Управление образования и науки Тамбовской области
Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение
«Центр по развитию семейных форм устройства детей—сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»

ОРГАНИЗАЦИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РАБОТЫ СЛУЖБ ПО УСТРОЙСТВУ ДЕТЕЙ В СЕМЬЮ

Сборник занятий
для проведения школы замещающих родителей
Часть IV

Тамбов 2018

ББК 74.900.6
УДК 376.64

Рецензенты:
Барсукова Е.М. *директор ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»*

Организация эффективной работы служб по устройству детей в семью (сборник занятий для проведения школы замещающих родителей, часть IV)/ авт. - сост. Мареева Л.А., Вахрушева И.А.; ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего» – Тамбов, 2018. – 43 с.

Сборник ориентирован на широкий круг специалистов, занятых в сфере семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. В первую очередь он будет полезен специалистам, осуществляющим подготовку и сопровождение замещающих семей, а также людям, которые задумываются над проблемой приемных семей или собираются принять ребенка в семью.

ББК 74.900.6
УДК 376.64

Управление образования и науки Тамбовской области, 2018г.
ТОГБУ Центр «Ради будущего», 2018 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	От составителей	4
1	«Психосексуальное развитие детей и подростков»	5
2	«Мой род, семья и наши ценности»	11
3	«Игра – как способ семейного взаимодействия»	15
4	«В гармонии с собой»	10
5	Занятие для подростков «Разговор о любви»	24
6	Программа коррекционно-развивающей работы с подростками с девиантным поведением	32
7	Набор дополнительных упражнений для проведения занятий	35
8	Список литературы	42

ОТ СОСТАВИТЕЛЕЙ

Замещающие родители, сталкиваясь с проблемами воспитания детей, считают, что «самые большие трудности у них уже позади». Но в реальной действительности они опасаются наступления кризисных периодов, боятся, что просто не смогут справиться с новыми конфликтными ситуациями, непониманием поведения ребенка, что не хватит сил и что в этом мире они одни.

Для эффективного преодоления возможных проблем и успешного функционирования замещающей семьи необходима дополнительная неформальная психолого-педагогическая поддержка со стороны таких же родителей и специалистов.

Школа замещающих родителей – территория свободного, гибкого и живого общения, где потенциальные замещающие родители, могут проконсультироваться и пообщаться в неформальной обстановке с опытными опекунами, усыновителями, а так же с приглашенными специалистами.

В данном сборнике представлен опыт, накопленный в процессе работы с замещающими семьями. В нем собраны занятия, которые подтвердили свою эффективность в практической деятельности.

1. ПСИХОСЕКСУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Цель: ознакомление с методами и особенностями сексуального развития и воспитания ребенка и подростка.

План занятия

1.Приветствие.
2.Разминка.
3.Информационный блок «Что такое половое воспитание и надо ли оно?».
4. Упражнение «Давайте познакомимся со строением своего тела».
5. Упражнение «Покажи свои чувства».
6. Дискуссия «Мастурбация».
7. «Основные принципы полового воспитания».
8. «Подведение итогов и обратная связь».

1. Приветствие

Цель: формирование доброжелательного отношения друг к другу.

Описание: Первый участник представляется и называет что-то, что он любит. Данное существительное должно начинаться с той же буквы, что и имя этого участника. Например, участник по имени Антон может сказать: «Меня зовут Антон, и я люблю апельсины». Второй участник повторяет то, что сказал первый, и добавляет информацию о себе. Например: «Это Антон, который любит апельсины, а я Татьяна и я люблю танцы».

2. Разминка

Цель: создание рабочего настроя, введение в тему.

Описание: Группе предлагается правильно закончить фразу словами «Девочки, девчонки» или «мальчики, мальчишки».

