда очень строги к детям, ведь это нашим малышам только на пользу! А больше всего на свете мы не любим толстопузов.

**Второй долговяз:** Почему, спросите вы? Потому что выглядят они просто ужасно – непомерно толстые, как подушки, краснощёкие, как помидоры. Они ленивы, как кошки, целый день пьют, едят, а больше всего спят. Хуже всего, что будь их воля, они насадили бы свои чудовищные обычаи по всему Подземью. Однозначно, остров должен носить название Долгопуз!

**Первый толстопуз:** Да вы – просто жадные и хитрые!

**Первый долговяз:** Нет, мы экономные и находчивые!

**Второй толстопуз:** Вы агрессивные и вспыльчивые!

**Второй долговяз:** Нет же, мы просто активные и немного темпераментные!

**Первый долговяз:** А вы – ехидные и навязчивые!

**Первый толстопуз:** Что вы! Мы остроумные и общительные!

**Второй долговяз:** Вы трусливые и бесхарактерные!

**Второй толстопуз:** Помилуйте, мы просто очень осторожные и крайне покладистые!

**Ведущий:** Друзья! К чему все эти споры? И зачем вы ищете друг в друге только плохое? Постарайтесь увидеть то, что не сразу бросается в глаза, то хорошее, что есть в каждом из вас, неважно, как вы выглядите, из какой вы страны и каковы ваши взгляды на жизнь! Все мы – разные, все отличаемся друг от друга внешне. Но в душе все мы хотим мира, добра и взаимопонимания. Давайте спросим у простых граждан, что они любят, а что – нет? Что умеют и чему хотят научиться?

*Учащиеся класса встают по очереди и зачитывают заранее подготовленные визитные карточки.*

### **Игра «Апельсины»**

**Ведущий:** Мы разные, но мы похожи. Смотрите, я докажу вам это!

*Учитель раздаёт детям по 1 апельсину (мандарину) и предлагает внимательно их рассмотреть, понять – похожи они или нет, смогут ли ребята при перемешивании апельсинов между собой найти свой. Затем дети должны очистить апельсин и разделить его на дольки. Учитель интересуется: «А сможете ли вы теперь, поменявшись, перепутав апельсины найти свой?». Дети должны прийти к пониманию того, что несмотря на разную внешность, все люди похожи своими внутренними качествами, а значит, должны принимать друг друга.*

**Учитель:** А теперь я предлагаю нашим делегациям подписать мирное соглашение и назвать спорный остров Островом толерантности.

*Участники спора подписывают соглашение, жмут друг другу руки и садятся на места*

**Ведущий:** Мы рады, что спор наших гостей разрешился. Благодаря им мы наконец-то можем завершить создание нашего портрета – портрета толерантного человека. Какой он должен быть внешне? Неважно! Как король

Толстопуз или герцог Долговяз. Как его зовут? Всё равно! Важно только то, что он уважает достоинство каждого другого человека, умеет слушать и владеть собой, обладает хорошим чувством юмора, он способен сочувствовать и сопереживать, он не принимает терроризм и не признаёт расовой дискриминации. Он способен быть человеком! Он способен жить, как люди!

### **Толерантность вокруг нас. Дискуссия.**

Дорогие ребята! Люди создают семьи, чтобы не быть одинокими, чтобы отдавать кому-то свою любовь и заботу, чтобы продолжать свой род. Толерантная семья. Какими качествами должна обладать такая семья, ваша семья? Продолжите фразу «В моей семье ……» (*выслушать ответы воспитанников*)

**Ученик 1:** В моей семье:

- все терпимые и терпеливые;
- здоровые, добрые, любящие;
- уважающие, понимающие, поддерживающие друг друга;
- окружающие друг друга заботой;
- внимательные, отзывчивые, интересующиеся планами и заботами друг друга;
- успешные, независимые, счастливые.

**Ведущий:** Каждый ребёнок мечтает жить в семье, где его любят, заботятся о нём, помогают ему, доверяют. Но семья существует в обществе. А наше общество – это, например, жители нашего города. Толерантный город. Чем же должен отличаться такой город, наш город? Продолжите фразу «В моём городе ……» (*выслушать ответы воспитанников*)

**Ученик 2:** В моём городе:

- прохожие доброжелательные, вежливые, нарядные;
- улицы, дворы и парки чистые, ухоженные;
- воздух чистый, природа здоровая;
- школа просторная, светлая;

- учителя умные, добрые, справедливые, понимающие, умеющие поддержать, любящие свое дело, свою работу и детей, знающие и понимающие интересы учеников;

– учащиеся доброжелательные, уважающие друг друга и всех сотрудников школы, умеющие слушать и слышать, понимающие и поддерживающие друг друга.

**Ведущий:** Наш город– это наша малая Родина. А наша страна? Что же такого особенного должно быть в такой стране, в нашей России? Продолжите фразу «В моей России.....» (*выслушать ответы воспитанников*)

**Ученик 3:** В моей России

– власть справедливая, профессиональная, ответственная, заботящаяся о своих гражданах;

– народ здоровый, доброжелательный, трудолюбивый, обеспеченный, заботящийся о процветании своей страны;

– все граждане – патриоты своей страны, свободные, уважающие права свои и других, ценящие добрососедские отношения, мир и согласие, право каждого быть самим собой;

– страна сотрудничает с другими странами мира, сохраняя мир и дружбу во всем мире.

**Ведущий:** В нашей стране мы строим культуру мира. Мы больше получим, чем отдадим, если будем чаще вспоминать про то, что нас соединяет, про то, что человек становится Человеком только благодаря другому человеку.

Мы каждый час и каждый день встречаемся с повседневностью. Повседневность – это кофе, каникулы, пицца, автомобиль, иначе говоря, самые обыденные вещи, без которых невозможна сегодняшняя цивилизация. Утром – кофе, летом – каникулы, каждый день автомобиль. А какие примеры из своей повседневной жизни можете привести вы? (*звучат ответы детей*).

А теперь я приведу один известный пример. Речь идёт о немецком плакате, формирующем повседневную толерантность. Он был создан в конце 60-х годов, во Франкфурте-на-Майне и публикуется сегодня в немецких

школьных учебниках, представлен в музейных витринах и на уличных рекламных тумбах.

Простой и динамичный ритм плаката, ссылки на повседневность – сделали его необыкновенно популярным.

Он нравится интеллектуалам и молодежи, он убедителен для людей разных возрастов.

Его создавали философы, культурологи и активисты университетских молодежных движений 68 года.

Что же собой представляет этот плакат? *(демонстрируется плакат на доске)* На нем всего семь строчек, написанных как бы от руки:

Твой Иисус – еврей.

Твой автомобиль – японский.

Твой кофе – бразильский.

Твои цифры – арабские.

Твои буквы – латинские.

Твоя демократия – греческая.

Твой сосед после этого всего - лишь иностранец?

Смысл плаката в том, что:

- человек всегда пользуется культурными достижениями, опытом других наций (буквы, цифры, демократия);
- повседневными трудами других народов (кофе выращивают в одной стране, отпуск проводят в других странах, пользуются автомобилями разных стран).

И символ веры, Иисус Христос был рожден другим народом. Можно ли при этом смотреть свысока на иностранцев, людей других национальностей?!

А значит, что необходимо человеку в эпоху глобализации? Конечно, толерантность.

### **Подведение итогов. Рефлексия.**

**Ученик 4:** Толерантность – слово иностранное,

Но для всех понятное давно.

Будь терпимым к дальнему иль странному –  
Отстранённым, будто бы в кино.  
Речь здесь не идёт о равнодушии,  
И о чёрствости никто не говорит.  
Деликатность и терпение к живущему  
Рядом нам совсем не повредит.  
Будь терпимым ко всему инакому:  
К вере, взглядам, мыслям и одеждам...  
И тогда, пожалуй, ясно всякому,  
Тихая затеплится надежда,  
Что мы можем жить, такие разные,  
В этом мире вечного движения!  
А для обретенья толерантности  
Нужно просто чувство уважения!

**Ведущий:** Что ж, сегодня мы многое узнали о толерантности, я вижу, что классный час вам понравился и надеюсь, что он оставит глубокий след в душе каждого. Он помог нам всем понять, что только уважение друг к другу, взаимопонимание, терпимость, соблюдение равноправия на деле спасут мир. Мы не сможем в одночасье сделать толерантным ни своё поведение, ни поведение других людей, и не надо корить себя за это. Однако важен даже самый маленький шаг в этом направлении.

Пусть каждый из вас, пусть наш класс, наша школа, наш город и наша Россия всегда будут островами толерантности для всех жителей большой планеты Земля!

Я благодарю всех за активное участие. Спасибо за внимание! А на память о нашем мероприятии я хотела бы подарить всем закладки, которые будут напоминать вам о принципах толерантности.

*Раздаются закладки и звучит песня «Дети Солнца» группы «Непоседы»*

## Литература

1. Никулина О.В. Формирование основ толерантного сознания // Справочник классного руководителя. – 2008. - № 10. – С. 53 – 63.
2. Декларация принципов толерантности, утв. резолюцией Генеральной конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 г. – М., 1995.
3. Кривцова С.В., Патяева Е.Ю. Семья. Искусство общения с ребёнком / Под ред А.Г.Асмолова. – М.: УЧЕБНАЯ КНИГА БИС, 2008. – 160 с.:ил.
4. Социальная компетентность классного руководителя: режиссура совместных действий/ Под ред А.Г.Асмолова. – М.: УЧЕБНАЯ КНИГА БИС, 2007. – 160 с.:ил.
5. Искусство жить с непохожими людьми: психотехника толерантности / под ред А.Г.Асмолова, Г.У. Солдатовой, А.В.Макарчук. – ГУ МО «Издательский дом «Московия», 2009. – 311 с.:ил.

## Использованные ресурсы

<http://tolerantnost.21309s01.edusite.ru/plaa1.html>

<http://garmonija.ucoz.ru/publ/1-1-0-8>

<http://nsc.1september.ru/2002/21/7.htm>

<http://tolerance.fio.ru/forum.php>

<http://www.tolz.ru/library/?id=649>

[http://festival.1september.ru/2004\\_2005/index.php?subject=9](http://festival.1september.ru/2004_2005/index.php?subject=9)

## Фотоматериалы

<http://images.search.yahoo.com/search/images?p=tolerance+kids&ni=18&ei=UTF-8&fr=yfp-t-150&fr2=tab-web&xargs=0&pstart=1&b=1>

## Приложение 1

### Материал для закладки

### ТОЛЕРАНТНОСТЬ И Я

Я - толерантная личность. Я:

- ✓ терпимый и терпеливый;
- ✓ считающийся с чужими мнениями и интересами;
- ✓ умеющий решать конфликты путем убеждения и взаимопонимания;

- ✓ приветливый и заботливый, вежливый и деликатный;
- ✓ уважающий окружающих и уважаемый ими;
- ✓ уважающий права свои и других, умеющий слушать и слышать;
- ✓ заботливый, сострадающий, поддерживающий;
- ✓ патриот своей школы, города, России, заботящийся об их процветании;
- ✓ человек, берегущий природу и культуру;
- ✓ трудолюбивый, успешный, независимый, счастливый.

#### Толерантная семья.

##### В моей семье:

- ✓ все терпимые и терпеливые;
- ✓ здоровые, добрые, любящие;
- ✓ уважающие, понимающие, поддерживающие друг друга;
- ✓ окружающие друг друга заботой;
- ✓ внимательные, отзывчивые, интересующиеся планами и заботами друг друга;
- ✓ успешные, независимые, счастливые.

#### Толерантный город.

##### В моем городе:

- ✓ прохожие доброжелательные, вежливые, нарядные;
- ✓ улицы, дворы и парки чистые, ухоженные;
- ✓ река и воздух чистые, природа здоровая;
- ✓ школа просторная, светлая;
- ✓ учителя умные, добрые, справедливые, понимающие, умеющие поддержать, любящие свое дело, свою работу и детей, знающие и понимающие интересы учеников;
- ✓ учащиеся доброжелательные, уважающие друг друга и всех сотрудников

школы, умеющие слушать и слышать, понимающие и поддерживающие друг друга.

Толерантная страна.

В моей России:

- ✓ власть справедливая, профессиональная, ответственная, заботящаяся о своих гражданах;
- ✓ народ здоровый, доброжелательный, трудолюбивый, обеспеченный, заботящийся о процветании своей страны;
- ✓ все граждане – патриоты своей страны, свободные, уважающие права свои и других, ценящие добрососедские отношения, мир и согласие, право каждого быть самим собой;
- ✓ страна сотрудничает с другими странами мира, сохраняя мир и дружбу во всем мире.

## Приложение 2

### Фразы для оформления кабинета

В каждом человеке природа всходит либо злаками, либо сорной травой; пусть же он своевременно поливает первое и истребляет второе. (Ф. Бэкон).

Человек ненавидящий другой народ, не любит и свой собственный. (Н.Добролюбов).

Своим терпением мы можем достичь большего, чем силой. (Э. Берк)

**Ткачук Ольга Сергеевна -**  
*педагог-психолог, социальный педагог МБОУ СОШ №17,*  
*г.о. Коломна, [tkachuk.st@rambler.ru](mailto:tkachuk.st@rambler.ru)*

### **Семейный совет «Под счастливой крышей»**

**Участники:** школьники 5 класс, классный час-представление с привлечением родительской общественности.

**Цель:** Воспитательные: воспитывать чувство любви к своим семьям; организовать совместный досуг учащихся и родителей.

**Задачи:** раскрыть таланты учащихся; сплотить детский коллектив.

**Оборудование:** плакат «Семья – 7 « Я»», под ним изображено большое, яркое солнце с лучами, которые заканчиваются списками членов семей каждого ученика, плакаты с пословицами

#### **Действующие лица:**

- + 1-й ведущий (социальный педагог или учитель)
- + 2-й ведущий (девочка).
- + 1,2,3,4 чтецы
- + 1-й мальчик
- + 2-й мальчик
- + 1 –я девочка
- + 2 –я девочка
- + Домовой (папа)
- + Жена Домового (мама)
- + Домовёнок (сын)
- + 1-й и 2-й хулиганы

*Звучит фоном спокойная музыка.*

#### **1-й чтец.**

Это было давным-давно,

В позабытые предками годы,

Когда жили ещё племенами  
И везде были чистыми воды.  
Там, в долине такой прекрасной,  
Что её не окинешь и взором,  
Жило дружное племя людей,  
А кругом были яркие горы.  
Цепь лесистых бугров и зелёных лугов  
Дополняли красоты долины.  
На охоту изо дня в день  
Уходили в горы мужчины.

### **2-й чтец.**

Родной их очаг – уют и тепло –  
Не гаснул ни ночью, ни днём.  
В любое ненастье манил он к себе  
Ярким красным огнём.  
Мужчины, спускаясь в долину с гор,  
Видя родной очаг,  
Знали, что дома всё хорошо,  
И прибавляли шаг.  
Спокойно мирно тянулись года,  
Но за солнцем пришло ненастье,  
И вдруг неожиданная беда  
Унесла у людей счастье.

### **3-й чтец.**

Горе застало племя врасплох:  
В горах на охоте были мужчины.  
Разрушили варвары вся и всё,  
Потух их очаг родимый.  
Ничто не светит мужчинам вдали,  
И стала их поступь тяжёлой.

Тревогой сердца их стали полны,  
Никто не обмолвился словом.

#### **4-й чтец.**

И вдруг, о чудо! Слабый огонь  
Из уголька возгорается,  
Одной из женщин он был сохранён, -  
Значит, счастье в дом возвращается.  
И снова дышит родной очаг,  
И звонко смеются дети.  
А вот малыш сделал первый шаг.  
Как жить прекрасно на свете!  
Храните, люди, семейный очаг,  
В нём сила ваша и крепость –  
Это было, это и есть так,  
И это так будет вечность!

**1-й ведущий.** Добрый день, дорогие друзья! Чувствуйте себя уютно, как дома, ведь мы находимся в школе - втором вашем доме. Сегодня мы будем говорить о серьёзных вещах и не очень, вспоминать прошлое и говорить о настоящем, мечтать о будущем и, конечно, веселиться. Ведь мы собрались под счастливой крышей. Крышей, которая объединяет взрослых, детей и стариков – людей разных поколений, неразрывно связанных между собой невидимой нитью семьи.

**2-й ведущий.** Мы рады приветствовать вас в нашей гостеприимной горнице. А начался семейный совет с замечательной легенды «Родной очаг». Наши радости, успехи, удачи зависят от семьи, её теплоты, добра, радушия. Когда в семье всё благополучно – человек открыт для окружающих. А наиболее всего это важно для нас, детей.

**1-й ведущий.** Сегодня наш праздник посвящён Всемирному дню ребёнка. Мы хотим напомнить вам, что в 1954 г. Генеральная Ассамблея рекомендовала всем странам ввести в практику празднование «Всемирного дня ребенка» как

дня мирового братства и взаимопонимания детей, посвященного деятельности, направленной на обеспечение благополучия детей во всем мире.

**2-й ведущий.** ООН предложила правительствам праздновать этот день в любой из дней, который каждое из них признает целесообразным. 20 ноября знаменует день, в который ассамблея приняла в 1959 г. декларацию прав ребенка, а в 1989 г. — Конвенцию о правах ребенка.

**1-й ведущий.** Ежегодно 11 млн. детей умирают, не дожив до своего пятого дня рождения, еще десятки миллионов остаются физически или умственно больными, не имея возможности для существования и процветания.

Многие из этих смертей вызваны легко предотвращаемыми или легко излечиваемыми болезнями; другие — губительными последствиями нищеты, невежества, дискриминации и насилия. Все вместе эти причины приносят тяжелые утраты семьям, общинам, государствам и всему миру.

**2-й ведущий.** Не только в раннем детстве приходится сталкиваться с силами, угрожающими их жизни и благосостоянию. Они становятся более незащищенными, поскольку зачастую лишены прав, в том числе права на образование, на участие в общественно-политической жизни, на защиту от нанесения вреда здоровью.

**1-й ведущий.** Детский фонд ООН ведет обширную работу по всем аспектам детского здоровья — от предродового периода вплоть до юности. Он принимает меры по обеспечению беременным женщинам доступа к надлежащему медицинскому наблюдению до и во время родов, укреплению возможности для семей справляться с детскими болезнями в домашних условиях, консультирует общины по вопросам обеспечения максимального уровня здравоохранения.

**2-й ведущий.** Детский фонд прилагает особые усилия, добиваясь, чтобы дети, потерявшие родителей из-за ВИЧ или СПИДа, получали такой же уход, как и их ровесники. Он также помогает обеспечить достойную жизнь женщинам и детям, больным СПИДом.

**1-й ведущий.** Много в мире делается для детей и ради детей. Мы хотим,

чтобы сегодня всем вам стало светло и радостно на душе, и чтобы каждый из вас задумался о том, что мы можем сделать друг для друга.