– Весной венки из одуванчиков плетут, конечно, только ….
– На розыгрыш по мотогонкам стремятся только лишь …..
– Играют в куколки и мишки конечно только лишь…
– Любой ремонт устроят тонко конечно только лишь ……
– Болты, шурупы, шестеренки найдешь в кармане у …..
– Себе завязывают бантики из разных лент, конечно …
– Коньки на льду чертили стрелочки, в хоккей весь день играли …
– Болтали час без передышки в цветастых платьицах …
– При всех померяться силенкой, конечно, любят лишь…
– Шелк, кружева и в кольцах пальчики – выходят на прогулку…

Обсуждение: Насколько легко было по предложенным признакам находить правильный ответ? С чем это связано?

3. Информационный блок

«Что такое половое воспитание и надо ли оно?»

Цель: предоставить родителям возможность актуализировать свои собственные представления о сексуальности и половом воспитании.

Родители в своем большинстве считают, что обсуждение с детьми вопросов сексуальности, лишь направляет мысли детей в нежелательную сторону и соответственно это не нужно и вредно. Некоторые родители испытывают такое смущение при обсуждении тем, имеющих отношение к сексуальности, что просто не могут обсуждать этот предмет. Бывает так, что родители просто отстраняются от этих мыслей думая, что ребенок никогда не будет задавать вопросы о сексуальности. Зачастую родители просто не имеют необходимой информации и не знают как правильно и что говорить детям, так как сами воспитывались в ситуации запрета на получение такого рода информации, это было стыдно и аморально. Но при этом родители первыми начинают половое воспитание своих детей, даже если сами об этом не знают или не хотят этого. Так как большая часть информации передается не в словесной форме, а на примере поведения самих родителей и через их установки, то зачастую они даже и не подозревают, что происходит процесс воспитания, полоролевого поведения, отношению к противоположному полу.

Исследователи отмечают, что сокрытие от детей информации не удерживает их от половой активности, а половое воспитание вовсе не приводит к безответственному половому поведению; на самом деле результаты, скорее всего, будут прямо противоположными. Поэтому родители должны быть осведомлены об этапах психосексуального развития детей и их соответствии возрасту, понимать, какие изменения происходят с ребенком на физическом и ментальном уровне и знать, как вести себя с ребенком, что ему говорить, как правильно обучить его половой гигиене.

Этапы психосексульного развития:

1. Формирование половой идентичности первичная половая идентичность к 1,5 годам, в 3-4 года различает пол окружающих людей по внешним признакам, допускает обратимость половой принадлежности. К 6-7 годам осознает необратимость половой принадлежности, усиление дифференцировки поведения и установок.

Социосексуальные игры: (в «папу-маму», в «доктора») следует рассматривать как «исследовательская деятельность», или обычная ролевая игра – осваивание определенных социальных ролей. Возникающая проблема: несовпадение полоролевых предпочтений и половой идентичности решающая роль – у взрослых

2. Формирование стереотипа полоролевого поведения. На этом этапе (5—12 лет) происходит выбор половой роли, наиболее соответствующей психофизиологическим особенностям ребенка, обучение общению со сверстниками, совершенствуются эмоциональные реакции, формируется характер. Родители и их взаимоотношения становятся объектом пристального внимания и подражания. Они воспринимаются ребенком как модель мужественности и женственности, как образец взаимоотношения

полов. На этом этапе типично разделение коллектива и противопоставление друг другу по половому признаку. Благодаря этому антагонизму возрастают требования к проявлениям мужественности или женственности, почти полностью исключаются компромиссы в выборе половой роли.

3. Формирование психосексуальных ориентации. Если первые два этапа протекают на относительно «спокойном» гормональном фоне, то на этом этапе (12-25 лет) начинается и достигает максимума функционирование эндокринной системы, в частности, половых желез. На основе индивидуальных особенностей темперамента и характера формируется личность. Происходит пересмотр привитых догм и своего положения в семье и обществе, эмансипация от семьи; вырабатывается собственное мировоззрение, развиваются высшие эмоции. Формируются общественные представления и социальное сознание, адекватная оценка своих способностей.

Сексуальные девиации в подростковом возрасте:

- ранняя половая жизнь;
- подростковый промискуитет;
- транзиторный подростковый гомосексуализм;
- онанизм (в определенных случаях).

Причины сексуальных девиаций в подростковом возрасте:

- повышенная возбудимость («юношеская гиперсексуальность»);
- незавершенность половой идентификации в психологическом смысле;
- влияние ситуативных факторов;
- травмы головного мозга, гормональный сбой, различные нарушения психики человека.

Половое воспитание - это всё то, что воспитывает здоровую и целостную личность женщины и мужчины. Оно должно начинаться с рождения ребёнка. Главенствующую роль играет семья, за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить и дополнить их воспитательную деятельность (ст. 44, 273-ФЗ Закон об образовании РФ).

Типы полового воспитания в семье:

- Репрессивный

Родители строго внушают детям и подросткам, что всё, что связано с сексуальностью грязно и непристойно («это опасно, это неприлично, подожди пока выйдешь замуж, женишься»)

- Избегающий

Родители проявляют более терпимое и разумное отношение к вопросам сексуальности, но совершенно теряются, когда речь заходит о конкретных половых вопросах. Выхолащивают идею тепла, любви как нечто отдельное от сексуальности

- Экспрессивный

Родители относятся к вопросам сексуальности естественно, при необходимости открыто обсуждают эту тему, но устанавливают разумные

рамки для проявления сексуальной активности детей (точно также, как всех других форм поведения)

Возможные проблемы, рекомендации:

- дошкольный возраст: интерес к половым органам - не ругать, не запрещать, отвлекать от действия, привычки, находится рядом, чаще обнимать, направлять внимание ребенка на игры, общение;

- школьный возраст: первая любовь, в 13-14 лет подростки становятся чрезвычайно влюбчивыми. Не допускать обесценивание выбора объекта влюбленности, враждебное отношение приведет к протестному поведению подростка и сохранению отношений. Не использовать для получения информации друзей, одноклассников, знакомых – воспринимается как вмешательство в личную жизнь. Если объект влюбленности представляет угрозу (алкоголь, наркотики и др.) - выяснить, что привлекает вашего ребенка в этом человеке.

Синдром дисморфофобии - психическое расстройство, при котором человек чрезмерно обеспокоен и занят незначительным дефектом или особенностью своего тела (несоответствие своего тела стереотипному и завышенному образу)

Родители должны подготовить ребенка к изменениям во внешности (заранее рассказать какие изменения их ожидают), стараться формировать уважение и любовь к своей внешности, говорить об уникальности каждого человека, никогда не акцентировать внимание на особенностях внешности, исключить выражения «в кого ты у меня такой (такая) высокий, полный, худой, неуклюжий, нескладный и т.д.

Самый нужный и самый главный воспитатель - личный пример нравственности
родителей

Ребенок, живущий в благополучной, спокойной семье, незаметно и сам научится нормально воспринимать взаимоотношения полов. Недопустимо противопоставление полов, выпячивание кажущихся преимуществ.

4. Упражнение «Давайте познакомимся со строением своего тела»

Цель: рассмотрение базовых знаний о сексуальности (анатомических, физиологических), собственных норм и ценностей родителей и для рефлексии их собственного опыта.

Материалы: набор цветных картинок, на которых изображены органы тела человека или просто название, карточки с определениями функций органов человека.

Это групповая игра, для всех участников тренинга. Дается два вида карточек. На одних написано название органа. На других дано определение, какую функцию выполняет данный орган в организме. Карточки даются в разнобой. Необходимо что бы совпал орган и его функция.

Обсуждение:

Какие трудности возникали во время этого задания и почему?

5. Упражнение «Покажи свои чувства»

Цель: дать родителям некоторые образцы семейных игр с ребёнком, вовлечь родителей в процесс полового воспитания.

Материалы: карточки со словами, имеющими отношение к интимной жизни человека, описывающие строение половых органов человека; набор пиктограмм со схематически прорисованными чувствами (смущение, недоумение, радость, злость, раздражение, обида, вина, гнев и т.д.)

Участники делятся на пары. Один участник «ребенок»: задает вопросы на темы о психосексуальном развитии, о строении и названии половых органов, о беременности, о процессе оплодотворения и т.д. (все, что могут спросить дети у родителей), второй «родитель» отвечает на них. «Ребенок», используя пиктограммы, показывает какие эмоции вызывают ответ «родителя». Меняются ролями.