**2-й ведущий.** Младшее поколение пусть задумается о том, какие обязательства несёт человек уже в юном возрасте. А взрослым, возможно, удастся извлечь что-то полезное из нашего рассказа, увидеть то, чего они раньше не замечали.

Итак, мы начинаем!

*Звучит музыка. В доме шум, дети играют: мальчик, расставив в стороны руки, изображает дерево; одна девочка села на стул и рисует; другая играет со слоном; второй мальчик читает книгу.*

**1-й мальчик.**

Я ногу за ногу заплёл, стою, как яблонево́ый ствол,  
Качаюсь у беседки.

Я руки в стороны развёл – и зашумели ветки  
(*вытягивает шею и качает руками*).

А это яблоко. Оно, как видите вы сами,  
На этой яблоне висит одно – зато с двумя глазами!

**1-я девочка.** (*встаёт, показывает рисунок – птицу*).

Нарисую страус-птицу и в пустыне буду жить.

Здесь не надо умыться, чистить зубы и тужить!

Так тепло, что даже жарко – тыща градусов в тени,

Нету школ и зоопарков, мы со страусом одни.

Нету здесь и снегопадов, градов, ветра, холодов...

Закопал башмак в песочек, пять минут – и он готов.

Если в голову приходят злые мысли, как враги,

Закопайся в одеяло или в Африку беги!

**2-я девочка** (*со слоном в руках*).

Друзья, послушайте меня! Я правду говорю!

Пойдёмте в Африку гулять – там лучше, чем в раю!

Не хватит рук, не хватит ног, зубов во рту, ушей

Пересчитать все чудеса всей Африки моей!  
Там есть банан, там есть удав, жираф и бегемот.  
Любимый мой цветастый слон меня 3 года ждёт.  
Он серым был, как все слоны, но полюбил меня  
И становился зеленой, малиновой, желтой... и так день ото дня.  
Цветёт как роза, как тюльпан, как ирис, как пион..  
Он все призы завоевал – мой разлюбимый слон.  
Ночами пишет он стихи, а утро лишь придёт –  
Стихи, что ночью написал, на музыку кладёт.  
Ах, боже мой, как он поёт! Как птица соловей!  
Встаём! Он ждёт! Бежим туда! Скорей! Скорей! Скорей!

*Голос за кулисами: «Дети, хватит играть! Пора домой!»*

*Трое убегают, мальчик с книгой остался.*

## **2-й мальчик.**

Попробуйте как-нибудь день или сутки  
Прожить, не теряя из них ни минутки.  
И эта несложная жизнь по часам,  
Поверьте, покажется подвигом вам.  
А кто же способен на подвиг, ответьте?  
Конечно же МЫ! Ну конечно же ДЕТИ!

**1-й ведущий.** Что такое ДОМ для ребёнка (неважно, сколько ему лет)?  
Это что – красивая мебель, ковры, посуда? Это вкусная еда и подарки? Что  
такое дом? Домашний очаг? Есть хорошая песня, а в ней такие слова:

Дом, как известно всем давно,  
Это не стены, не окно,  
Даже не стулья за столом – это не дом.  
Дом – это там, куда готов ты возвращаться  
Вновь и вновь, яростным, нежным, добрым и злым, еле живым...  
Дом – это там, где вас поймут,  
Там, где надеются и ждут,

Где ты забудешь о плохом – это твой дом!

Я думаю, что всем тепло и уютно сейчас в нашем доме. А какой же дом без домового?

**2-й ведущий.**

Царь дворовой, хозяин домовой,

Соседушка, доброхотушко,

Я тебя дарю-благодарю, в гости к нам зову.

Наше приглашение прими, скорее приходи,

Гостей порадууй – и будет тебе отрада!

*Звучит музыка, вбегает домовой.*

**Домовой.**

Век живу и век учусь я житейской мудрости,

Чтоб потом помочь друзьям не пропасть от глупости.

Все фамильные загадки я сумею разгадать,

Все семейные проблемы я решу с оценкой «пять»! *(к зрителям)*

А зовусь я «домовой».

Есть хозяин в этом доме?

**1-й ведущий.** Есть, ну как ему не быть! И хозяйка тоже есть! Птица крыльями сильна, семья дружбою красна, наш дом детьми богат!

**Домовой.** Очень хорошо! Тогда ребята, давайте поиграем с вами в игру «Нарисую я свой дом»

*Две команды по 6 человек с завязанными глазами по очереди рисуют дом на ватмане маркерами в такой последовательности: 1 – фундамент, 2 – кирпичная кладка, 3 – окно и дверь, 4 – крыша, 5 – забор, 6 – жильцы.*

*Домовой выбирает лучший из двух домов.*

**Домовой.**

Дом от бед я стерегу, не даю пройти врагу.

И жена так хороша! Мужа умного нашла.

Наша дружная семья... Куда я, туда она.

Напекли мы кренделей,

Станет дома веселей!

*Выходит жена домового с домашним печеньем и ставит  
поднос на стол, где уже стоит чайная посуда.*

**Жена домового.** Добрый день, гости дорогие! Милости просим к нам в дом! Уж мы вас угостим, не поскупимся!

*Садятся.*

**1-й ведущий.** Всякому своё дитя милее. Но всегда приходится приучать детей к порядку, к соблюдению режима дня. Строгость и доброта – важные качества для воспитания!

**1-я девочка.** Увы! Родители подчас совсем не понимают нас...

**1-й мальчик.**

Я не успел прийти с уроков,

Уж говорят они с порога:

А ну, дневник давай-ка! И смотрят строго-строго.

**2-й мальчик.**

Спешу к друзьям, случается,

Ведь ждут, прошли все сроки!

Шагну – отец навстречу:

- Куда ты? А уроки?

**1-й мальчик.**

И так весь день, до вечера:

- Уселся? Делать, что ли, нечего?

Ты что не считаешь?

Всезнайкой стал, считаешь?

**2-й мальчик.**

Магнитофон крутить ему бы:

Любитель пенья, ишь!

- Ты мылся? Чистил зубы?

- Ложись, а то проспишь!

**1-й мальчик.**

Ну как, вы мне ответьте,  
Терпеть мученья эти?  
Ну где я спрячусь, чтобы мне  
Побыть с собой наедине,  
Когда я, скажем, захотел  
Обдумать массу всяких дел,  
Решить свои задачи, не школьные – ребячьи!

**1-я девочка.**

Ведь мы-то взрослых не корим, когда захочется вдруг им  
Сидеть без дела целый час, или когда им не до нас:  
Не только в будничные дни совсем не слышат нас они,  
Но даже в выходные – как будто неродные!

**2-й мальчик.**

Возможно, знает кто-нибудь,  
Как им нам намекнуть,  
Чтоб нас они не дёргали,  
А то задёргать долго ли!

**1-й мальчик.**

К чему нас так испытывать, воспитывать, воспитывать?

**1-я девочка.**

Подобная забота совсем не обязательна:  
Должны же мы хоть что-то решать самостоятельно!

**2-й мальчик.**

Неужто не удастся нам их уверить в этом?

**1-й мальчик.**

Попробуй их пройми - напрасные старанья,  
Но всё-таки должны найти они с детьми взаимопонимание!

**1-й ведущий.** Вот такой вердикт порой выносит нам юное поколение.

Вечный вопрос «отцов и детей» приходится решать почти в каждой семье.

**2-й ведущий.** Несмотря на мудрые советы, унаследованные от предков,

сознайтесь взрослые, приходится порой наказывать детей?

*Звучит музыка для выхода хулиганов.*

*Двое мальчиков встают по углам.*

**1-й хулиган** (*грустно*)

Я бедный и бледный, поставленный в угол.  
Неправда! Не трогал я Танькиных кукол!  
Не дёргал я Настю за обе косы.  
Не прятал на пляже чужие трусы,  
Не обливал керосином гараж,  
Не грыз у Керима его карандаш  
И деду чужому не ставил подножку.  
Я сделал своею ничейную кошку –  
Голодную кошку в помойке нашёл.  
Не вовремя папа с работы пришёл.  
А мама кричала, как птица гагара.  
Не вынесла кошка такого удара  
И снова ушла на помойку сидеть.  
Я плакать не буду. Я буду реветь! *Всхлипывает.*

**2-й хулиган** (*весело*).

Познакомьтесь – это Я!  
Руки, ноги, уши, между ними голова,  
В животе – две груши.  
На лице моём улыбка, выше нос, правее глаз!  
Левый глаз пока не видно,  
Синяком заплыл как раз.  
Нахожусь пока в углу, просто так наказан!  
Не воруйте, дети, груши!  
Всё, рассказ рассказан.

*Поворачивается спиной к зрителям. Входит девочка.*

**2-я девочка.**

Пожалейте детей, родители!  
Люди взрослые, как вам не совестно?  
Вы удары наносите сзади им,  
И к тому же ещё ниже пояса!

*Разворачивает мальчиков и уводит их.*

**1-й мальчик.** Извечный, можно сказать «гамлетовский» вопрос «наказывать детей или нет» до сих пор не решён психологами и педагогами. И ответ на него каждая семья находит индивидуально. А проверить вашу готовность к ответственному шагу во взаимоотношениях поможет игра «Составь слова».

**2-й мальчик.** Командам даются 2 минуты на выполнение задания: «Привести как можно больше слов, характеризующих взаимоотношения в семье».

*Девочки исполняют песню «То ли ещё будет». Выходит мальчик.*

**1-й мальчик.**

Поменяться бы местами с педагогами  
И засыпать их вопросиками трудными,  
Чтобы вспомнили, как были слишком строгими,  
Чтоб раскаялись, что были слишком нудными.  
Заморочить непонятными заданиями,  
Завалить мероприятиями скучными,  
Надоедливо пустыми назиданьями  
И речами утомительно докучными.

Только жалко их: не выдержат, наверное.

А у нас образование – не высшее.

Мы спокойные, они же – очень нервные,  
Их травмировать легко, а мы привычные!

*Входят Домовой, его Жена и Домовёнок.*

**Домовой** (*читая газету*) Домовёнок, тебя сегодня в школе вызывали?

**Домовёнок.** Вызывали, папочка. Завтра тебя вызывают. (*Папа хватается*

за голову)

**Мама** (*вытирая посуду*). Домовёнок, тебе какую оценку сегодня за диктант поставили?

**Домовёнок**. Единицу.

**Мама**. А сколько ты сделал ошибок?

**Домовёнок**. Четыре.

**Мама**. И за четыре ошибки в диктанте сразу единицу?

**Домовёнок**. Да не в диктанте, а в слове «диктант».

**Мама**. О, боже!

*Немая сцена: Домовой сидит на стуле, обхватив голову руками.*

*Мама замирает с посудой в руках. Домовёнок чешет затылок.*

**1-й ведущий**. Ребята, а случалось ли вам переживать подобное горе? А к кому вы идёте за сочувствием? Вот видите, доверие дети могут оказать тому, кто готов их выслушать.

**Мама и папа** (*вместе*).

Трудно с ними, ну и пусть.

В наших детях наша сила,

Внеземных миров огни.

Лишь бы будущее было

Столь же светлым, как они.

**Мама**.

В чём вы видите счастье семьи?

Что значит для меня моя семья?

Конечно, счастье и уют домашний,

Семь правил обязательных храня,

Лишь только семь, но очень-очень важных.

Во-первых, это главное – любовь,

Всем сердцем и душою всей и разумом.

Не просто чтоб бурлила страстью кровь,

А трепетно и каждый день по-разному.

### **Папа.**

Второе – дети. Что за дом без них?  
Пустыня без колодца – не напиться.  
А дети – это жизнь, это родник  
И продолжение рода – пусть струится!  
Потом – забота. Лишь она  
Очаг семейный сбережёт от ветра.  
Старайся, чтоб с улыбкою весна  
Была всегда с тобою, а не где-то.

### **Мама.**

Четвёртое – терпение. Оно  
Поможет пережить невзгоды, беды...  
И отогреет солнышком окно,  
Что инеем заледенело белым.  
А пятое – ответственность и долг  
В фундаменте семейном веский камень.  
Они помогут защитить любовь,  
От ветра убережёт душевный пламень.

### **Папа.**

Шестое – уважение. Только с ним  
Приобретёшь успех, признание общее.  
Считаясь с мнением других, научишь,  
Чтоб с твоим считались собственным.  
И, наконец, седьмое – чистота везде:  
В доме, в душе твоей и помыслах.  
Вот так я представляю свой очаг,  
Где я любим, где счастлив полностью.

*К маме, папе и сыну присоединяются все участники.*

**1-я девочка.** Мы на свет родились, чтобы радостно жить,  
**1-й мальчик.** Чтобы вместе играть,

**2-й мальчик.** Чтобь крепко дружить,

**2-я девочка.** Чтоб улыбки друг другу дарить и цветы,

**1-й мальчик.** Чтоб исполнились в жизни все наши мечты.

**Жена Домового.**

Я вам желаю от души, чтобы были дела хороши,

Чтобы в дом не стучалась беда,

Чтоб грустить не пришлось никогда,

Желаю счастья и добра,

Желаю тёплых светлых дней,

Здоровья, что всего важней!

**Домовой.**

Малы детушки – что часты звёздочки:

И светят и радуют в тёмную ноченьку.

Пусть всё это только игра, но ею сказать мы хотели:

**Хором.** Самое главное для детей – семья!

**1-й ведущий.** Храните добрые, тёплые и доверительные отношения в своих семьях! Берегите их! Нет в жизни важнее цели! Спасибо всем за участие в нашем семейном совете!

**2-й ведущий.** Храните тепло своего очага, и пусть все ваши надежды на лучшее будущее сбудутся!

**1-й ведущий.**

Мы хозяева, а вы – наши гости. Наш дом всегда открыт для гостей! Хозяева, приглашайте гостей к столу!

*Звучит музыка. Все усаживаются за стол пить чай.*

## Приложение

### Текст пословиц для оформления кабинета

Не нужен клад, когда в семье лад.

Дом вести – не бородой трясти.

Каково на дому – таково и самому.

В гостях хорошо, а дома лучше.

Когда семья вместе, и сердце на месте.

Согласную семью и горе не берёт.

В семье любовь да совет – так и нужды нет.

Дети не в тягость, а в радость.

**Белоус Елена Николаевна -**

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологического образования, ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет», [belousen@yandex.ru](mailto:belousen@yandex.ru)*

**Бирюкова Ольга, Шакшова Надежда, Антонов Иван -**

*студенты социально-психологического факультета ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет»*

## **План-конспект тренинга по развитию адаптивных форм поведения и профилактике конфликтов у старших подростков, студентов**

**Тренинговая группа:** подростки или студенты первых курсов, 12-15 человек.

**Время проведения:** 1,5 часа.

**Цель:** развивать адаптивные формы поведения, профилактика конфликтов.

**Задачи тренинга:**

1. Создать условия для более глубокого знакомства участников друг с другом.
2. Стимулировать раскрытие особенностей личности, взглядов, интересов, ценностей и увлечений.
3. Упражнять в элементах сотрудничества и взаимодействия в практических ситуациях.
4. Учить конструктивному взаимодействию в конфликтных ситуациях, связанных с учёбой.
5. Создать позитивный эмоциональный настрой.

**Оборудование:** мяч (1 шт), ватман и разноцветные маркеры (3-4), мешочек или поднос (коробка) для записок, записки с началом фраз «Что я делаю» (см. Приложение 1), записки с фразами приветствия на иностранных языках по количеству пар в группе, разрезанные пополам изображения животных по количеству пар в группе, 3-4 листа чистой бумаги, секундомер, три конверта с описанием конфликтных ситуаций (3-4).

## Содержание тренинга

### Вводная часть

Начало групповой работы, знакомство с ведущим, определение правил тренинга, их запись и утверждение.

### Часть 1. Разогрев

#### Упражнение «Снежный ком»

Участники садятся в круг, ведущий называет свое имя. Следующий игрок называет имя ведущего и свое имя. Третий игрок называет имена предыдущих и свое, и так далее по кругу. Труднее всего будет последнему игроку – он должен будет назвать имена всех присутствующих.

1 круг: «Назови имена участников».

2 круг: В обратном направлении. «Назови самое приятное» (повторяться нельзя).

### Часть 2. Основная

#### Упражнение «Советчик»

Ведущий бросает мяч любому участнику и называет три фильма, которые он советует ему посмотреть (краткое обсуждение фильмов приветствуется). Участник, получивший мяч, становится ведущим. Мяч перебрасывается тем, кто ещё не играл.

#### Упражнение «Угадай что делает» (см. Приложение 1)

Каждый участник вытаскивает из мешочка записку. Ведущий назначает первого игрока, тот выбирает отвечающего. Первый игрок зачитывает свою записку, отвечающий продолжает фразу и выбирает того, кто будет продолжать его собственную фразу. Ответы не должны повторяться.

#### Упражнение «Веселые правила для студентов»

Участники делятся на 3-4 группы и за пять минут придумывают веселые правила для студентов (10-15), записывают их на бумаге. Каждая группа должна выбрать того, кто весело озвучит все правила.

#### Упражнение «Ковчег» (см. Приложение 2)

Каждый участник вытаскивает половину изображения животного, не показывая другим. Ведущий даёт участникам 30 секунд на поиск пары с недостающей половиной изображения. Справившаяся пара должна подать сигнал. Не успевшие выбывают.

Оставшиеся участники играют второй раунд и вытаскивают половинки приветствий на разных языках и их зеркальное отражение. Игра повторяется. (см. Приложение 3)

Возможно повторение по запросу участников.

#### Упражнение «Студенческий мир»

Участники делятся на 3-4 группы, каждая группа получает короткое описание конфликтной ситуации, которую они должны обыграть. Остальные группы предлагают варианты выхода из конфликтной ситуации. (см. Приложение 4)

### **Часть 3. Заключительная**

#### Упражнение «Пожелания»

По кругу последовательно каждый должен пожелать следующему что-то хорошее и показать это жестом, не повторяясь.

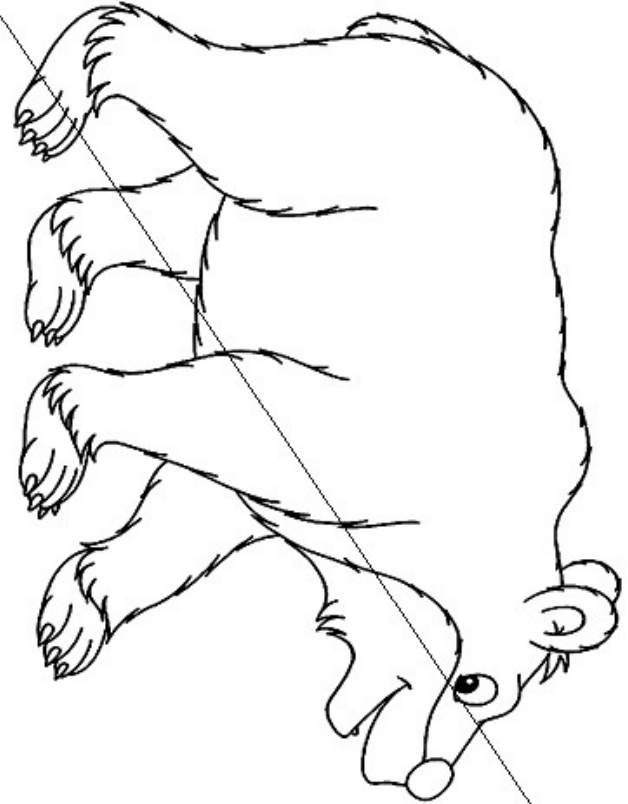
## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

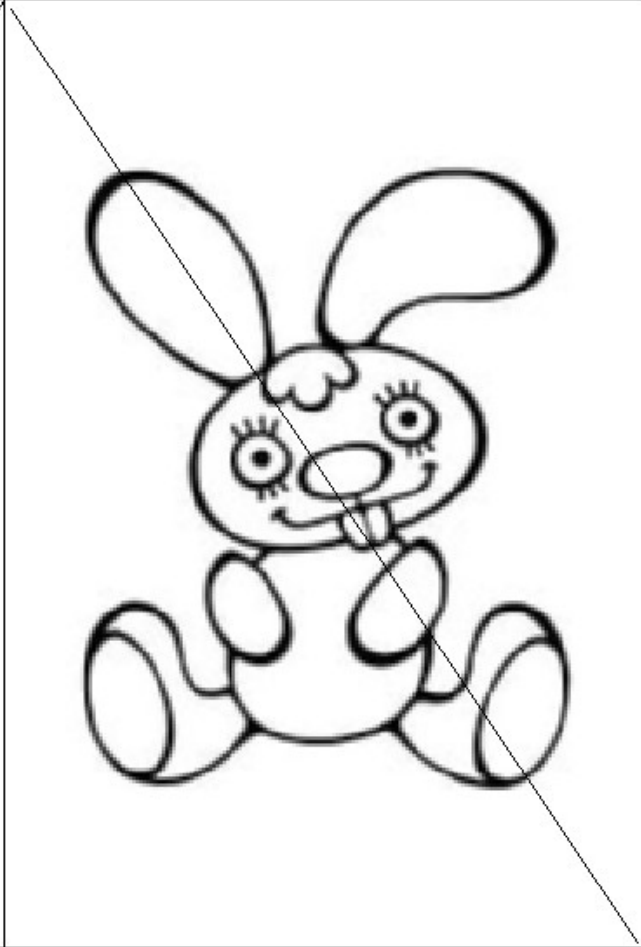
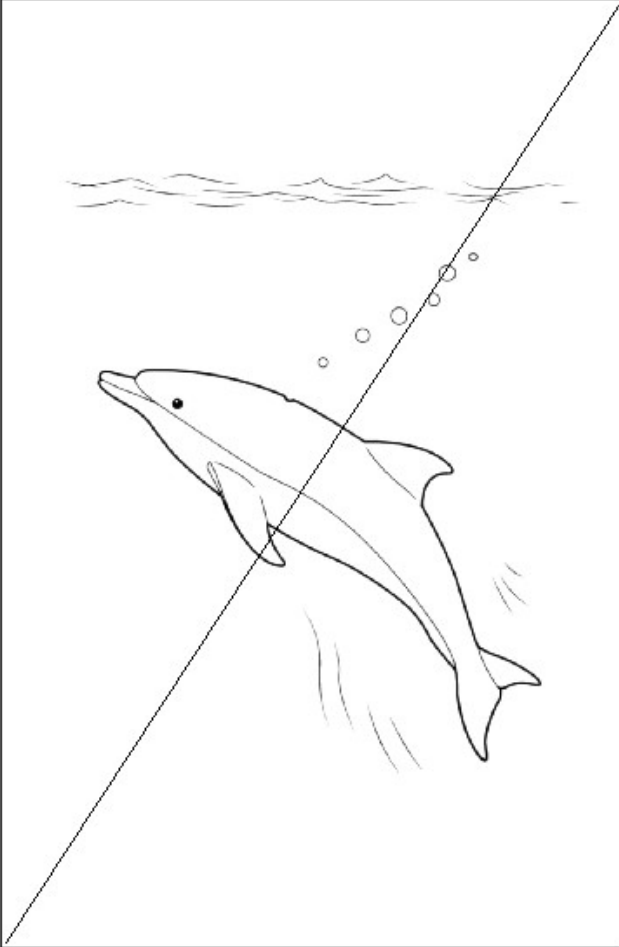
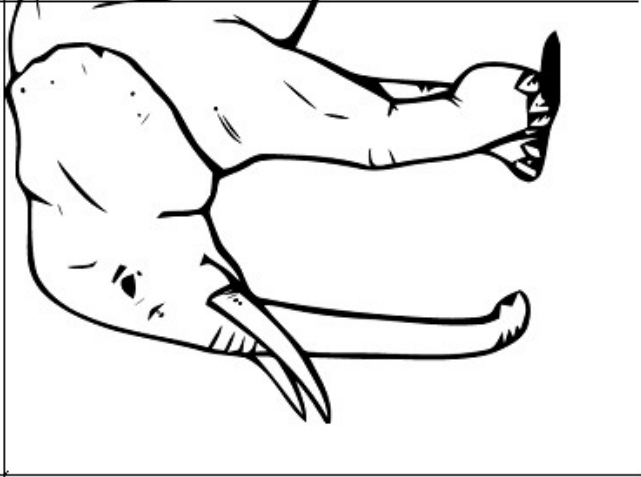
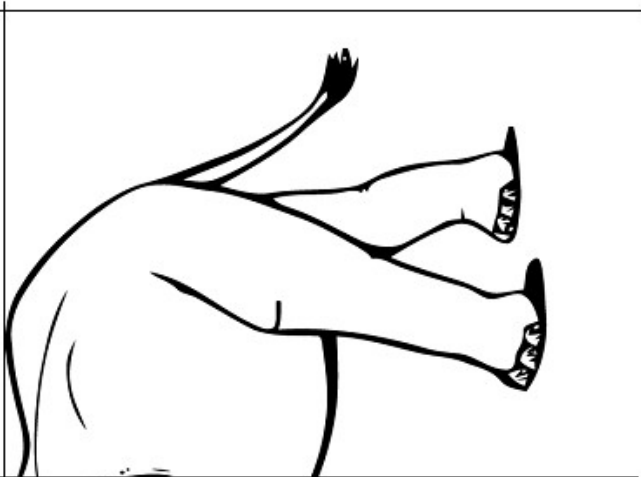
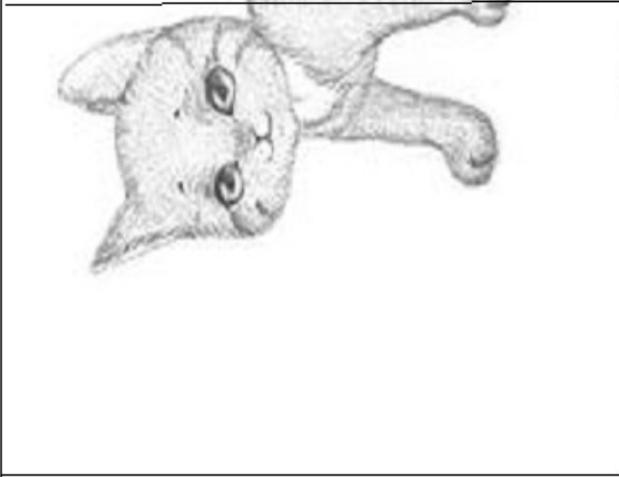
### **Приложение 1. Разрезные записки «Угадай что делает»**

Что я буду делать, когда на улице ливень, а мама ласково провожает на занятия?	Что я буду делать, когда занятие только началось, а я уже сильно хочу кушать?
Что я буду делать, когда весь день везет по крупному?	Что я буду делать, когда весь день не везет?
Что я буду делать, когда решил посмотреть с друзьями фильм онлайн, а комп все время зависает?	Что я буду делать, когда любимый(-ая) с восторгом дарит мне два билета на кошмарный концерт?
Что я буду делать, когда	Что я буду делать, когда

найду кошелек с 3тыс. руб.?	вдруг отменяют занятия?
Что я буду делать, когда третья подряд ручка отказывается писать?	Что я буду делать, когда в субботу вечером во всем микрорайоне нет электричества?
Что я буду делать, когда ужасно голодный стою в очереди за пирожком, а очаровательная покупательница впереди уже 10 минут выбирает начинку?	Что я буду делать, когда в субботу вечером во всем микрорайоне нет интернета?
Что я буду делать, когда телефон разрядился в самом начале дня?	Что я буду делать, когда пес погрыз ночью мой ботинок?
Что я буду делать, когда накануне экзамена однокашник прихватил мой учебник и уехал с ним в деревню?	Что я буду делать, когда опаздываю на занятие к очень строгому преподавателю?
Что я буду делать, когда всем раздали справки, а мне не хватило?	Что я буду делать, когда на физкультуре лопнули штаны в самом интересном месте?

Приложение 2. Разрезные картинки к упражнению «Ковчег»





Приложение 3 **Разрезные зеркальные приветствия**  
на иностранных языках

<b>Hello!</b>	<b>!olleH</b>
<b>Salve!</b>	<b>!evlaS</b>
<b>Ciao!</b>	<b>!oaiC</b>
<b>Tere!</b>	<b>!ereT</b>
<b>Dia duit!</b>	<b>!tiud aiD</b>
<b>Witaj!</b>	<b>!jatiW</b>
<b>Hallo!</b>	<b>!ollaH</b>
<b>Merhaba!</b>	<b>!adahreM</b>

#### Приложение 4 **Конфликтная ситуация 1. «Бери что хочешь, все свои»**

Разыграйте следующую сценку

В аудитории сидят три студента.

*Первый студент* подходит к чужому столу, берет ручку, что-то пишет и уходит с ней.

Заходит преподаватель (*второй студент*): «Записываем тему лекции». *Третий студент*: «Где моя ручка?».

Преподаватель (*второй студент*) делает строгое замечание третьему.

*Все артисты хором*, обращаясь к участникам тренинга: «Что делать?»

#### **Конфликтная ситуация 2. «Списать или не списать»**

Разыграйте следующую сценку

В аудитории сидят два студента и преподаватель.

*Первый студент* пытается сдать работу: «Возьмите мой реферат».

Преподаватель (*второй студент*): «Давайте, я посмотрю... Такую работу мне уже сдали. Сейчас я её найду... Посмотрите, они полностью совпадают! Я вынужден поставить обоим двойки».

*Третий студент*: «При чём здесь я? Я первый сдал».

*Все артисты хором*, обращаясь к участникам тренинга: «Что делать?»

#### **Конфликтная ситуация 3. «Кто крайний»**

Разыграйте следующую сценку

*Первый студент*: «Кто понял, сколько страниц текста нужно перевести?»

*Второй студент*: «У меня написано 60, но я столько не сделал».

*Третий студент*: «У всех так написано, но никто не сделал».

*Второй студент*: «Но нас накажут!».

*Третий студент*: «Пускай самый смелый договаривается с преподавателем, чтобы всех не наказывали и задание упростили».

*Первый и второй студенты*: «Мы не пойдём!».

*Все артисты хором*, обращаясь к участникам тренинга: «Что делать?»

**Мовчанюк Ната Евгеньевна -**  
социальный педагог, МБОУ Наро-Фоминская средняя общеобразовательная  
школа № 4 с углублённым изучением отдельных предметов, Московская  
область, [mne-1004@mail.ru](mailto:mne-1004@mail.ru)

## **Есть ли границы у свободы слова? (конспект круглого стола)**

**Целевая аудитория:** учащиеся 7-8-х классов

**Цель мероприятия:** оценка понимания подростками своих возможностей в области свободы слова и определения ими границ дозволенного.

**Задачи мероприятия:**

- научно-теоретическое обоснование свободы слова в качестве важнейшего конструктивного элемента правового статуса личности;
- закрепление знаний подростков о свободе слова;
- определение границ свободы слова;
- формирование положительного отношения обучающихся к правам других и способствование осознанию ответственности.

**Оборудование:**

1. компьютер, проектор, экран (интерактивная доска), колонки;
2. Всеобщая декларация прав человека, Конвенция о правах ребенка, Международный пакт «О гражданских и политических правах», Конвенция о защите прав человека и основных свобод, Конституция РФ, Уголовный кодекс, Кодекс об административных правонарушениях.

**Подготовительная работа:** предварительно проводится анкетирование подростков, выявление их знаний по данному вопросу, обсуждение результатов анкетирования (анкета прилагается); класс делится на три группы («Свобода», «Закон», «Мораль»); группам дается задание подготовить материалы по теме «Свобода слова», соответственно названию группы.

**Ход мероприятия**

## І этап – теоретический

**Вступительное слово педагога.** «Нам не дано предугадать, как слово наше отзовется...», - эти слова написаны великим русским поэтом Федором Ивановичем Тютчевым почти полтора века назад. Но и сегодня они, как никогда важны, ведь слово – материально, словом можно оскорбить, разорить, уничтожить, даже убить.

Недооценивать важность и роль слов в нашей жизни было бы просто нелепо и бессмысленно. Слово характеризует человека как личность, ведь именно с помощью слов человек умеет наиболее полно выразить свои мысли, чувства, эмоции, мнение и точку зрения.

Свобода слова представляет собой возможность публично (устно, письменно, с использованием средств массовой информации) выражать свое мнение (мысли).

**Педагог.** Группа «Свобода» расскажите, пожалуйста, в каких нормативно-правовых актах закреплена свобода слова, свобода выражения мнения, взглядов.

**Группа «Свобода».** Свободное выражение мыслей и мнений есть одно из важнейших прав человека. Они отражены в следующих документах:

- Всеобщая декларация прав человека (статья 19);
- Конвенция ООН о правах ребёнка (статьи 12-13);
- Ратифицированная Россией в 1998 году [Европейская Конвенция о защите прав человека и основных свобод](#) предусматривает обеспечение права на свободу выражения мнения (статья 10);
- Международный пакт о гражданских и политических правах (статья 19);
- Конституция Российской Федерации (статьи 17, 29)

**Педагог.** Но может ли свобода слова (да и свобода вообще) быть безграничной? Где граница между свободой и вседозволенностью? Может ли быть свобода чем-то или кем-то ограничена?

Прошу ответить на этот вопрос группу «Закон»

**Группа «Закон».** Свобода мысли и слова, выражения своего мнения чрезвычайно важна для реального проявления свободы человека. Но эта свобода не может быть абсолютной, безграничной.

Конституция устанавливает главные правовые барьеры против злоупотребления свободой слова, выражения мнения. Ограничения также указаны и в других документах.

- Конституция РФ (статьи 17,29)
- Всеобщая декларация прав человека (статья 29);
- Конвенция ООН о правах ребёнка (статья 13);
- [Европейская Конвенция о защите прав человека и основных свобод](#)

предусматривает обеспечение права на свободу выражения мнения (статья 10);

- Международный пакт о гражданских и политических правах (статья 19).

Кодексом об административных правонарушениях РФ и Уголовным кодексом РФ предусмотрены наказания по следующим статьям:

Кодекс РФ об административных правонарушениях

- Статья 5.61. Оскорбление
- Статья 5.62. Дискриминация
- Статья 20.1. Мелкое хулиганство (нецензурная брань)

Статья 20.3. Пропаганда либо публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики экстремистских организаций, либо иных атрибутики или символики, пропаганда либо публичное демонстрирование которых запрещены федеральными законами

Уголовный кодекс РФ

- Глава 19. Преступления против конституционных прав и свобод человека и гражданина

- Глава 24. Преступления против общественной безопасности (ст. 205.1. Содействие террористической деятельности; ст. 205.2. Публичные

призывы к осуществлению террористической деятельности; ст. 207. Заведомо ложное сообщение об акте терроризма; статья 212. Призывы к массовым беспорядкам)

- Глава 29. Преступления против основ конституционного строя и безопасности государства (Ст. 280. Публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности; Статья 283. Разглашение государственной тайны)

- Глава 34. Преступления против мира и безопасности человечества (ст. 354. Публичные призывы к развязыванию агрессивной войны)

Таким образом, свобода слова может быть ограничена законодательством, за нарушение определенных правовых норм следует наказание.

**Педагог.** Только ли законодательством может быть ограничена свобода слова? Что еще нас может удержать от использования своего права на свободу слова, свободу выражения мнения, взглядов?

Прошу ответить на этот вопрос группу «Мораль».

**Группа «Мораль».** К чему может привести неограниченное никакими моральными правилами право на свободу слова? Похоже, ни к чему хорошему.

Моральные нормы нигде не зафиксированы. Но, тем не менее, существуют общепринятые правила поведения, значение которых очевидно и которые, регулируя межличностные отношения, делают их более красивыми и достойными. Пренебрегать такими правилами все-таки не стоит.

Свобода всегда предполагает ответственность. Абсолютной свободы не может быть. Что же может ограничить мое желание высказаться? Это мое воспитание, окружение, мои понятия о добре и зле.

Традиции русского народа отражены в пословицах и поговорках:

- Слово – не воробей, вылетит – не поймаешь;
- Слово – серебро, молчание – золото;
- Бритва скребет, а слово режет;
- От приветливых слов язык не отсохнет;
- Ветер горы разрушает – слово народы поднимает;

- Слово не обух, а от него люди гибнут;
- От слова спасение, от слова и погибель;
- От одного слова, да на век ссора;
- Одним словом можно убить, другим воскресить.

Мы должны научиться отвечать за свои слова и поступки; думать о том, как наши слова отразятся на других людях, каковы будут последствия.

**Педагог.** Мы познакомились с понятием «свобода слова» и выяснили, что свобода слова (и свобода вообще) может быть ограничена нормами законодательными и моральными.

### II этап – практический

**Педагог.** Вашему вниманию будет представлены 3 примера. Обсудите (3 минуты) и сформулируйте с точки зрения вашей группы:

- как данная ситуация связана со свободой слова?
- какие нормы и кем здесь нарушены?
- как следует поступать в данной ситуации?

как можно изменить ситуацию?