Обсуждение:

Какие трудности возникали во время этого задания и почему?

6. Дискуссия «Мастурбация»

Цель: прояснение собственных норм и ценностей родителей и для рефлексии их собственного опыта.

Следует узнать мнение родителей, как они относятся к этому вопросу и что знают. Страх родителей перед подростковым онанизмом подталкивает к запугиваниям и выслеживаниям. Даже если вы боитесь, что онанизм провоцируется какой-то болезнью, надо исходить из того, что болезненные формы проявляются чрезмерно открыто и интенсивно, не могут не обнаружить себя. Выслеживания обижают и оскорбляют. Запугивание составляет единственный вред подросткового онанизма, так как может лишить уверенности в последующей взрослой сексуальной жизни. По вашему отношению подросток должен почувствовать, что его жизнь и созревание протекают нормально, что его (или ее) созревание и проявления этого созревания не лишают домашнего тепла, родительского принятия и любви.

Важно понять, кто кем владеет: если влечения подростком, то он полностью им подчинен, если он влечениями, то все протекает нормально. Примеры: мы спим, но не круглосуточно, едим - но умеем не объедаться, бегаем - но не до полусмерти. Мерой успеха родителя будет вхождение онанизма в нормальное русло, без избыточно болезненных душевных переживаний. У некоторых подростков снижение частоты занятий онанизмом может в течение нескольких недель сопровождаться психическим напряжением, повышением возбудимости. К этому просто надо быть готовыми.

Далее остановиться на таких основных моментах как: запрет на мастурбацию, в том числе запрет на контакт рук и гениталий на фоне активизирующейся сексуальности к чему может привести? Родителям

необходимо объяснить, что такой запрет на контакт рук и гениталий на фоне активизирующейся сексуальности может привести к неправильным, неадекватным формам мастурбации (например, трение о белье без контакта рук, закладывание одеяла, подушек или других предметов между ног и сжатие их и т.д.) Если эти формы становятся единственными формами мастурбации и фиксируются, в последующем при начале половой жизни или при ее попытках у молодых людей не возникает приятных ощущений, и могут возникнуть трудности формирования зрелой сексуальности и гармоничных партнерских отношений.

- ✓ – это нормальный компонент процесса роста;
- ✓ – самый доступный, безопасный и контролируемый секс;
- ✓ – не имеет отрицательных физиологических и психологических последствий и не препятствует нормальной адаптации к партнерскому сексу;
- ✓ – самая массовая форма сексуального удовлетворения в подростковом возрасте.

Обсуждение:

Какие трудности возникали во время этой дискуссии и почему?

7. «Основные принципы полового воспитания»

Цель: анализ усвоения полученной информации .

Материалы: готовые плакаты, бумага формата А4, А3 ручки, фломастеры, карандаши по количеству участников.

1. Говорите детям правду.
2. Уважайте ребенка как личность.
3. Относитесь серьезно к любым вопросам ребенка.
4. Доверяйте своим детям.
5. Излагайте информацию по частям, она лучше усваивается. Повторяйте самое важное несколько раз, пока ребенок не усвоит.
6. Давайте детям конкретные, понятные и однозначные ответы на интересующие их вопросы.
7. Гордитесь тем, что ваш ребенок хорошо информирован.
8. Не ждите от ребенка вопросов. Если вы хотите быть первыми на его пути к истинным знаниям, начинайте действовать сами.
9. Не высмеивайте и не наказывайте ребенка за его любопытство и поступки, связанные с сексуальным влечением.
10. Не обвиняйте ребенка в том, чего он не совершал.

Участникам демонстрируется теоретическая установка, предлагается высказать свое мнение. После ознакомления со «всеми принципами полового воспитания», участники подводят итог сказанному

8.«Подведение итогов и обратная связь»

Цель: подведение итогов встречи.

Материалы: карточки с незаконченными предложениями по количеству участников.