#### **Фрагмент мультфильма «Рыжий, рыжий, конопатый».**

**Группа «Свобода».** Отвечает группа «Свобода»

*Примерный ответ группы: дети, конечно, имеют право высказывать свое мнение (Декларации прав человека (ст.19), Конвенции о правах ребенка (ст. 12-13)), но эти же статьи говорят и о том, что осуществление этого права может быть ограничено для уважения прав и репутации других лиц. Статья 5 Всеобщей декларации прав человека гласит, что никто не должен подвергаться обращению, унижающему достоинство. Конвенция о правах ребенка ст.16, ст. 19; Конституция РФ ст. 21, 22, 2*

**Группа «Закон».** Отвечает группа «Закон»

*Примерный ответ группы: с точки зрения законодательства нарушены следующие пункты.*

*Кодекс об административных правонарушениях РФ*

- *Статья 5.61. Оскорбление*
- *Статья 5.62. Дискриминация*

*Уголовный кодекс РФ*

- *Глава 19. Преступления против конституционных прав и свобод человека и гражданина*

**Группа «Мораль».** Отвечает группа «Мораль».

*Примерный ответ группы: нужно с окружающими вести себя так, как хотелось бы, чтобы относились к тебе. Нам такое отношение не понравилось бы. Значит и мы не должны себя вести так по отношению к окружающим. Подбираются пословицы.*

### **Сценка «Подружки?»**

Маша подписывает «валентинку». Подходит Даша.

Даша: «Привет! Ты чего тут пишешь?»

Маша: «Да так. Ничего»

Даша: «Да ладно тебе! Покажи. О! «Валентинка»? А кому?»

Маша: «А ты никому не скажешь?»

Даша: «Нет, конечно! Мы же подруги. Ну, покажи?»

Маша (смущаясь): «Сережке из 8в. Кажется, я влюбилась».

Даша (обращаясь к классу): «Вы представляете, Машка втрескалась в Иванова из 8в! Где он, а где она? Она вообще на себя в зеркало смотрела? «Валентинку» ему написала!»

**Группа «Свобода».** Отвечает группа «Свобода»

*Примерный ответ группы: Даша не имела права вторгаться в личную жизнь Маши и разглашать Машину тайну. Право Даши на свободу слова ограничено ст. 13, 16 Конвенции о правах ребенка; ст.3, 5, 12, Конституция РФ ст. 21, 22, 2*

**Группа «Закон».** Отвечает группа «Закон»

*Примерный ответ группы: с точки зрения законодательства нарушены следующие пункты.*

*Кодекс об административных правонарушениях РФ*

- *Статья 5.62. Дискриминация*

*Уголовный кодекс РФ*

- *Глава 19. Преступления против конституционных прав и свобод человека и гражданина*

**Группа «Мораль»** Отвечает группа «Мораль».

*Примерный ответ группы: Мне бы не хотелось, чтобы окружающие вторгались в мою личную жизнь. После такого случая, я бы не стал(а) дружить(общаться) с Дашей. Ведь Маша доверяла Даше, доверилась ей. Подбираются пословицы.*

**Видеоролик, демонстрирующий националистически настроенную молодежь, призывы к войне**

**Группа «Свобода».** Отвечает группа «Свобода»

*Примерный ответ группы: «герои» данного ролика воспользовались ст. 19, 20 Всеобщей декларации прав человека, но своими призывами они нарушают ст.1,2 Всеобщей декларации прав человека. Нарушили ст. 14 Европейской конвенции о защите прав человека и основных свобод*

**Группа «Закон».** Отвечает группа «Закон»

*Примерный ответ группы: Нарушены следующие статьи*

*Кодекс об административных правонарушениях*

*Статья 5.61. Оскорбление*

*Статья 5.62. Дискриминация*

*Статья 20.1. Мелкое хулиганство (нецензурная брань)*

*Статья 20.3. Пропаганда либо публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики экстремистских организаций, либо иных атрибутики или символики, пропаганда либо публичное демонстрирование которых запрещены федеральными законами*

*Уголовный кодекс РФ*

*Глава 19. Преступления против конституционных прав и свобод человека и гражданина*

*Глава 24. Преступления против общественной безопасности (ст. 205.1. Содействие террористической деятельности; ст. 205.2. Публичные призывы к осуществлению террористической деятельности; ст. 207. Заведомо ложное сообщение об акте терроризма; статья 212. Призывы к массовым беспорядкам)*

*Глава 29. Преступления против основ конституционного строя и безопасности государства (Ст. 280. Публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности; Статья 283. Разглашение государственной тайны)*

*Глава 24. Преступления против мира и безопасности человечества (ст. 354. Публичные призывы к развязыванию агрессивной войны)*

**Группа «Мораль»** Отвечает группа «Мораль».

*Примерный ответ группы: Своими действиями данные молодые люди нарушают закон, нарушают принятые в обществе правила поведения, оскорбляют чувства других людей (тех, которые не приемлют нацизм, фашизм). Мне их поведение неприятно, находится рядом с ними было бы страшно, они агрессивны. Подбираются пословицы.*

### **III этап – рефлексия**

**Педагог.** Мы разобрали три ситуации с точки зрения свободы слова, с точки зрения закона и с точки зрения морали.

Может ли быть свобода слова ограничена?

Чем она может быть ограничена?

Какая точка зрения вам ближе?

Что лично вас может удержать от желания высказать свое мнение?

Что такое «свобода слова» для вас лично?

Прошу вас представить свою личную точку зрения

**Подростки высказывают свое мнение** (*высказываются все желающие*).

**Педагог.** Таким образом, свобода каждого человека заканчивается там, где начинается свобода другого. Произвол и вседозволенность вредят свободе слова, не меньше, если не больше, чем самая жестокая тирания. И лишь в том

случае, когда всякий до конца осознает границы своей свободы, когда каждый поймет, что одинаково недопустимо и опасно как для личности, так и для общества, и слово, запертое в темницу, и слово, пущенное по ветру — только тогда мы обретем подлинную свободу слова.

### **Видеоролик «Кто, если не мы?»**

Из выступления агитбригады старшеклассников на олимпиаде по избирательному законодательству.

### **Литература**

1. Всеобщая декларация прав человека 1948 г. [Электронный ресурс]. URL: [http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/declarations/declhr.shtml](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/declhr.shtml) (дата обращения: 15.01.2014).
2. Конвенция о защите прав человека и основных свобод [Электронный ресурс]. – URL: <http://conventions.coe.int/treaty/rus/treaties/html/005.htm> (дата обращения: 15.01.2014).
3. Международный пакт о гражданских и политических правах [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/pactpol.shtml](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/pactpol.shtml) (дата обращения: 05.01.2014).
4. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.constitution.ru> (дата обращения: 15.01.2014).
5. Большой юридический словарь. Большой юридический словарь - Додонов В. Н., Ермаков В. Д., Крылова М. А. Палаткин А. В., Панов В. П., Трофимов В. Н. – М.: Инфра-М, 2001. – 623с.
6. Болотова Е.Л. Права ребенка в школе (серия «Правовой статус обучающегося общеобразовательного учреждения»). – 2-е изд., стер. – М.: Арсенал образования, 2011. – 92 с.
7. Рихтер А. Г. Международные стандарты и зарубежная практика регулирования журналистики: учебное пособие. Издание ЮНЕСКО. – М. , 2011. – 360 с.
8. Свобода выражения мнения (Учебное пособие Ассоциации по обучению в области прав человека) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.hrea.org/ru/learn/guides/freedom-of-expression.html> (дата обращения 10.02.2014)
9. Свобода мысли и слова [Электронный ресурс]. – URL: <http://01.mvd.ru/document/201360> (дата обращения: 02.02.2014).
10. Тютчев Ф. И. Полное собрание сочинений. Письма. В 6-ти томах. Т. 2./ Сост. В. Н. Касаткина. — М.: Издательский Центр «Классика», 2003. — 640с.

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **«Зимние забавы»**

### **Спортивный праздник для детей с родителями**

**Цель:** обеспечить двигательную активность на свежем воздухе, способствовать установлению партнерских отношений между взрослыми, детьми, педагогами; формировать потребность в здоровом образе жизни.

**Участники:** родители и дети старшего дошкольного, младшего школьного возраста.

**Оборудование:** лыжи 2 пары, снежки из бумаги 40 шт., волейбольная сетка, клюшки детские хоккейные 4 шт., шайбы 2шт., санки 2 шт., палки - перекладины для прыжков на стойках 2 шт., обручи 6 шт., ворота, конусы с палками 4 шт., самосвал 2шт., лопаты 10 шт., ведёрко детское 10 шт., грамоты каждой семье - участнику соревнований.

### **Ход праздника**

*Ведущий:* Здравствуйте дети и взрослые, я рада Вас приветствовать на нашем спортивном празднике «Зимние забавы».

Начинаем зимний праздник!

Будут игры, будет смех,

И весёлые забавы приготовлены для всех!

В нашем спортивном празднике участвуют две команды. Приветствуем их. Громко хлопаем.

*Команды детей вместе с родителями проходят по кругу.*

*Приветствие команд: название, девиз.*

*Ведущий:* Команды представились. Предлагаю перед основными соревнованиями выполнить танцевальную разминку.

*Танцевальная разминка под музыкальное сопровождение*

*«Кадриль - Женитьба Бальзаминова».*

*Ведущий:* Теперь посоревнуемся. Команды постройтесь парами (ребёнок и взрослый).

**Первая эстафета «Полоса препятствий».**

*Перепрыгнуть одновременно с ребёнком через шест, обежать два конуса, пролезть в обруч, передать эстафету следующей паре.*

**Вторая эстафета «Тренировка Хоккеистов».**

*Каждой паре даётся две клюшки и одна шайба. Задача: провести шайбу до ворот одновременно двумя клюшками и забить гол в ворота. Возвращаемся бегом, передаем клюшки и шайбу следующей паре.*

**Третья эстафета «Лыжная гонка».**

*Пробежать на лыжах - коротышках. Одеть по одной лыже на ногу взрослому и ребёнку.*

**Четвёртая эстафета «Эх, прокачу!»**

*Трое детей катают взрослого на санках.*

**Инструктор:** Предлагаю поиграть в «Снежный волейбол».

**Игра «Снежный волейбол»**

*Задача участников перебрасывать снежки через сетку в течение 1 минуты. Выигрывает та команда, на территории которой останется меньше снежков.*

**Игра «Два Мороза».**

**Эстафета «Снежная гора».**

*За одну минуту собрать в одну кучу как можно больше снега. Участникам выдаётся грузовик, лопаты, ведра.*

**Подведение итогов. Награждение участников.**

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **Игра народная - весёлая, задорная!**

Непосредственная образовательная деятельность

для детей старшего возраста

**Образовательная область.** Физическое развитие, познавательное развитие, художественно - эстетическое, речевое развитие, социально - коммуникативное.

**Тема.** Знакомство детей с понятием русской народной игры на примере одной из игр.

**Цель.** Формирование знаний о русской народной игре, как одной из составляющих основы культуры России.

### **Задачи:**

- познакомить с понятием русской народной игры и обучить правилам игры «Горелки с платочком»;
- развивать психофизические качества у детей дошкольного возраста (быстроты реакции, ловкости) и двигательных функций (навыка прыжка, бега);
- развивать социально - коммуникативные навыки через умение распределять роли между собой и согласовывать свои действия с партнёрами по игре;
- способствовать художественно - эстетическому развитию детей через восприятие музыкального сопровождения и музыкально - ритмических движений.
- развивать речь детей через проговаривание считалок, закличек и диалогическую речь;
- воспитывать патриотизм через приобщение детей к истокам русской национальной культуры: традициям, обычаям, народным играм.

### **Планируемые результаты:**

Образовательная область *«Познавательное развитие»*. Получение и усвоение знаний о народной игре, элементарных знаний из области истории своего народа. Знакомство с правилами игры «Горелки с платочком».

Образовательная область *«Физическое развитие»*. Формирование необходимых двигательных умений и навыков, физических качеств, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Образовательная область *«Социально - коммуникативное развитие»*. Формирование у ребёнка умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, участвовать в совместных играх. Эмоционально отзываться на произведения русского национального фольклора.

Образовательная область *«Художественно - эстетическое развитие»*. Формирование навыка движений под музыку, восприятия музыкальных произведений.

Образовательная область *«Речевое развитие»*. Развитие связной речи, умения слушать и понимать обращенную речь.

**Оборудование.** ТСО: мультимедийное оборудование, ноутбук, аудиозапись голоса бабушки, аудиозапись русской народной музыки, презентация. Лента, колечко, "комар" на палочке, платочек, костюм для девочки (сарафан, блузка), корзинка, картинка с изображением подвижной игры. Карточки красного, желтого и зелёного цвета. Свиток с правилами игры «Горелки с платочком».

**Форма организации деятельности детей.** По количественному составу участников: фронтальная, подгрупповая; по способу деятельности: поисково-исследовательская, сюжетно – игровая.

### **Содержание непосредственной образовательной деятельности (НОД)**

**Организационный момент. Актуализация знаний.**

*Дети приглашаются в зал. Звучит русская народная музыка. На интерактивном экране изображение детей в русской народной одежде, играющих в подвижную игру на природе (Приложение № 1).*

### **Постановка проблемы.**

*Ведущий:* Рассмотрите картинку на экране. Где находятся дети? (На поляне, возле леса). Во что они одеты? (В русскую народную одежду). Что они делают? (Играют). А какие вы знаете игры? В какие игры вы любите играть с друзьями, родителями? (Ответы детей). Молодцы, много игр вы знаете.

**Проблемный вопрос.** Как называется игра с нашей картинки? Как в неё играть?

### **Поиск решения.**

*Ведущий:* Дети, как вы думаете, игра современная, в неё играют сейчас, в наше время, или старинная и в неё играли давно? (Играли давно). Почему? (Это одежда не из нашего времени, старинная одежда). Если игра старинная, откуда мы можем узнать об игре и ее правилах? (Из книг, спросить у взрослых и т. д.). Давайте обратимся не просто ко взрослым, а к мудрой «Бабушке – сказительнице». Отправляемся в путь.

*Звучит музыкальное сопровождение. Дети выполняют ходьбу, лёгкий бег, ходьбу змейкой, на носках, подскоки, ходьбу.*

*Ведущий:* Вот мы и пришли. Здравствуй, бабушка (Приложение № 2)

*На интерактивном экране изображение бабушки – сказительницы с книгой в руках. Аудиозапись голоса сказительницы.*

*Бабушка – сказительница.* Здравствуйте! Про вопрос ваш знаю уже, сорока на хвосте принесла. Как называется игра не знаю, а вот откуда взялась эта игра могу рассказать. Придумали эту игру давным-давно простые деревенские люди. В эту игру играла я сама, мои дети, внучата и каждый раз что – то новое добавлялось в игру. Поэтому назвали эту игру НАРОДНОЙ. То есть придумал её НАРОД.

*Ведущий:* Мы теперь знаем, что такое игра народная. Какая же игра называется народной? (Та, которую придумал народ). Мы выяснили, что это

народная игра, но так и не знаем названия, правил игры. Предлагаю отправиться на много веков назад. А поможет нам в этом волшебная разминка. (Приложение № 3)

*На интерактивной доске изображение русской деревни. Звучит фонограмма русских народных наигрышей под балалайку.*

**Музыкально – ритмическая гимнастика с элементами русского народного танца.**

*В это время появляется девочка в русском народном костюме. В руках корзиночка с атрибутами для игр. Корзиночка прикрыта салфеткой.*

*Девочка.* Здравствуйте, люди добрые! Я Маша. Живу вот в этой деревне. А вы откуда будете?

*Ведущий:* Прибыли мы из 2015 года, из страны большой России, из древнего города Коломна. Посмотри Маша на картинку. Не знаешь ли ты в какую игру играют дети? Приложение 1.

*На интерактивном экране появляется картинка с изображением игры.*

*Девочка.* Я узнаю наш лес, и опушку любимую, где мы с ребятами играем. А вот игру эту не припомню. Зато я знаю другие народные игры хотите поиграем? (Да, с удовольствием). Пойдём на поле, где мы с ребятами играем всегда. Загляну-ка я в свою корзинку, посмотрю, с чем можно поиграть.

*Маша достаёт "комара" на палочке. Приложение № 4.*

*Во время подвижных игр на интерактивном экране изображение поля.*

**В подвижных играх дети выполняют основные виды движений (передача предмета, прыжки, бег).**

*Ведущий:* А кто же будет водящим в игре?

*Возможные пути решения: договариваются, выбирают считалкой, жеребьевкой, уступают Маше, на правах хозяйки.*

**Русская народная игра «Поймай комара» (ОВД – прыжки).**

Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Инструктор находится в середине круга. Он держит в руках прут (длиной 1- 1 1/2 м) с привязанным на шнуре (длиной 1/2 м) картонным

«комаром». Инструктор обводит прутом (*кружит комара*) немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, дети подпрыгивают, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит: «*Я поймал*». Затем инструктор снова обводит прутом круг. Игра продолжается 4—5 минут.

**Правила игры:**

1. Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах.

2. Ловить комара, нужно не сходя с места.

**Дифференциация.** *Дети с ФИСС просто касаются комара, воспитатель намеренно опускает его ниже, возле ребёнка с ОВЗ.*

Сигнальные карточки. *После выполнения ОВД в игре воспитатель предлагает взять сигнальные карточки зелёного или жёлтого или красного цвета и оценить уровень своего выполнения упражнения (оперативная связь).*

*Девочка.* Посмотрю, что ещё есть в моей корзинке. (Достаёт ленту и колечко).

**Русская народная игра «Колечко» (ОВД – передача предмета).**

Для игры необходимо колечко и длинная лента. На ленту (или шнур) надевают колечко. Концы сшивают или связывают достаточно аккуратно для того, чтобы колечко свободно проходило через узел. Ребята встают в круг и берутся за ленту двумя руками. В центр круга встает ведущий. Ведущий закрывает глаза и медленно поворачивается вокруг себя, пока дети (или взрослый руководитель игры) говорят такие слова: «Ты катись, катись, колечко, к нам на красное крылечко! Раз! Два! Три! Четыре! Пять! Я иду кольцо искать!». Игра длится 4 – 5 минут.

**Дифференциация.** *Воспитатель усложняет игру для детей с высоким уровнем физического развития – держаться одной рукой за ленту.*

**Правила игры:** Пока звучит стихотворение, ребята быстро передвигают кольцо по шнуру. Когда звучит фраза «Я иду искать!», тот, у кого оказалось кольцо прячет его в кулаке. Теперь водящий может открыть глаза и начать поиск «хранителя» кольца. Можно разрешить водящему угадывать до трех раз, а

можно дать только один шанс. Тот ребенок, чье имя назовет вода, должен сразу снять обе руки с ленты. Если водящий отгадал, то тот, у кого нашли кольцо будет водить следующий кон.

*Сигнальные карточки. После выполнения ОВД в игре воспитатель предлагает взять сигнальные карточки зелёного, жёлтого или красного цвета (оперативная связь).*

*Девочка.* А в моей корзинке остался ещё один предмет. Это – платочек. Я такой платочек на картинке вашей видела. (Появляется изображение картинки).

А ещё в корзинке - свиток старинный. Мне он от бабушки достался по наследству, а читать я ещё не умею и не знаю, что в нем написано.

*Ведущий:* А что же в свитке? Как вы думаете, дети? Я догадалась, это правило нашей новой игры, нарисованной на картинке. (Разворачивает свиток, читает правила игры «Горелки с платочком»)

**Русская народная игра «Горелки с платочком».** Все играющие встают парами друг за другом, водящий стоит впереди колонны и держит платочек. Играющие говорят хором: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо птички летят, колокольчики звенят!». После слов игроки последней пары бегут вперёд, и кто первый возьмёт платочек, тот встаёт с впереди колонны, а опоздавший «Горит». Игра длится 5-6 минут.

#### **Вывод.**

*Ведущий:* Дети, что нового мы узнали? Какую новую игру вы узнали? А чтобы не забывать народные игры давайте создадим музей «Русских народных игр», в него мы будем приглашать детей и взрослых, чтобы рассказывать о богатой истории родной земли. А теперь пора нам домой, в детский сад.

*Девочка.* Подождите, у меня для вашего музея подарки есть. (Протягивает корзинку с атрибутами игр). Играйте, народную игру не забывайте! (Уходит).

*Ведущий:* А поможет нам вернуться еще одна народная игра «Молчанка».

**Русская народная игра «Молчанка».** Перед началом игры дети хором произносят: «Первенчики, червенчики, зазвенели бубенчики. По свежей росе,

по чужой полосе. Там чашки, орешки, медок, сахарок. Молчок!». После слова «Молчок!» все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить играющих движениями, шутками. Кто рассмеялся, тот проиграл.

*Ведущий:* Вот мы и дома, понравилось вам наше путешествие? (Да, было интересно). И экспонаты для музея мы принесли, узнали много нового и интересного.

### **Рефлексия.**

*Сигнальные карточки.* Воспитатель предлагает детям карточки красного, зелёного и жёлтого цвета и определить насколько все было понятно и доступно в занятии. Зелёный – всё запомнили, материал усвоен. Красный – не усвоен, было трудно, жёлтый – всё запомнили, но было трудно.

## **Приложения**

Приложение № 1.



Приложение 2.



Приложение № 3.





**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **23 февраля - День защитника Отечества**

### **Развлечение для детей старшего дошкольного возраста**

#### **Задачи:**

Дать детям знания об армии, сформировать первые представления об особенностях военной службы.

Уточнить представления детей о родах войск, о защитниках Отечества, о том, что солдаты тренируются, чтобы быть сильными, умелыми, учатся метко стрелять, преодолевать препятствия.

Воспитывать чувство гордости за свою страну, армию, вызывать желание быть похожими на сильных, смелых российских воинов. Воспитывать чувство коллективизма, настойчивости в достижении поставленной цели.

#### **Ход игры**

*Дети входят в зал под музыку-марш. Становятся в шеренгу.*

*Ведущий:* Ребята, сегодня утром я получила телеграмму от генерала Российской армии, послушайте, что он пишет: «Дорогие ребята! Вам оказана честь - оказать помощь нашей стране. В вашем районе наш секретный агент оставил для штаба секретные документы в условленном месте. Наше командование решило поручить вам, найти пакет с документами и передать нам. Чтобы вам было легче их найти отправляю вам в помощь карту, по которой вы сможете добраться до условленного места. Надеюсь, вы справитесь! Желаю удачи!»

*Ведущий:* Ребята посмотрите друг на друга и скажите: «Какую форму мы с вами одели? Правильно, мы надели военную форму пограничников, моряков и лётчиков.

А, где служат пограничники (*летчики, моряки*)?

Молодцы, ребята мы с вами отправляемся на задание как настоящие солдаты.

Давайте посмотрим карту: мы с вами находимся вот здесь (*отмечаем на карте*).

Стрелкой нам указывает направление пути. Что встретится первое на нашем пути? (*шлагбаум*)

### **1 задание . Шлагбаум.**

- Посмотрите внимательно, где он?

*Дети подходят к шлагбауму.*

- Чтоб шлагбаум поднялся надо ответить на вопросы:

1. В какой стране мы живём? (*России*)

2. Кто защищает нашу Родину? (*армия, солдаты*)

3. Скажите, какие военные профессии вы знаете? (*моряки, артиллеристы и т. д.*)

4. Что вы знаете о пограничниках (*летчиках, связистах, артиллеристах, танкистах*)?

- Правильно ребята, все воины: и моряки, и танкисты, и лётчики, и артиллеристы, и другие рода войск – все солдаты охраняют нашу Родину.

- Ребята, скажите, а в армии служат только мужчины? (*нет и женщины тоже*)

- Правильно женщины тоже служат в армии. А что же делают женщины в армии? Чем занимаются? (*работают медсёстрами, связистками, готовят кушать*)

- Ребята, скажите, почему говорят: «Наша армия родная»? (*потому, что в армии служат наши родные, наши мальчики, когда вырастут, тоже пойдут служить в армию, защищать нашу Родину*)

- Молодцы ребята, мы справились с этим заданием, шлагбаум для нас открывается и мы отправляемся дальше в путь.

- Сейчас мы посмотрим, куда нам дальше идти.

### **2 задание. Полоса препятствий.**

- Ребята у нас на пути следующее препятствие: нам с вами надо перейти через

- минное поле по кочкам;
- пролезть в тоннель;
- попасть точно в цель гранатами.

*Поточное выполнение заданий.*

- Ребята-солдаты покажите, какими вы можете быть ловкими, смелыми, внимательными, что можете справиться с этим заданием!

- Кто справится с этим заданием, тот ждёт всех ребят возле нашего флажка.

- Молодцы, ребята все справились с этим заданием!

- Ох, и трудный путь у нас с вами, устали? Давайте сделаем привал - отдохнём. Садитесь на полянку (*коврик*)

### **3 задание. Санчасть.**

- Выполняя задание у нас не обошлось без ранений. Так кто же будет оказывать первую помощь нашим раненым? (*девочки - медсестры*)

- Выходите ко мне медсестры:

- Диана будет перевязывать раненого в руку Илью.
- Даша - раненого в грудь Матвея.
- Алиса - раненого в голову Даню.
- Девочки оказывают первую помощь солдатам.

- Молодцы девочки! Помогли раненым, оказали первую помощь.

- Ребята, вы отдохнули? (*да*)

- Нам пора отправляться дальше. В карте указана база с военной техникой.

- Ребята, вы видите военную базу? Пойдёмте к ней.

### **4 задание. Военная техника.**

*Три мольберта с военной техникой (морская, воздушная и наземная)*

- Ребята, перед вами картинки с различными видами техники. Надо

выбрать только военную технику, а гражданскую надо убрать. Сможете ли вы справиться с этим заданием? *(да)*

- Давайте поделимся:

- Моряки будут разбираться с этим транспортом - 1 мольберт *(морской)*
- Летчики – второй мольберт *(воздушный)*
- Пограничники - третий *(наземный)*

*Дети выполняют задание.*

- Моряки, скажите: «Какую технику вы оставили? Назовите её»

- Как вы узнали, что он военный корабль? *(по цвету)*

- Молодцы, правильно выполнили задание!

- Теперь лётчики отчитаются о выполненном задании, расскажут, на чём летать будут?

- Какой вид транспорта изображён на ваших картинках? *(воздушный)*

- Назовите, какие виды воздушного транспорта здесь изображены?

- Молодцы, правильно выполнили задание!

- А пограничники справились со своим заданием? Сейчас проверим:

- Какой вид транспорта изображён на ваших картинках? *(наземный)*

- Почему вы оставили только этот транспорт? *(потому, что он военный)*

- Назовите, какие виды транспорта здесь изображены?

- Молодцы ребята, все справились с заданием! Вы все правильно выделили военную технику, сказали, что ей пользуются только военные и отметили, что она имеет камуфлированный окрас: тёмно-зелёный с добавлением светлых пятен.

- Отправляемся дальше. На карте теперь указан пролесок и большая сосна, под которой мы должны найти портфель с документами.

- Максим, посмотри в бинокль, не видишь ли ты пролесок впереди?

*(Вижу, вон она впереди)*

### **5 задание. Открой портфель.**

- Ребята, здесь под сосной спрятаны документы. Давайте их найдём.

*Дети находят портфель.*

- Ребята, портфель мы с вами нашли, но он не открывается. Надо сказать какой-то пароль.

- Вы не знаете, какой нужен пароль? (*нет*)

- Давайте с вами подумаем. Раз задание у нас военное, то и слово должно быть военное.

- Какие вы знаете военное оружие, назовите? (*пистолет, автомат и т. д.*)

- Не получается!

- Какую вы знаете военную технику?

- Не получается!

- Ребята, какие вы знаете рода войск?

- Не получается!

- Я думаю, давайте расскажем стихотворение про армию, там много военных слов может оно нам поможет.

Морякам, артиллеристам  
Пограничникам, связистам -  
Всем, кто мир наш бережёт  
И границы стережёт,  
За великие дела  
Слава, слава и хвала!

- Ребята, смотрите, портфель открылся. А вот и пакет с секретными документами. Отдадим его Тамаре Ивановне, а она передаст его в штаб.

- Всем объявляю благодарность, а нам пора возвращаться в свою военную часть отдыхать.

*Дети под военный марш выходят из зала.*

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **«Зимние Олимпийские игры» спортивный праздник**

### **Цели и задачи:**

1. Формировать положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом.
2. Закреплять знания дошкольников о зимних Олимпийских играх на примере игр Сочи-2014.
3. Закреплять навыки движений, отработанных ранее в эстафетах.
4. Воспитывать любовь и гордость за спортивные достижения своей страны.
5. Формировать умение действовать в команде, переживать состояние эмоционального комфорта от двигательной активности, её успешных результатов.

**Участники:** старшие дошкольники, болельщики, инструктор по физической культуре - ведущий, музыкальный руководитель, воспитатели и педагоги – наставники команд.

**Оборудование:** картинки с изображением зимних олимпийских видов спорта, символики олимпиады Сочи 2014; мультимедийная установка для демонстрации слайдов презентации (презентация прилагается к сценарию праздника); олимпийский факел из бумаги; конусы – 10 шт, веревки короткие - 2 шт, обручи большие – 2 шт, мягкие патроны - 10 шт, ледянки – 2 шт; мягкие игрушки – символы олимпиады (зайка, леопард, белый медведь); разрезные картинки с изображением символов олимпиады – 2 набора; лыжи – 2 шт, хоккейные клюшки и шайбы – по 2 шт.

### **Ход праздника**

*Дети входят в зал под Олимпийский марш (И. Дунаевский), проходят круг*

*почета под аплодисменты болельщиков. Построение в командах по разные стороны зала. У наставников в руках большая эмблема команды, закреплённая на держателе, у детей на одежде закреплены эмблемы.*

*Ведущий:* Здравствуйте ребята! Рады Вас приветствовать на празднике зимней олимпиады. Давайте сегодня посоревнуемся и поиграем. Посмотрим, какая из команд самая ловкая, самая сильная. Сегодня соревнования пройдут между двумя командами.

*Представления команд: название, девиз. Названия команд соответствуют олимпийским символам – «Снежные барсы», «Белые медведи».*

*Ведущий:* Ребята, на наших олимпийских играх присутствуют судьи наших соревнований. *Представляется судейский состав.*

*Ведущий:* Предлагаю зимние олимпийские игры считать открытыми. Для прослушивания гимна олимпиады всем встать.

*Звучит официальный гимн олимпиады Сочи – 2014. Детям предлагается сесть на скамейки. (Слайд 1)*

*Ведущий:* Перед любым соревнованием следует выполнить разминку. Приглашаются команды и болельщики. (Слайд 2)

### **Разминка «Лесная зарядка»**

*Ведущий:* Как вы знаете, олимпийский огонь продолжает свое путешествие по России. Он побывал уже в гостях в нашем городе и оставил свою маленькую частичку ребятам нашего детского сада. (Слайд 3)

### **Конкурс «Эстафета олимпийского огня»**

Приглашаются по 8 человек от каждой команды, бегом пронести олимпийский факел, обегая конус.

*Звучит музыкальная композиция в исполнении М. Магомаева  
«Мы верим твердо в героев спорта»*

*Ведущий:* Зимнюю олимпиаду невозможно представить без... (на экран выводится изображение хоккеистов), правильно, хоккея. Предлагаю посоревноваться в умении владеть клюшкой и шайбой.

### **Конкурс «Хоккеисты»**

Приглашаются по 8 человек от команды. Задача участников – провести клюшкой шайбу вокруг колпачков, не задевая их. Скорость и правильность учитываются. (Слайд 4)

*Звучит музыкальная композиция Э. Хиль «Трус не играет в хоккей».*

*Ведущий:* Молодцы команды! Предлагаю сделать перерыв в соревнованиях. Приглашаются на разминку болельщики.

### **Разминка для болельщиков «Аэробика»**

*Ведущий:* Команды готовятся к следующему соревнованию. Биатлонисты вступают в борьбу за медали. (Слайд 5)

### **Конкурс «Биатлонисты»**

Приглашаются по 5 человек. Пробежать на лыжах до ведерка с мягкими патронами. Патронами метнуть в обруч, лежащий на полу, передать эстафету следующему участнику.

*Звучит музыкальная композиция Н.Будневой «Пять колец над планетой».*

*Ведущий предлагает угадать следующий вид спорта. Появляется картинка спортсменов – бобслеистов (скелетон) (Слайд 6).*

*Ведущий:* Молодцы! В этих соревнованиях примут участие ваши талисманы. Им очень хочется покататься по горкам.

### **Конкурс «Прокати талисманы»**

Талисманы кладут на ледянки и предлагают детям прокатить их, не уронив, до конуса и обратно, передавая следующему участнику эстафету.

*Ведущий:* Славно прокатали талисманов наших. Предлагаю отдохнуть и постараться заработать очко, для своей команды правильно отгадав загадки о спорте.

### **Конкурс загадок.**

Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг.

От ворот до ворот

Бойко бегают народ.

На воротцах этих –

Рыбацкие сети. **(Футбол)**

Загадка эта не легка:

Пишусь всегда через два "к".

И мяч, и шайбу клюшкой бей,

И называюсь я - **(Хоккей)**

Костыль кривой. Так и рвется в бой.

**(Хоккейная клюшка)**

На квадратиках доски

Короли свели полки.

Нет для боя у полков. Ни патронов, ни штыков.

**(Шахматы)**

Упадет - поскачет,

Ударят - не плачет. **(Мяч).**

Когда апрель берет свое. И ручейки бегут, звеня,

Я прыгаю через нее,

А она через меня. **(Скакалка).**

Две курносые подружки,

Не отстали друг от дружки.

Обе по снегу бегут,

Обе песенки поют,

Обе ленты на снегу. Оставляют на бегу. **(Лыжи).**

Каждый вечер я иду,

Рисовать круги на льду.

Только не карандашами,

А блестящими ....**коньками.**

*Ведущий:* Молодцы же вы ребята, отгадали все загадки, проявили свою сообразительность. А теперь продолжаем нашу Олимпиаду! Нас ждет конкурс капитанов. Собери картинку. *(Слайд 7).*

**Конкурс капитанов.** Собери картинку с изображением своего талисмана.

*Звучит музыкальная композиция ансамбля Семицветик*

*«Олимпиада» (муз. Ермолова, сл. Борисова).*

*Ведущий:* Молодцы капитаны. Оправдали доверие своих команд. Команды дружные, смелые, ловкие. Наши олимпийские соревнования подходят к концу, пока судьи совещаются, кому отдать победу предлагаю поиграть с игрушками – символами олимпиады. (Слайд 8).

### **Конкурс «Передай талисман»**

Звучит композиция Л. Лукашиной «Олимпиада 2014», дети передают игрушки в командах, болельщики играют тоже. По остановке музыки, ребенок, у которого игрушка называет зимний вид спорта.

*Ведущий:* Предоставляется слово судьям.

*Награждение команд.*

### **Методические рекомендации**

Данное мероприятие направлено на укрепление здоровья детей, формирование двигательных навыков и умений, развитие психофизических качеств (быстрота, ловкость, выносливость); воспитание жизнерадостной, целеустремленной, творческой личности.

Решению данных задач способствует создание ситуации успеха, ощущения радости от результата движения.

Дифференцированный подход осуществляется посредством предоставления

каждому ребенку возможности продемонстрировать свои умения, в каком – либо виде движений.

Спортивный праздник проводится в музыкальном или спортивном зале, его содержание составляют движения уже освоенные детьми в непосредственной образовательной деятельности.

Праздник требует предварительной подготовки: знакомство детей с зимними видами спорта, олимпийской символикой; разучивание ритмических движений для разминки; подготовка инвентаря и составление презентации,

оформление зала в соответствии с тематикой праздника. Каждая группа выбирает эмблему и девиз. Продумываются формы поощрения.

Важно отмечать проявление взаимовыручки, соблюдение правил, качество выполнения заданий. Воспитывать доброжелательное отношение, учить сопереживать успехам и неудачам товарищей.

### Литература

1. Лысаков В. Г. 1000 загадок. - М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2006. -318 с.
2. Наглядно - дидактическое пособие. Расскажите детям о зимних видах спорта. Автор текста Э. Емельянова. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ.
3. Наглядно - дидактическое пособие. Расскажите детям об олимпийских играх. Автор текста Э. Емельянова. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ.
4. От рождения до школы. Общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2013. - 336 с.
5. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2006. - 96 с.
6. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет . - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2011. - 144 с.

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)

### **«На поле Куликовом...»**

## **Конспект непосредственной образовательной деятельности по физической культуре с этнокультурным компонентом для старших дошкольников**

**Образовательная область.** Физическое развитие, познавательное развитие, художественно - эстетическое, речевое развитие, социально-коммуникативное.

**Цель.** Развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков, осознанного отношения к своему здоровью посредством формирования знаний о русской дружине, как одной из составляющих основы культуры Древней Руси.

### **Задачи:**

- развивать психофизические качества у детей дошкольного возраста (быстроты реакции, ловкости) и двигательных функций (навыка прыжка в высоту, ползания, метания);
- развивать навыки здорового образа жизни;
- формировать социально-коммуникативные навыки через умение распределять роли между собой и согласовывать свои действия с партнёрами в играх и общеразвивающих упражнениях;
- воспитывать патриотизм через приобщение детей к истокам русской национальной культуры: традициям, обычаям, народным играм.

### **Планируемые результаты:**

Образовательная область **«Физическое развитие»**. Формирование необходимых двигательных умений и навыков, физических качеств, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Образовательная область **«Познавательное развитие»**. Получение и усвоение знаний о русской дружине, элементарных знаний из области истории

своего народа. Знакомство с понятием дружинник.

Образовательная область *«Социально - коммуникативное развитие»*.  
Формирование у ребёнка умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, участвовать в совместных играх. Эмоционально отзываться на предложения по взаимодействию между детьми и взрослыми.