Можно предложить участникам закончить предложения:
«Откровенно говоря…»
«Во время занятия я поняла…»
«Самым эффективным считаю…»
«Мне хотелось бы…»
«На занятии мне не удалось…»
«На месте ведущих я бы…»

2. «МОЙ РОД, СЕМЬЯ И НАШИ ЦЕННОСТИ»

Цель: формирование представлений о ценностях ответственной позиции по отношению к семье.

План занятия

1. Упражнение «Желаем всем хорошего настроения».
2. Упражнение «Круг чувств».
3. Упражнение «Фотография из бабушкиного альбома».
4. Упражнение «Ассоциации».
5. Упражнение «Семейные традиции».
6. Притча «Полна ли банка».
7. «Подведение итогов и обратная связь».

1.Упражнение «Желаем всем хорошего настроения»

Цель: создание рабочего настроя, введение в тему. Актуализация размышлений о собственной семье, ее значении в жизни человека.

Описание: Ведущий проговаривает предложение «Встаньте те, кто…» и называет какое-то качество. Те участники группы, которые могут отнести это высказывание к себе, встают и хором отвечают: «Желаем всем хорошего настроения». После нескольких нейтральных предложений («Встаньте те, кто любит мороженое», «Встаньте те, кто сегодня чистил зубы» и т.д.) предлагаются предложения, связанные с семейной тематикой, например:

- «Встаньте те, у кого есть брат или сестра»
- «Встаньте те, кто знает имена прабабушки и прадедушки»
- «Встаньте те, кто часто видится с дальними родственниками»
- «Встаньте те, кто считает, что людям не нужна семья»
- «Встаньте те, кто дорожит своей семьей»
- «Встаньте, кто считает, что надо передавать историю своих предков детям».

Предложения по семейной тематике строятся от фактических (есть или нет те или иные родственники, контакты с ними, семейные праздники и т.д.) до ценностно-ориентационных.

3. Упражнение «Круг чувств»

Цель: создание благоприятных условий для работы группы, установление контакта между участниками группы.

Описание: Участникам предлагается по кругу назвать своё имя и высказать какую-либо метафору, отражающую их актуальное состояние. Например, участник обозначает свое самочувствие как «бодрый будильник», «сдутый шарик», «задорный ветер».

Сегодня мы с вами совершим необычное путешествие – «путешествие к истории и корням», или проще говоря – «путешествие в прошлое». Мы постараемся взглянуть на себя и свою жизнь через призму десятилетий и поколений. И это должно быть крайне увлекательно и полезно для осознания себя в этом мире и построения счастливой жизни.

4. Упражнение «Фотография из бабушкиного альбома»

Цель: актуализация знаний об истории своего рода, фамилии, актуализация чувства гордости за достижения прародителей как духовного и личностного ресурса.

Материалы: бумага формата А4, цветные карандаши, фломастеры, акварельные краски, мелки.

Описание: Участникам предлагается вспомнить и схематично (творчески) изобразить на листе бумаги всех членов семьи, родственников в нескольких поколениях.

Участникам предлагается вспомнить какие-либо замечательные события из истории своего рода, благородные поступки, выдающихся членов семьи и рассказать об одном из них.

Затем участники представляют свои рисунки, комментируют их.

Участники, представляя свою творческую работу, отвечают на вопросы:

- Каким выдающимся, героическим событием из истории моего рода я горжусь?
- Какова история моего рода?
- Какие события оказали влияние на историю моего рода? Мои предки, что я о них знаю? Почему для меня это важно?
- Замечательные события, люди, поступки, случаи в истории моего рода?
- Каково мое отношение к моим предкам, к истории, к роду?
- Какие традиции, культурно-национальные особенности есть в моей семье? Как я храню эти традиции?
- В чем смысл пословицы «Кто родом кулак, тому не разогнуться в ладонь».

Примечание: Ведущий обобщает информацию, говоря о том, как важно передавать опыт поколения детям.

5. Упражнение «Ассоциации»

Цель: расширение когнитивного, чувственного, образного представления о понятиях «Мой род, моя семья».

Описание: «Я предлагаю вам поработать с ассоциациями. Всё, что для этого нужно, - услышать задание и постараться записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову”.

Вопросы-задания могут быть такими:

- если мой род, моя семья – это постройка, то она…
- если мой род, семья – это цвет, то она…
- если мой род, семья – это музыка, то она…
- если мой род, семья – это геометрическая фигура, то она…
- если мой род, семья – это название фильма, то она…
- если мой род, семья – это настроение, то она…

Обсуждение ответов и причин подобных ассоциаций.

6. Упражнение «Семейные традиции».

Цель: актуализация знаний о традициях, обычаях своего рода, фамилии, семьи актуализация чувства единения прародителей как духовного и личностного ресурса.

Описание: Участники делятся на подгруппы по 4-5 человек. На листочках отвечают на вопросы:

1. Вспомнить о семейных традициях, обычаях передающихся из поколения в поколение, которые были в Вашей родительской семье?

2. Рассказать, как и какие их них поддерживаются в семье сегодня?

3. Какие новые традиции Вы ввели в вашу семью или хотели бы ввести?

4. Какую роль традиции играют в семье? Какое значение имеют для семьи?

6. Притча «Полна ли банка».

Цель: создать условия для актуализации собственного опыта, касающегося ценностных жизненных ориентаций.

Описание: Ведущий зачитывает притчу.

«Профессор философии заходит в зал и раскладывает на столе несколько предметов.

В начале лекции он молча берет большую пустую банку и заполняет ее большими камнями. Затем спрашивает:

- Банка полна?

- Да! – соглашаются студенты.

Тогда Профессор достает коробку с галькой и высыпает ее в эту же банку. Он слегка потряс банку и галька, конечно, заполнила пустое пространство между камнями. Он снова спросил студентов:

- Банка полна?

Они рассмеялись и согласились, что банка полная. Тогда профессор достает коробку песка и высыпает его в банку. Естественно, песок заполняет все остальное пространство.

Ещё раз профессор спросил студентов, полна ли банка? Да, ответили студенты, теперь она точно полна! Тогда из-под стола профессор вытащил 2 кружки воды и вылил их в банку до последней капли, размачивая песок.

- Теперь, – сказал Профессор, – я хочу, чтобы вы поняли, что это – ваша жизнь.

Камни – важные вещи – ваша семья, ваши друзья, ваше здоровье, ваши дети. Если бы все остальное было потеряно, и только они остались, ваша жизнь была бы все равно полна. Галька – другие вещи, которые имеют значение подобно вашей работе, вашему дому, вашему автомобилю. Песок – все остальное, это просто мелочи жизни. Если вы сначала насыплете песок в банку, то не будет места для гальки и камней. То же самое и в жизни. Если вы тратите все ваше время и энергию на мелочи, у вас никогда не будет места для вещей, которые являются важными для Вас. Обратите внимание на вещи, которые являются действительно важными для вас. Заботьтесь сначала о камнях – это действительно имеет значение. Установите ваши приоритеты. Остальное – только песок».

- Вам необходимо данную «банку» (банка изготовлена из бумаги) заполнить крупными камнями – ценностями, которые были заложены в ваших семьях.

Духовно-нравственные ценности являются стержнем личности ребенка, с которыми он может противостоять любым трудным жизненным ситуациям.

Обсуждение.

7.«Подведение итогов и обратная связь»

Цель: установление обратной связи, анализ опыта полученного в группе.

Участники обмениваются новыми впечатлениями, мыслями, идеями, открытиями, которые были сделаны во время обсуждений, а также опытом, который был получен в ходе выполнения упражнений. Участникам предлагается по желанию закончить одну или несколько предложенных фраз. Фразы написаны крупным шрифтом на заранее заготовленных карточках, которые раскладываются в центре круга перед участниками.

Примеры фраз:

«Мне понравилось, что….»

«Я получил удовольствие от ….»

«Мне повезло…»

«На меня произвело впечатление….»

«Меня взволновало…..»

«Я понял, что…..»

«Я получил новый опыт того, что …..»

«Я сделал открытие, что ….»

«Я обязательно расскажу о том, что …..»

«В будущем я могу использовать…..»

«Я решил, что пора изменить……»

«Я бы не согласился с тем, что……»
«У меня остались сомнения в том, что…..»
«Для меня остался открытым вопрос о ….»