Образовательная область *«Художественно - эстетическое развитие»*.  
Формирование навыка движений под музыку, восприятия музыкальных произведений.

Образовательная область *«Речевое развитие»*. Развитие связной речи, умения слушать и понимать обращенную речь.

**Оборудование.** Технические средства обучения: мультимедийное оборудование, ноутбук, аудиозапись

Мусоргский М. П. «Богатырские ворота», аудиозапись русской народной музыки, презентация. Сигнальные карточки красного и зеленого цвета, резиночка для прыжков в высоту и подлезания, мишени для метания - 2 шт., мешочки с песком по количеству детей, корзины для мешочков с песком.

**Форма организации деятельности детей.** По количественному составу участников: фронтальная, подгрупповая; по способу деятельности: поисково-исследовательская, сюжетно-игровая.

#### **Содержание непосредственной образовательной деятельности**

**Организационный момент. Актуализация знаний.** *Дети приглашаются в зал. Звучит аудиозапись произведения М.П. Мусоргского «Богатырские ворота». Их встречает воспитатель в костюме дружинника со свитком.*

*Ведущий:* Дети у нас гость в зале. Давайте поздороваемся с ним, узнаем кто это. (Здравствуйтесь).

*Ведущий:* Как Вас звать-величать?

*Дружинник:* Я глашатай, прибыл к вам с посланием от самого князя Московского и Владимирского Дмитрия Донского. Слышали про такого?

(Да, о Дмитрие Донском мы знаем. Он великий воин земли русской, на

земле Коломенской войска его собирались, чтобы защищать людей русских от врагов. В нашем городе есть памятник Дмитрию Донскому).

### **Постановка проблемы.**

*Дружинник:* Да, Дмитрий Донской великий воин. Да только врагов он побеждал не один, а со славною дружиной своей. А хотели вы оказаться в дружине у князя? (Да.)

**Проблемный вопрос.** Что такое дружина? Как же нам попасть в дружину к Дмитрию Донскому?

*Дружинник.* Предлагаю перенестись на много веков назад. Во времена Дмитрия Донского.

**Поиск решения.** *На интерактивном экране изображение дружины.*  
(Приложение № 1)

*Ведущий:* Посмотрите - вот дружина. Дружина - отряд воинов при князе. Но не всякий человек мог попасть в дружину. В дружину берут самых сильных, тренированных, ловких воинов, прошедших испытания. Дети, как вы думаете, где нам научиться всему тому, что должен уметь воин? (На тренировках, прочитать книги, в армии). Я предлагаю вам отправиться в военно - тренировочный лагерь княжеской дружины.

*Звучит музыкальное сопровождение. Дети выполняют ходьбу, лёгкий бег, ходьбу змейкой, на носках, подскоки, ходьбу по двое.*

*Ведущий:* Вот мы и пришли.

*На интерактивном экране изображение полевого лагеря дружины.*

(Приложение № 2)

*Дружинник.* Здравствуйте, добры молодцы, да красны девицы. Рад я, что решили вступить в дружину нашу, Отечеству послужить. Вот первое испытание.

Дружинник - значит дружный, умеющий действовать сообща, вместе с товарищем. Выполните упражнения в парах.

*Дети выполняют общеразвивающие упражнения в парах.*

*Сопровождение осуществляется музыкальным руководителем.*

### **Общеразвивающие упражнения в парах.**

1. «Борьба». И. п. ноги на ширине плеч, ладони сцеплены «замком». С усилием осуществлять нажим правой и левой рукой, стараясь выдержать усилие товарища. (4-5 раз).

2. «Увернись от вражеского кулака». И. п. ноги на ширине плеч, руки на плечах друг друга. Выполнять повороты туловища вместе с поворотом головы. (5-6 раз).

3. «Построим мост». И.п. - взяться за руки, ноги на ширине плеч, выполнять одновременный наклон (4-5 раз).

4. «Достанем воды из колодца». И.п. стоя к друг другу лицом, выполнять приседания (5 - 6 раз).

5. «Борьба ногами в парах». И. п. сидя на полу, соединив друг с другом часть стопы. (6 раз).

6. «Потянись». И. п. - стоя спиной к друг другу, потянуть друг друга, но не поднимать.

7. Прыжки в чередовании с ходьбой.

*Во время выполнения упражнений дружинник подбадривает детей, помогает.*

*Ведущий:* Мы теперь знаем, как в дружине тренировались воины. Знаем, что дружными они должны быть. У всех получилось действовать сообща?

**Дифференциация.** Дети расставляются в пары в соответствии с особенностями физического развития.

*Сигнальные карточки. После выполнения общеразвивающих упражнений воспитатель предлагает взять сигнальные карточки зелёного и красного цвета и оценить уровень своего выполнения упражнения (оперативная связь).*

*Дружинник.* Размялись вы на славу. Вижу дружные вы, готовы друг с другом договариваться. Но воины должны уметь тихо в стан вражеский проникнуть, метко стрелять, ловко и бесшумно прыгать. Вот коли и с этими испытаниями справитесь, примем в дружину.

**Дети выполняют основные виды движений.**

1. Прыжок в высоту с места.
2. Метание мешочка с песком в мишень.
3. Подлезание под низкую верёвку по-пластунски.

**Дифференциация.** Дети выполняют движения в двух подгруппах. В отдельную подгруппу выделяются дети с нарушениями опорно - двигательного аппарата. Выполнение упражнений в данной подгруппе проходит под наблюдением инструктора.

*На интерактивном экране изображение упражнений. (Приложение № 3)*

*Ведущий:* Итак, дети, справились вы с этими испытаниями? Всели упражнения оказались вам под силу?

*Сигнальные карточки. После выполнения общеразвивающих упражнений воспитатель предлагает взять сигнальные карточки зелёного и красного цвета и оценить уровень своего выполнения упражнения (оперативная связь).*

*Дружинник.* Вижу, достойны вы все в Княжеской дружине служить Отечеству нашему. Тренированы хорошо. Упражнения легко вам даются. Но хорошие воины должны уметь и отдыхать. Как вы отдыхаете? Чем занимаетесь? (Любим играть в игры, читаем). А какие русские народные игры знаете? («Поймай комара», «Горелки», «Лапта», «Салки».).

*Ведущий:* Поиграем в «Салки» все вместе.

*На интерактивном экране изображение детей, играющих в русскую народную игру «Салочки». (Приложение № 4) Дети выбирают водящего-салочку при помощи жребия. Звучит русская народная музыка.*

### **Русская народная игра «Салки».**

Оговаривается площадка, на которой можно передвигаться игрокам. Все разбегаются от салочки, а он пытается догнать и запятнать, то есть дотронуться на бегу рукой. Как только он кого - то запятнал, тем самым передал ему свою роль, он громко кричит имя, чтобы все сразу узнали от кого убежать. Можно сделать дом, в котором разрешается отдыхать.

**Дифференциация.** Дети с ФИСС после непродолжительного бега могут быть назначены «хозяевами дома», чтобы восстановить дыхание.

*Ведущий:* Ну а теперь и время сказок пришло. Расскажем шуточную сказку о бабке - ёжке.

### **Логоритмические упражнения «Бабка - ёжка».**

Бабка - ёжка,  
Костяная ножка (*дети идут по кругу, взявшись за руки*),  
С печки упала,  
Ножку сломала (*останавливаются, выставляют ногу на пятку*),  
А потом и говорит:  
«У меня живот болит» (*выполняют небольшой наклон*).  
Пошла бабка на улицу,  
Встретила там курицу,  
Пошла бабка на базар,  
Прикупила самовар.  
Пошла на лужайку (*идут по кругу, взявшись за руки*),  
Встретила там зайку (*показывают ладонями, приставленными к голове уши зайца*).  
Пошла на опушку,  
Встретила лягушку (*руки согнуты в локтях, пальцы максимально расставлены*),  
А лягушка говорит:  
Для тебя здесь путь закрыт (*присесть, держась за руки*).

**Вывод.** Узнали мы о дружинниках. О том, как они жили, к походам готовились, отдыхали.

*На интерактивном экране изображение смотра войск Дмитрием Донским. (Приложение № 5) Появляется князь. В роли князя папа одного из воспитанников.*

*Князь.* Здравствуйте, дорогие мои. Дружинник мой письмо мне прислал, говорит, что отряд собрал достойных и смелых воинов. Все испытания прошли вы достойно. Стройтесь для посвящения в воины.

*Построение в шеренгу.*

Принимаю всех в дружину свою. Будьте воинами славными и отважными и если на нашу Родину нападут враги, будьте готовы защитить её. А для этого требуются ежедневные занятия физкультурой и спортом. Вот вам мой наказ.

*Ведущий:* Постараемся выполнить мы твой наказ князь. Будем заниматься с усердием и прилежностью. Пора возвращаться нам в родной детский сад.

*Дети выходят из зала.*

### **Методические пояснения**

Конспект занятия составлен в соответствии с общеобразовательной программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, а также программой ДОУ «Здоровый дошкольник».

На занятии использованы следующие методики и технологии - технология Э.Я. Степаненковой «Подвижные игры в детском саду», здоровьесберегающие технологии, ИКТ, метод проблемного обучения.

Данное занятие - интегрированное. Решает не только задачи физического развития дошкольников, но и комплекс задач познавательного, социально – коммуникативного, речевого, художественно - эстетического развития. Это занятие входит в цикл занятий с использованием этнокультурного компонента. Ориентировано на дошкольников 6 - 7 лет.

Занятие направлено на развитие физических качеств, формирование двигательных навыков и навыков здорового образа жизни. Использование материалов истории своего Отечества, позволяет повысить интерес не только к занятиям физической культурой, но и внести новые элементы в содержание работы по физическому воспитанию дошкольников.

На занятии используются разнообразные методы и приемы: словесные, элементы театрализации, наглядные с использованием интерактивных средств обучения. Деятельностный подход осуществляется на занятии через постановку проблемных вопросов. Развитие художественно-эстетического восприятия реализуется через музыкальное сопровождение движений, выполняемых

детьми. Развитие речи происходит через использование логоритмических упражнений и диалогическую речь.

Оперативная связь осуществляется при помощи сигнальных карточек.

На протяжении занятия осуществляется непосредственное взаимодействие с родителями. Папа одного из детей играет роль Дмитрия Донского. Воспитатель помогает инструктору в роли дружинника.

Основная мотивация в данной занятии: стать сильными, ловкими, здоровыми, «попасть в дружину к князю». Выполняя общеразвивающие упражнения и основные виды движений, у детей формируется стремление к здоровому образу жизни, осознанное отношение к своему здоровью.

В занятии используются народные игры различной степени подвижности. Они помогают развивать внимание, гибкость тела, выносливость, меткость. Кроме того, опыт игры просто необходим в повседневной жизни ребенка для становления двигательных навыков, развития психофизических качеств, а также воспитания патриотизма и интереса к истории своей страны.

В результате непосредственной образовательной деятельности «На поле Куликовом..» у детей формируются необходимые физические качества, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование своего организма.

Таким образом, интегрированный характер занятия позволяет обеспечить реализацию задач по воспитанию и развитию детей в соответствии с требованиями образовательной программы и ФГОС.

## Приложения

Приложение 1. Дружина.



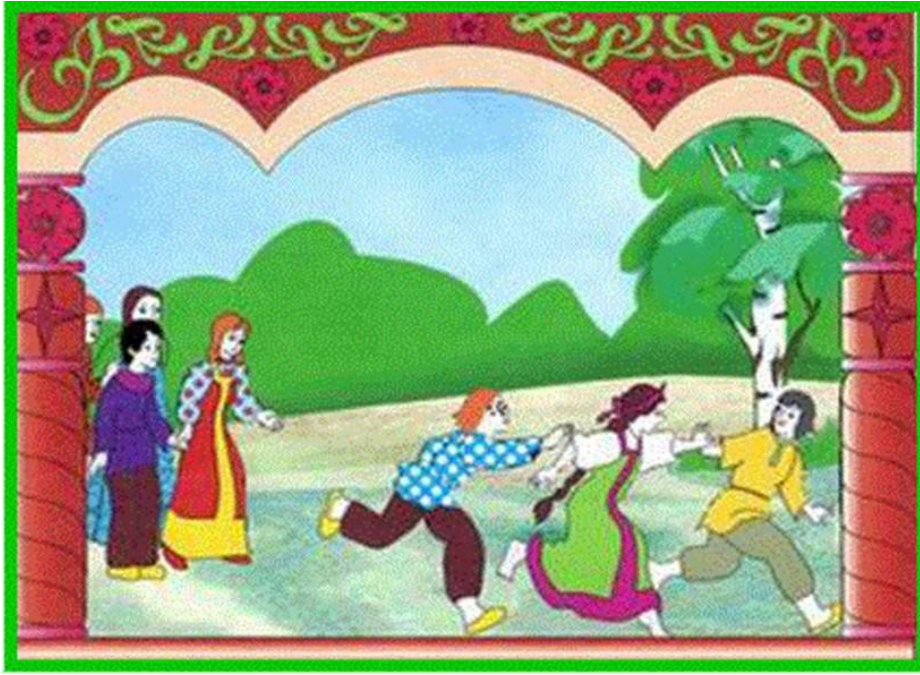
Приложение № 2. Полевой лагерь дружинников.



### Приложение 3. Упражнения в парах.



### Приложение № 4. Народная игра.



Приложение 5. Дмитрий Донской с дружиной.



**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

**Эвоян Гоар Сергеевна -**

*музыкальный руководитель, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **«Юные пожарные»**

### **Сценарий спортивного развлечения для старших дошкольников**

**Цель:** Формировать у детей осознанное и ответственное отношение к правилам пожарной безопасности. Расширять знания, умения и навыки, необходимые для действия в экстремальных ситуациях.

#### **Задачи:**

Образовательная: дать понятие детям, что огонь бывает другом и врагом. Помочь запомнить правила пожарной безопасности.

Развивающая: формировать у детей понятие «пожарная безопасность», закрепить знания о причинах возникновения пожара. Формировать элементарные умения и навыки в поведении при возникновении пожара.

Воспитательная: воспитание взаимопомощи, доброжелательного отношения друг к другу, гордости за людей данной профессии;

#### **Предварительная работа:**

1. Беседы с детьми об огне, о пожаре, о профессии пожарных;
2. Чтение произведений о пожаре: С.Я. Маршак «Кошкин дом», «Пожар», «Рассказ о неизвестном герое»; Л. Толстой «Пожар», «Пожарные собаки»; К.И. Чуковский «Путаница».

**Оборудование:** магнитофон, музыка Г.В. Свиридова из кинофильма «Укрощение огня» марш пожарников; иллюстрации с изображением различных пожароопасных ситуаций; для эстафет: островки (6 шт.), туннель (2 шт.),

телефон (2 шт.) ; жилетка (2шт.), ремень( 2шт.), каска (2 шт.), удостоверение «Юный пожарник», конфеты (всем детям).

*Ведущий:* Добрый день, уважаемые гости и участники соревнований. Я рада вас приветствовать в нашем зале. Сегодня мы собрались в этом зале на спортивный праздник. Сейчас я вам прочту стихотворение и вы, я думаю, сразу догадаетесь, о какой профессии идёт речь.

*Ведущий:* С огнём бороться мы должны,  
Мы смелые работники,  
С водою мы напарники.  
Мы очень людям всем нужны.  
Так кто же мы?.

*Дети:* Пожарные!

*Звучит музыка Г. В. Свиридова «Укрощение огня».*

*Ведущий:* Сегодня в нашем зале встречаются две команды будущих пожарных. Это команда «Пламя» и команда «Искра» Поприветствуем их. Судить наши соревнования будет жюри в составе трёх человек (*Представляем жюри. В жюри находится инспектор по пожарной безопасности, руководитель образовательной организации и представитель от родительского комитета*).

**1 конкурс. «Приветствие команд»** (*оценивается чёткость и слаженность приветствия*)

Девиз команды «Пламя»: Кто огня не бережется, тот скоро обожжется!

Девиз команды «Искра»: Искра мала – великое пламя родит!

**2 конкурс. «Опасная сказка»** (*поочерёдно командам задаются вопросы, за каждый правильный ответ 1 фишка*).

*Ведущий:* Ребята, мы с вами много читали произведений о пожарах и пожарных. Сейчас я прочту вам отрывки, а вы должны сказать, из каких произведений взяты эти строчки:

Море пламенем горит,  
Выбежал из моря кит:

«Эй, пожарные, бегите,  
Помогите, помогите!» (К. Чуковский.«Путаница»)

И вдруг заголосили:

«Пожар! Горим!»

С треском, шелканьем и громом

Встал огонь над новым домом.

Озирается кругом, машет красным рукавом.

(С. Маршак.«Кошкин дом»)

Что за дым над головой?

Что за гром на мостовой?

Дом пылает за углом.

Что за мрак стоит кругом?

Ставит лестницы команда,

От огня спасает дом. (С. Михалков.«Дядя Степа»)

Ищут пожарные, ищет милиция,

Ищут фотографы в нашей столице,

Ищут давно, но не могут найти

Парня какого-то лет двадцати.

(С. Маршак.«Рассказ о неизвестном герое»)

Мать на рынок уходила,

Дочке Лене говорила:

«Печку, Леночка, не тронь,

Жжется, Леночка, огонь». (С. Маршак.«Пожар»)

*Ведущий:* Молодцы ребята! Правильно назвали все произведения и даже авторов.

**4 конкурс.** А знаете ли вы, что нужно делать, а что нельзя, для того, чтобы не было огня? Команда «Пламя» называет «Правила пожарной безопасности» (что запрещается).

- Бросать горячие спички, небрежно и беспечно обращаться с огнем;
- Оставлять открытыми двери печей, каминов;

- Использовать неисправную аппаратуру и приборы;
- Пользоваться неисправными розетками;
- Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из несгораемых материалов;
- Оставлять без присмотра топящиеся печи, также поручать надзор за ними малолетним детям.

- А теперь давайте вспомним, что нужно делать, если возник пожар!

Команда «Искра» называет «Правила поведения при пожаре» (что разрешается).

- В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану по телефону: «01», сообщить адрес, где возник пожар, и назвать свою фамилию;
- Подавать сигнал тревоги, кричать и звать на помощь взрослых;
- Надеть противогаз для защиты от угарного газа, набросить на себя мокрое покрывало, плащ, пальто при нахождении в зоне пожара;
- Двигаться ползком или пригнувшись вдоль стены, если в помещении сильно задымлено;
- Вывести из горящего помещения людей, детей, закрыв им рот, нос мокрой повязкой;
- Отправить пострадавшего в больницу, вызвать скорую помощь по телефону «03».

*Ведущий:* Молодцы, каждая команда получает по 1 фишке. Ребята, а вы видели пожарных? (Да).

-А в чем заключается их работа? (Ответы детей) .

- А какими должны быть люди, которые работают в пожарной охране?  
(*Сильными, ловкими, смелыми, быстрыми, бесстрашными и т. д.*)

*Ведущий:* А сейчас мы узнаем, кто из наших ребят самый смелый, сильный, ловкий и находчивый и может быть настоящим пожарным.

**5 конкурс: Конкурс капитанов** «Кто быстрее соберётся на пожар» (за этот конкурс даётся по 2 фишки) .

*Ведущий:* Все вы знаете, что у пожарных имеется специальная одежда. Она защищает от огня. Давайте представим, что у нас тоже специальная одежда пожарников. Сейчас мы проверим, как наши капитаны умеют быстро собираться на пожар. (Нужно быстро надеть жилетку, ремень, каску, рукавицы)

**6 конкурс. Отгадывание загадок.** Любите вы отгадывать загадки? Слушайте внимательно. Загадывать буду по очереди, какая команда отгадает, та получает фишку.

1. Чтобы не было огня,  
Не играйте вы в меня.  
Я огня сестричка,  
Маленькая... (спичка)

2. Если дым валит клубами,  
пламя бьется языками,  
и огонь везде, и жар –  
это бедствие – ... (пожар)

3. Рыжий зверь в печи сидит,  
Рыжий зверь на всех сердит.  
Он от злости ест дрова  
Целый час, а может, два.  
Ты его рукой не тронь:  
Искушает всю ладонь. (Огонь)

4. Кто с огнём не осторожен,  
У того пожар возможен.  
Дети, помните о том,  
Что нельзя шутить... (Огнём)

5. Это тесный, тесный дом:  
Сто сестричек жмутся в нём.  
И любая из сестёр  
Может вспыхнуть как костёр!  
Не шути с сестричками,

Тоненькими .... (Спичками)

6. Спешит машина красная,  
Не выключая фар,  
На службу на опасную,  
Спешит тушить пожар! (Пожарная машина)

7. При пожаре не сидим,  
Набираем ... (01)

*Ведущий:* Молодцы все загадки правильно отгадали и заработали фишки.

### **7 конкурс. Конкурс «Вызов пожарных»**

Прыжки через островки (3 шт.)

Пролезть в туннель (1 шт.)

Подбежать к телефону, поднять трубку, вызвать (крикнуть) “01”

Обратно – бег по прямой, передать эстафету (хлопнуть по ладошке следующего участника).

*Ведущий:* Молодцы! Все ребята у нас ловкие, смелые, быстрые. Получаете по фишке. Воспитатель: На учениях вы покажите свои знания и умения. Вот вам следующее задание.

**8 конкурс.** «Знаете ли вы предметы, из-за которых может возникнуть пожар?». Выберете те картинки, на которых изображены различные пожароопасные ситуации.

*Ведущий:* Молодцы! Знаете предметы, из-за которых может возникнуть пожар. А сейчас пока команды отдыхают проводится интеллектуальная викторина для болельщиков.

Вопросы для детей:

- 1) От чего может возникнуть пожар?
- 2) Какие беды приносят пожары?
- 3) О чём нужно знать и помнить, чтобы не допустить пожара?
- 4) От чего люди страдают чаще при пожаре: от огня или дыма?
- 5) Чем можно потушить начавшийся пожар?

6) Кто тушит пожары?

7) По какому номеру телефона можно вызвать пожарных?

8) Почему работа пожарных нужна людям?

*Ведущий:* Я предлагаю заучить маленькое правило: «Пусть помнит каждый гражданин, пожарный номер «01». Давайте вместе его повторим. (*Дети повторяют*). А сейчас предоставляется слово жюри.

*Ведущий:* Объявляю всем благодарность. Мы принимаем вас в команду «Юный пожарный» *Награждение (пожарный вручает всем участникам удостоверение «Юный пожарник*).

*Ведущий:* Вы ребята смелые, ловкие умелые,

Всем здоровья мы желаем,

Сладким призом угощаем (*конфетами*)

#### **Литература**

1. Беляя К.Ю., Зимонина В.И., Кондрыкинская А.А. Как обеспечить безопасность дошкольников. – М.: Просвещение. - 2004. – изд. 4-е.
2. Шорыгина Т.А. Правила пожарной безопасности для детей 5-8 лет. - М: ТЦ Сфера, 2007- 64с.

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

**Копытина Любовь Викторовна -**

*воспитатель, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **«Озорные мышки»**

### **Конспект сюжетно-игрового занятия с использованием нестандартного оборудования для дошкольников младшего возраста**

#### **Задачи:**

- упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, развивать ориентировку в пространстве;
- упражнять в проползании на четвереньках под мягкие блоки (дуга) с последующим ползанием по дорожке с ладошками;
- учить ходьбе по ограниченной поверхности – по лабиринту;
- тренировать вестибулярный аппарат ребенка;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышцы рук, ног, плечевого пояса тренировать кисти рук;
- закрепить способы и правила обращения с платочком в общеразвивающих упражнениях;
- воспитывать умение заниматься в коллективе;
- прививать эстетическое отношение к физическим упражнениям
- развивать смелость и уверенность в себе.

#### **Ход занятия**

*Дети входят в зал. Построение в шеренгу.*

*Ведущий:* Ребята, мы с вами превратимся сейчас в маленьких мышек. Закройте глаза, открывайте, проверяем.

**Самомассаж по технологии К. К. Утробиной «Маленькая мышка».**

1. Потрогать кончик носа.
2. Пригладить ушки.
3. Потирание ладоней.

*Ведущий:* Мышки готовы? (Да). Идем на прогулку в лес.

### **Часть 1.**

*Разминка. Выполняется под музыкальное сопровождение. Ходьба в колонне по одному свободным шагом, ходьба на носках, обычная ходьба, легкий бег, ходьба, ходьба на пятках, построение в круг.*

*Ведущий:* Ребята, пришли мы с вами на поляну с разноцветными платочками. Давайте с ними поиграем. Подойдите к платочкам тихо, как мышки, на носочках. Возьмите платки в две руки, пальцами.

### **Часть 2.**

**Общеразвивающие упражнения с платочком по методике Л.И. Пензулаевой.**

1. И. п. – ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди. Вытягивать прямые руки вперед, вернуться в и.п.(4-5 раз).

2. И.п. – ноги на ширине ступни, платочек в одной руке. Плавно руки поднимать через стороны вверх, передавать платочек в другую руку, вернуться в и.п.(4-5 раз).

3. И. п. – ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках внизу. Присесть, спрятаться за платочек, вынести руки с платочком вперед. Вернуться в и.п. (4-5 раз).

4. И. п. – ноги слегка расставлены, платочек в правой руке. Прыжки на двух ногах, помахивая платочком, чередуя с ходьбой.

*Ведущий:* Хорошо мы поиграли и немного проголодались. Девочки-мышки идут за мной сыра вкусного поесть, а мышки мальчики в норку поползть, проверить все ли там в порядке. Платочки свои положите на стул.

**Основные виды движений проводятся по подгруппам. Во время выполнения звучит негромкая музыка без слов.**

1. Ходьба по лабиринту – упражнение в равновесии, тренировка

вестибулярного аппарата.

2. Ползание на четвереньках, подлезая в начале дорожки под дугу.

*Ведущий:* Везде побывали мышки, решили посмотреть сколько время.

**Подвижная игра «Вышли мыши как-то раз...».** *Правила игры не объясняются, они проговариваются вместе со словами.*

Вышли мышки как-то раз,  
Посмотреть, который час,  
Раз, два, три, четыре,  
Мыши дернули за гири,  
Вдруг раздался страшный гром БОМ.....,  
УБЕГАЮТ МЫШКИ В ДОМ.

*Игра проигрывается 2-3 раза.*

### **Часть 3.**

*Ведущий:* А теперь все мышки идут шагом за мной. Стоп - сигнал остановки. Давайте расскажем, как живут дружно мышки в доме.

Пальчиковая гимнастика:

В нашем маленьком домишке,  
Живут серенькие мышки,  
Так и шмыгают кругом,  
Все на кухне кувырком.  
То на стол залезли мышки,  
То на стульчик шалунишки, так и хочется поймать,  
А мыши шмыг и под кровать.

*Ведущий:* Мышки убежали под кровать, а ребятам пора в группу.

*Построение в колонну по одному, уход в группу под музыку.*

**Федосова Любовь Евгеньевна -**

*инструктор по физической культуре, МБДОУ Центр развития ребенка -  
детский сад № 4 «Веснушки», г.о. Коломна, [fedosova1975@inbox.ru](mailto:fedosova1975@inbox.ru)*

## **«Космос – человечеству»**

### **Развлечение для старших дошкольников**

**Цель:** Доставить детям радость посредством танцевально-игровой деятельности тематического характера; воспитывать патриотические чувства, любознательность, формировать элементарные представления о космосе.

#### **Задачи:**

1. Расширить представление детей о космических полетах;
2. Закрепить знания детей о том, что первым космонавтом Земли был гражданин России Ю.А. Гагарин, а первой женщиной – космонавтом стала В. Терешкова.
3. Подвести детей к пониманию того, что космонавтом может быть только здоровый, тренированный, настойчивый и бесстрашный человек.
4. Воспитывать в детях гордость за свою страну.

#### **Содержание**

*(дети под марш входят в зал, строятся в две колонны)*

*Ведущий:* Здравствуйте, ребята! Сегодня мы поговорим о Космосе, о людях, открывших космос человечеству, о первых космонавтах.

А начну я свой рассказ так. *(слайд презентации)* Человек смотрел на звездное небо и ему хотелось узнать, что же это за звезда, почему они такие яркие? Ученые придумали специальные приборы *(слайд презентации)*.

Эти приборы называются – телескопы *(слайд презентации)*.

Людям хотелось узнать, есть ли жизнь на других планетах. А если есть, то кто там живет? Похожи ли эти живые существа на людей? Но чтобы об этом узнать, надо до этих планет долететь. Самолеты для этого не годились, потому что до планет было очень далеко *(слайд презентации)*

*Ведущий:* Что же придумали ученые? Что изобрели? *(слайд презентации).*

*Ответ детей:* Ракету.

*Ведущий:* Но ученые не могли сразу отослать человека в космос, сначала они построили Первый искусственный спутник земли, запущенный 4 октября 1957 года *(слайд презентации)*

И только через много-много лет ученый-конструктор Сергей Павлович Королев смог сконструировать и изготовить первый космический спутник, в котором вокруг земли сначала летала собака, а потом в 1961 году впервые полетел человек. *(слайд презентации)*

Первыми в космос полетели собаки Белка и Стрелка *(слайд презентации).* 12 апреля 1961 года полетел в космос первый человек – Юрий Гагарин *(слайд презентации).*

*При демонстрации (слайд презентации) фотографий Юрия Гагарина звучат стихотворные строки:*

*Ребенок:*

Он летчик отважный и смелый,  
Прославил страну на весь мир.  
Гагарин был первым на свете,  
Кто в космос однажды полет совершил.  
Мальчишкам на нашей планете  
Мечту космонавтами стать подарил.  
Теперь я горжусь тем, что знаю,  
Кем же был Юрий Гагарин.  
Спросите меня, отвечу вам гордо:  
Он - космонавт, первым вышедший к звездам!

*Ведущий:* Спасибо! Первым в мире человеком, совершившим полет в космос, был Юрий Алексеевич Гагарин. Он на космическом корабле “Восток” облетел вокруг земного шара. И с 12 апреля 1961 года мы отмечаем каждый год День космонавтики *(слайд презентации).* Вот такой Гагарин увидел землю из космоса.

Ю. Гагарин стал первым мужчиной – космонавтом, а первым космонавтом – женщиной стала В. Терешкова (*слайд презентации*).

Подготовка к полету проходила в центре подготовки к полетам (*слайд презентации*).

Страна встречала эту героическую женщину цветами и аплодисментами (*слайд презентации*).

Это памятное событие отражено в игрушках, марках, плакатах, календарях (*слайд презентации*).

Может быть кто – то из вас тоже мечтает стать космонавтом?

*Ведущий:* Молодцы! (*слайд презентации*).

Мчатся ракеты к дальним мирам,  
К подвигам сердце рвется,  
Кто верит крылатым, как песня, мечтам,  
Тот цели своей добьется.

Ребята, а вы хотели бы стать космонавтами и побывать на неизвестных планетах, совершить космическое путешествие? (*ответы детей*)

Очень рады, но сначала.  
Говоря без лишних слов,  
Одного желанья мало,  
Каждый должен быть здоров.  
Начинаем подготовку –  
Выходи на тренировку.

### **Проводится разминка. “Будем космонавтами”.**

Ведущий читает стихотворный текст и одновременно показывает, какие действия надо выполнять под него.

<i>Текст</i>	<i>Движения</i>
Всё готово для полёта,	<i>Дети поднимают руки сначала вперёд, затем вверх.</i>
Ждут ракеты всех ребят.	<i>Соединяют пальцы над головой, изображая ракету.</i>
Мало времени для взлёта,	<i>Маршируют на месте.</i>
Космонавты встали в ряд.	<i>Встали прыжком – ноги врозь, руки на поясе.</i>
Поклонились вправо, влево,	<i>Делают наклоны в стороны.</i>
Отдадим земной поклон.	<i>Делают наклоны вперёд.</i>

Вот ракета полетела.                      *Делают прыжки на двух ногах*  
Опустел наш космодром.                *Приседают на корточки, затем поднимаются.*

*Ведущий:* Космонавты, готовясь к полету, проходят сложные испытания, тренируют свой организм, чтобы преодолеть космические перегрузки. Вот и мы с вами продолжим испытания на прочность. Разделимся на две команды. Вот одна команда назовем её “Ракета”, а другая команда будет “Спутник”

**Эстафета “Космические перегрузки”** *Необходимо: пролезть под аркой – “выйти через люк в открытый космос”, перепрыгнуть через натянутую веревку – “оказаться в условиях невесомости пройти по модулю, удерживая равновесие.*

*Ведущий:* Подготовкой я довольна.

Каждый весел и здоров.

Каждый вижу к полету готов.

На чем же мы отправимся в полет?

Давайте построим ракеты по чертежам.

**“Ракетостроители”** *Дети делают “ракеты” по схемам в обозначенном месте из предложенного оборудования: цветных модулей, обручей.*

*Ведущий:* Ждут нас быстрые ракеты для полета на планеты.

На какую захотим – на такую полетим.

*Ведущий:* Мы приблизились к загадочной планете “Железяка”. Ее населяют роботы. Давайте попробуем двигаться, как роботы.

**Музыкально-ритмическое упражнение “Роботы”** *(дети танцуют свободно под электронную музыку, “как роботы”).*

*Ведущий:* Все космонавты подружились с роботами.

Ну, а нам пора вперед!

Продолжается полет, нас еще открытие ждет.

**Космические загадки.** А теперь проверим, умеете ли вы отгадывать загадки, но не простые, а космические!

Поле не меряно, овцы не считаны, пастух рогат. (небо, звезды, месяц)

Над бабушкиной избушкой висит хлеба краюшка,

Собаки лают, а достать не могут. (месяц)

Синенькая шубенка весь мир покрыла. (небо)

Что выше леса и без огня горит? (солнце)

Не месяц, не Луна, не планета, не звезда.

По небу летает, самолеты обгоняет. (спутник)

*Ведущий:* Молодцы! Вы настоящие космонавты. Давайте поиграем и узнаем, какие вы ловкие, быстрые, выносливые и сильные.

**Конкурс «Невесомость».** *Прыжки на мячах – прыгунах.*

**«Собери лунные камни».** *По залу разбросаны шарики – камни, задача детей собрать камни в корзину своей команды. Зал разделен на две части веревкой.*

*Ведущий:* Что же, ребята, мы с вами попробовали себя в роли космонавтов. Вам понравился наш праздник? *Ответы детей.*

*Ведущий:* Теперь мы с вами знаем, что космонавт должен быть сильным, здоровым, крепким, обязательно заниматься спортом и хорошо питаться. И кто знает, может быть, кто-нибудь из вас, когда вырастет, воплотит свои мечты и станет космонавтом. А сегодня, когда придете домой, расскажите всем своим близким, что вы знаете про космос. А ещё мы под музыку пройдем в группу и нарисуем рисунки о нашем празднике и подарим их вашим родителям.

## Приложение

### Стихи, предлагаемые к заучиванию к развлечению

#### «Космос – человечеству»

1

Кто в космос однажды полет совершил.

Мальчишкам на нашей планете

Мечту космонавтами стать подарил.

Теперь я горжусь тем, что знаю,

Кем же был Юрий Гагарин.

Спросите меня, отвечу вам гордо:

Он - космонавт, первым вышедший к звездам!

2

Мчатся ракеты к дальним мирам,  
К подвигам сердце рвется,  
Кто верит крылатым, как песня, мечтам,  
Тот цели своей добьется.

3

Очень рады, но сначала.  
Говоря без лишних слов,  
Одного желанья мало,  
Каждый должен быть здоров.  
Начинаем подготовку –  
Выходи на тренировку.

4

Ждут нас быстрые ракеты для полета на планеты.  
На какую захотим – на такую полетим.

5

Далекие звезды в небе горят,  
Зовут они в гости дружных ребят.  
Пилот в космической ракете на землю глянул с высоты.  
Еще никто, никто на свете такой не видел красоты.

6

Тренировочный полет замечательно идет.  
Выполнена вся программа,  
Ждет своих героев мама.  
Как бы ни был путь далек,  
Мы домой вернемся в срок.

7

Есть одна планета-сад  
В этом космосе холодном.

Только здесь леса шумят,  
Птиц скликая перелётных,  
Лишь на ней одной цветут  
Ландыши в траве зелёной,  
И стрекозы только тут  
В речку смотрят удивлённо...  
Береги свою планету —  
Ведь другой, похожей, нет!

**Афонасенко Юлия Борисовна -**

*социальный педагог, ГКУСО Московской области «Коломенский районный  
социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»,  
[ulia.afonassenko@yandex.ru](mailto:ulia.afonassenko@yandex.ru)*

## **«Детство - сказочная страна» Конспект выездной оздоровительной кампании**

**Целевая аудитория:** воспитанники стационарного отделения социально-реабилитационного центра и отделения для несовершеннолетних с ограниченными физическими и умственными возможностями; несовершеннолетние от 3 до 18 лет и их семьи.

### **Цель мероприятия:**

- организация развивающего и оздоравливающего досуга несовершеннолетних;
- культурно-эстетическое просвещение детей;
- воспитание осознанного стремления к здоровому образу жизни и негативного отношения к зависимости от психоактивных веществ;
- формирование коммуникативных навыков, конструктивного взаимодействия;
- стимулирование творческого потенциала детей.

**Оборудование:** воздушные шары, трехколесный велосипед, картонный градусник, шарф, очки, детский пылесос, кастрюля, сапоги большого размера, широкополая шляпа, ведро, швабра.

### **Ход мероприятия**

*Зал украшен воздушными шарами. Звучит фонограмма песни «Маленькая страна». На трехколесном велосипеде появляется клоун Хрюмзик, останавливается в зале, видит детей.*

**Хрюмзик.** Привет, ребята! (*Здоровается с детьми носик к носику, щека к щеке, предлагает детям поздороваться друг с другом.*) После того, как мы

поприветствовали друг друга, буду рад представиться: я - Хрюмзик!

Сегодня маленьких и стареньких,

Непослушных и послушных,

Толстеньких и худеньких,

Грустных и веселых, с веснушками и без – приветствую всех на празднике детства, посвященному началу летних каникул.

На планете детства, как всегда,

Скуки нет и следа!

Откуда слышен звонкий смех?

Кто здесь веселее всех?

Знаю, знаю, здесь мальчишки –

Озорные шалунишки! (*Приветствует мальчиков*)

И девчонки хороши –

Улыбайтесь от души! (*Приветствует девочек*)

Отчего так много света?

Отчего нам так тепло?

Оттого, что это лето

На все лето к нам пришло.

**Хрюмзик.** Ребята, а сейчас давайте все вместе поприветствуем лето. Я говорю первые строки, а вы дружно отвечайте «Привет!»

Лету, лету красному – *привет!*

Небу, небу ясному – *привет!*

Солнышку, что всех ребят

Превращает в шоколад

*Привет, привет, привет!*

**Хрюмзик.** Оттоптал себя я пятки.

Лучше сяду, посижу.

Загадаю вам загадки,

Кто смысленый, погляжу.

Загадка 1. Теплый, длинный-длинный день,

В полдень — крохотная тень.  
Зацветает в поле колос.  
Подает кузнечик голос.  
Дозревает земляника.  
Что за месяц? Подскажи-ка! (*Июнь*)

Загадка 2. Большой подсолнух в небе

Цветет он много лет.  
Цветет зимой и летом,  
А семечек все нет. (*Солнце*)

Загадка 3. Летом — снег!

Просто смех!  
По городу летает,  
Почему же он не тает? (*Тополиный пух*)

Загадка 4. Для одних он — садовод,

Для других он — полевод.  
Успевает везде быть,  
Поле, луг и сад полить. (*Дождик*)

Загадка 5 Только дождик удалился,

В небе мостик появился,  
Ярко выгнулся дугой.  
Будто пояс золотой. (*Радуга*)

**Хрюмзик.** Небо ясное, солнце красное,

Настроение у нас прекрасное!  
Нам с тобою здесь  
Всех чудес не счесть!

*Звучит песня «Смешной человечек». В зал «влетает» Карлсон.*

**Карлсон.** Посторни-и-и-ись!!! (*Пробегает круг.*) Посадку давай! Давай посадку, говорю! (*Останавливается в середине зала*): Ну, до чего же странный народ пошел! Я им кричу «посадку давай», а они хохочут. К ним такой гость долгожданный прилетел! Давайте скорее здороваться! А ну-ка, подставляйте

ладошки. Сейчас я одним махом со всеми поздороваюсь!

*Ребята выставляют вперед ладошку, Карлсон пробегает и хлопает каждого по ладони.*

**Карлсон.** Всем привет! От моих старых штиблет! А я всех вас давно знаю. Наблюдаю из своего домика на крыше, как вы играете. А вот как вы живете, сейчас узнаю. Ну-ка скажите, как вы живете? *(Дети отвечают.)* Эх, вы! Кто так отвечает?! Надо же выставить вверх большой палец и сказать: «Вот так!» *Карлсон проводит с детьми игру «Вот так!»*

**Карлсон:** Как в школу идете? *(Ребята изображают ходьбу на месте.)*

Как домой из школы бежите? *(Изображают бег на месте.)*

Как без учителя на уроке шумите? *(Топают ногами.)*

А как в тихий час спите? *(Складывают ладони вместе, прикладывают к щеке, закрывают глаза.)*

А как плачете, когда друг не дает шоколадку? *(Трут кулачками глаза, изображая плач.)*

Как шалите? *(Надув щеки, хлопают по ним.)*

Как молчите? *(Закрывают рты ладонями.)*

**Карлсон.** Продолжаем разговор. Ну? И по какому поводу у вас такое большое собрание взрослых и детей? *(Дети отвечают.)* Давайте тогда скорее меня угощайте, как дорогого гостя! Доставайте побыстрее из своих карманов конфеты, шоколадки!.. Что? У вас ничего нет?! Ну-у-у! Я так не играю!.. *(Опомнившись):* Ой! Я же совсем забыл – играю, играю! Я же сегодня играл в прятки с няней моего друга Малыша, настоящей домомучительницей! О! Слышите?! Кажется, она идет сюда... Продолжим игру... Я прячусь. А вы тихо сидите!

*Появляется Фрекен Бок с завязанными шарфом глазами.*

**Фрекен Бок.** Какая мука воспитывать детей! Ну, погоди же, погоди... Вот я тебе ... как только доберусь до тебя... *(Замечает детей.)* Ой!.. Что это? Где это?.. Так. Голова на месте... очки тоже... Кто мне скажет – это у меня зрительные галлюцинации или здесь действительно так много детей? Ну, что

же! Искала одного непослушного Малыша, а нашла... страшно подумать сколько! А скажите мне, милые дети, что вы здесь делаете? *(Дети отвечают.)*  
Так я и знала. Бездельничаете! Вместо того, чтобы трудиться.

*Карлсон за спиной Фрекен Бок издает различные звуки.*

*Сначала жужжит.*

**Фрекен Бок.** Что это? Сначала зрительные, а теперь слуховые галлюцинации... Отгадайте, милые дети, в каком ухе у меня жужжит?.. А вот и нет! У меня жужжит в обоих ушах. *(Карлсон мычит.)*

**Фрекен Бок.** А теперь и мычит... Что это – неужели теперь и коровы стали летать? Кажется я сошла с ума... Тра-ля-ля-ля-ля! Я сошла с ума! Какая досада... *(Замечает Карлсона):* А-а-а! вот кто жужжал у меня в ушах! Это опять ты – маленький бездельник!

**Карлсон.** Спокойствие! Только спокойствие!

**Фрекен Бок.** погоди! Вот займусь и твоим воспитанием! Уф! *(Снимает тапок и грозит Карлсону.)*

**Карлсон.** Мадам! Я совсем не маленький и не толстый! Я красивый! Умный! В меру упитанный мужчина в полном расцвете сил!

**Фрекен Бок.** Вы еще не выросли в моих глазах.

**Хрюмзик.** Вы, что пришли сюда обзыватьсья?

**Фрекен Бок.** А пришла я сюда в поисках Малыша! Может, он прячется среди вас, ребята?

**Фрекен Бок.** *(Ищет Малыша среди ребят и комментирует)* Этот слишком воспитанный, этот слишком упитанный... Этот великоват... А у этого глаза другого цвета... *(и т.д.)*

**Карлсон** *(перебивает).* Спокойствие! Только спокойствие! Мадам! Зачем так нервничать!

**Хрюмзик.** У ребят праздник! Каникулы начались! В праздник нужно отдыхать и веселиться! Давай поиграем с ребятами, может Малыш и найдется.

**Фрекен Бок.** Действительно, у вас такие хорошие ребята, их совершенно не нужно воспитывать.

**Карлсон.** Да! Наши дети самые лучшие. И вы в этом сейчас убедитесь!

### ***Загадки Карлсона***

1. Без языка, без голоса,  
А все расскажет. (*Книга.*)
2. Черные, кривые,  
От рожденья все немые,  
Встанут в ряд –  
Сейчас заговорят. (*Буквы.*)
3. У сосны и елки  
Листики-иголки.  
А на каких листочках  
Растут слова и строчки? (*Тетрадь.*)
4. Черный Ивашка,  
Деревянная рубашка,  
Где пройдетя,  
Там след остается. (*Карандаш.*)
5. Стальной конек  
По белому полю бегаёт,  
За собой следы оставляет. (*Ручка.*)

**Карлсон.** Молодцы, ребята! Сразу видно, что хорошо учились. А книг вы много прочитали? Сейчас вы должны отгадать героев из разных сказок.

### ***Сказка «Золотой ключик, или Приключения Буратино».***

Человек немолодой  
С преогромной бородой  
Обижает Буратино,  
Артемона и Мальвину.  
Вообще для всех людей  
Он отъявленный злодей,  
Знает кто-нибудь из вас,

Кто же это? (*Карабас.*)

**Сказка «По щучьему велению».**

Уплетая калачи,

Ехал парень на печи.

Прокатился по деревне

И женился на царевне. (*Емеля.*)

**Сказка «Три медведя».**

Трое их живет в избушке,

В ней три стула и три кружки,

Три кровати, три подушки.

Угадайте без подсказки? (*Три медведя: Михаил Иванович, Настасья Петровна, Мишутка.*)

**Сказка «Репка».**

Друг за друга по цепочке

Ухватились все так прочно!

Но еще помощники скоро прибегут,

Победит упрямицу

Дружный общий труд!

Как засела крепко!

Что же это? (*Репка.*)

**Сказка «Малыш и Карлсон».**

Он большой шалун и комик,

У него на крыше домик. (*Карлсон.*)

**Сказка «Кот в сапогах».**

Он сына мельника в маркиза превратил,

Затем на дочке короля его женил,

При этом я открою вам секрет:

Был, словно мышка, съеден людоед. (*Кот в сапогах.*)

**Сказка «Царевна-лягушка».**

Летела стрела и попала в болото,

А в этом болоте поймал ее кто-то,  
Кто, распроставшись с зеленою кожей,  
Сделался мигом красивой, пригожей? (*Лягушка.*)

**Фрекен Бок.** Карлсон, ты говоришь праздник?! Вот бы услышать поздравление от настоящих героев...

**Карлсон.** Спокойствие! Только спокойствие! Сейчас я вам все устрою! Ведь сегодня день необычный... Ребята, кто помнит какое-нибудь сказочное заклинание? Давайте все вместе скажем «Трах-тибидох-тибидох». (*Произносят все вместе.*) Ура, получилось!

*Из-за большого дерева под музыку из мультфильма появляется Доктор Айболит.*

**Доктор Айболит.** Здравствуйте, ребята! Ведь и летом детей подстерегает много опасностей. Сейчас я вам прочту лекцию, как правильно отдыхать. Итак, начнем терапевтическое лечение неаккуратности, скуки и лени. Самое эффективное средство – это танец. Ребята, один я не справлюсь – вы будете мне помогать. Повторяйте за мной.

*Звучит музыка, Айболит поет и танцует, дети повторяют все движения за ним.*

**Танец «Чистюля».**

Мыло в руки надо взять и немножко постирать,  
И разочков двадцать пять тщательно прополоскать,  
Прищепками закрепить, и повесить все сушить.  
Чтоб сушилось поскорей, вместе спляшем веселей.

Взяли в руки утюжок, гладим вдоль и поперек.  
Складки тщательно утюжим, утюжок нам очень нужен.  
Обувь чистить начинаем, кремом туфли натираем,  
Щетки в руки мы возьмем и до блеска разотрем.

А теперь возьмем расчески и поправим все прически,  
Так как, что ни говори, очень важен внешний вид.  
И зубную возьмем пасту, чтобы выглядеть прекрасно.

Вправо, влево, вверх и вниз – кариесу скажем «брысь».

Надо, надо умываться по утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам – стыд и срам, стыд и срам.

Все так чисто, аккуратно, все красиво и опрятно,

Посмотрите-ка на нас: внешний вид – ну просто класс!

**Доктор Айболит.** А сейчас я проверю, все вы усвоили или нет. Будем играть в игру «Это я, это я, это все мои друзья». Если вы согласны с тем, что я скажу, значит, вы говорите эти слова.

- Ну, скажите докторам, кто моет руки по утрам?

- А кто солнца не боится, любит в речке порезвиться?

- А теперь скажите прямо, кто носит солнечную панаму?

- Ну, признайтесь, детвора, кто ждет прививочку с утра?

- А скажите мне, друзья, кто пьет воду, когда жара?

- А кто любит под дождем бегать дружно босиком?

- Кто лечиться не боится, может быстро простудиться?

**Доктор Айболит.** Молодцы, ребятки, все знаете. А теперь, я хочу посмотреть, как вы будете мерить температуру, где мой градусник? (*Достает большой градусник.*)

**Конкурс «Градусник»** *Под музыку дети передают друг другу градусник. Как только музыка заканчивается, тот, у кого остался градусник, выходит в центр круга. После чего со всеми героями исполняют песню, герои начинают по строчке петь, а ребята должны повторять за ними.*

***Песня на мотив «Ветер с моря дул».***

Песенка моя

Всем знакомая.

Слова повторяй.

Дружно подпевай.

*Припев:*

Станет веселей,

Ты среди друзей,

Другу улыбнись,  
Хлопать не ленись.  
Песню запевай,  
Больше не скучай.  
Слова повторяй,  
Дружно подпевай.

Песню громче пой,  
В стороне не стой.  
Слова повторяй,  
Дружно подпевай.

*Припев.*

**Хрюмзик.** Вот видите, какая песенка получилась, действительно стало празднично и весело.

**Доктор Айболит.** Легко на сердце от песни веселой, да и скучать она не даст никогда. Все мои испытания вы прошли, а мне в свою сказку пора.

**Карлсон.** Ой-ой-ой! Я, кажется, заболел! Ой-ой-ой! Я самый больной в мире Карлсон! Мне срочно нужно принять лекарство! (*Обращается к Фрекен Бок*): У вас не будет ложечки варенья или конфетки для умирающего?

**Фрекен Бок.** Сладкое портит фигуру! А я за своей слежу...

**Карлсон.** Ой-ой-ой! Помогите, кто может!..*Хрюмзик приносит конфетку Карлсону, тот ее съедает.*

**Карлсон.** Ура! Свершилось чудо! Друг спас друга! Можно я буду прилетать к тебе иногда? Кстати, у тебя больше нет конфет? Жаль...

*Появляется Фрекен Бок с пылесосом. Начинает пылесосить.*

**Фрекен Бок.** Хватит бездельничать, иначе мне срочно придется заняться вашим воспитанием.

**Карлсон.** Эй, Хрюмзик, у тебя случайно нет паровой машины? У меня для ребят есть еще один сюрприз. (*Хрюмзик выносит скороварку.*) Сейчас мы ее будем взрывать. *Произносят все вместе:* «Трах-тибидох-тибидох». (*Слышен взрыв, из кастрюли идет дым.*)

*Появляется Старик Хоттабыч.*

**Фрекен Бок.** Еще не лучше. Мало того, праздники у них, сами ходят, топчут, так еще иностранцев с собой водят.

**Старик Хоттабыч.** Мадам! Хватит всех ругать. О, свет очей моих, распрекрасные ребятки, звали меня?

**Хрюмзик.** Звали, Старик Хоттабыч, хотим узнать с ребятами, как летом отдыхать? Лето ведь длинное, пригодится.

**Старик Хоттабыч.** С удовольствием научу и покажу, Я-то ведь тоже кое-что могу: колдовать могу, превращать людей в животных. Хочу, чтобы и вы летом могли справиться с любой ситуацией. Научу вас играть в сказочные игры.

*Старик Хоттабыч, Хрюмзик и Карлсон проводят с детьми игры.*

**Хрюмзик.** Первая игра называется *«Ядро барона Мюнхгаузена»*. Ядро – обычный воздушный шарик, на котором можно крупно написать «Ядро». Участник эстафеты должен оседлать ядро, зажав его между колен и придерживая руками. В таком положении он должен совершить путь до поворотной кегли и обратно, а затем передать следующему игроку. Если ядро взрывается, то команда выбывает из игры.

**Старик Хоттабыч.** Вторая игра называется *«Кот в сапогах»*. Для конкурса понадобятся сапоги очень большого размера и широкополая шляпа для каждой команды. По сигналу участник надевает сапоги и шляпу, бежит до поворотного флажка, там совершает поклон и возвращается на линию старта.

**Карлсон.** А я с Малышом люблю игру «Лиса Алиса и Кот Базилио». Команды разбиваются на пары. В каждой паре одному участнику завязывают глаза, и он кладет руку на плечо товарищу, который должен согнуть одну ногу в колене и придерживать ее рукой. В таком положении: один - слепой, другой - хромым - они движутся по трассе, возвращаются и передают эстафету следующей паре. А теперь очередь Фрекен Бок, недаром она настоящей домомучительницей работает.

**Фрекен Бок.** Ох, уж эти дети. Опять меня, женщину предпенсионного

возраста беспокоят. Мой конкурс называется «Баба Яга». Эта сказочная героиня, как вы все знаете, путешествует в ступе, помогая движению помелом. Ступу заменим ведром, а вместо помела возьмем швабру. Участник встает одной ногой в ведро, другая осталась на земле. Одной рукой он за ручку придерживает ведро, а другой держит швабру. В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать реквизит следующему участнику.

**Хрюмзик.** Звучит наш гул все громче, все слышней,

Какая трель над миром разливается!

Все думают, распелся соловей,

А вот и нет, ведь лето продолжается!

**Карлсон.** Хорошо, что снова лето,

Снова солнце высоко,

Что и в дальнюю дорогу

Лучший друг всегда готов.

**Старик Хоттабыч.** Все мы любим смех и шутку

Наступил потехе час

Танцевальную минутку

Объявляем мы для вас.

*Все участники праздника вместе с героями исполняют*

***танец «Кот Леопольд»***

**Доктор Айболит.** Ребята, купайтесь, загорайте, играйте на свежем воздухе, закаляйтесь, чтобы в сентябре вернуться в школу окрепшими и здоровыми.

**Хрюмзик.** Желаем, чтобы ваша жизнь была интересной, а каждый прожитый день в летние каникулы был неповторим и незабываем!

**Карлсон.** Мы желаем вам, ребята, побольше солнечного света, тёплых дней и улыбок.

**Все вместе.** До новых встреч!!!

*Научно-методическое издание*

*Одарущенко О.И.  
Горохова И.В.  
Фатина Е.А.  
Мухаева В.А.  
Денисевич Н.Н.  
Казьмина С.А.  
Ткачук О.С.  
Белоус Е.Н.  
Бирюкова О.  
Шакирова Н,  
Антонов И.  
Мовчанюк Н.Е.  
Федосова Л.Е.  
Эвоян Г.С.  
Копытина Л.В.  
Афонасенко Ю.Б.*

СЕГМЕНТЫ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СФЕРЫ

Часть 3

ТОМ II

Монография

Технический редактор Т. А. Капырина

Подписано в печать 20.12.2015. Формат 60x84 1/16.

Печ. л. 12,8. Тираж 300 экз. Заказ № 1344-127

Отпечатано в копировально-множительном центре  
ГОУ ВО МО «ГСГУ»

140410, г. Коломна, ул. Зеленая, 30.

Государственный социально-гуманитарный университет