3. «ИГРА – КАК СПОСОБ СЕМЕЙНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ»

Цель: моделирование взаимодействия с приемными детьми.

План занятия

1. Упражнение-разминка «Игрушка».
2. Упражнение «Продолжи фразу».
3. Дискуссия «О пользе детской игры».
4. «Условия и методы развития игровой деятельности детей в семье».
5. «Мы играли в паровоз».
6. «Виды игр».
7. Подведение итогов и обратная связь».

1. Упражнение-разминка «Игрушка»

Цель: создание рабочего настроя, введение в тему.

Материалы: 4-5 мягких игрушки размером 20 см. на 20 см., стулья по количеству участников.

Участники в кругу перебрасывают друг другу игрушки, сначала в кругу одна игрушка, потом две и т.д.

2.Упражнение «Продолжи фразу»

Цель: создание рабочего настроя, введение в тему.

Материалы: подготовленные листы с незаконченными предложениями по количеству участников.

Любимая игра моего ребенка – это …
Чаще всего мой ребенок играет …
Когда мой ребенок играет один …
Ребенок любит играть с отцом, когда …
Если ребенок просит поиграть с ним, то …
Если ребенок просит поиграть с ним, а я чем-то занята, то …
Чтобы ребенок начал играть, надо …
Детская игрушка должна быть …
Причина нежелания детей играть в …
Игра для ребенка не игра, а …
Игры могут научить ребенка…

1. Дискуссия «О пользе детской игры»

Цель: предоставить родителям возможность задуматься о значении игры в жизни их ребенка.

Описание: Родители по очереди высказывают свое мнение по поводу значения игры в жизни их ребенка, на доске записываются эти высказывания. После обсуждения подводится итог, говоря об игре как ведущей деятельности, с помощью которой развиваются все психологические функции ребенка.

Возможности:

• Развиваются познавательные интересы - внимание, память, восприятие, мышление, воображение.

• Тренируют наблюдательность и ум.

• Развивают творческие способности детей.

• Формируют эмоционально – чувственную сферу личности.

• Способствуют познанию ребенком самого себя.

• Учит самодисциплине настойчивости выдержке – всем тем волевым качеством, без которых трудно жить и достигать поставленных целей.

2. «Условия и методы развития игровой деятельности детей в семье»

Цель: подвести родителей к осознанию важности игры в жизни ребёнка.

Материалы: фишки красного, жёлтого, синего цвета по количеству участников. Бумага формата А4, А3, ручки, фломастеры, карандаши по количеству участников. Карточки, на которых сформулированы условия и методы развития игровой деятельности детей в семье.

Описание: Уважаемые родители, я предлагаю вам необычное задание: вспомните ваши семейные вечера и дайте им самооценку. Если вы поступаете, так, как сказано, то выставляете фишку красного цвета, не всегда - жёлтого, никогда - синего.

- Каждый вечер уделяю время на игры с детьми
- Рассказываю о своих играх в детстве
- Если сломалась игрушка, ремонтирую вместе с ребёнком
- Купив ребёнку игрушку, объясняю, как с ней играть, показываю разные варианты игры
- Слушаю рассказы ребёнка об играх и игрушках в детском саду
- Не наказываю ребёнка игрой, игрушкой, т.е. не лишаю его на время игры или игрушки
- Часто дарю ребёнку игру, игрушку.

По количеству и цвету набранных фишек участники объединяются в группы. Каждой группе предлагаются карточки, на которых сформулированы следующие условия и методы развития игровой деятельности детей в семье.

- Обогащение впечатлений детей, которые могут быть использованы в игре: чтение книг, прослушивание пластинок, обсуждение событий из жизни детей, рассказы взрослых о себе и других людях, проведение экскурсий, прогулок, посещение музеев, театров;

- Привлечение внимания детей к содержанию деятельности людей, к их взаимоотношениям, к явлениям в живой и неживой природе и пр.;
- Выделение времени для игры с ребенком;
- Развитие творческой активности детей в игре: побуждение детей к играм - фантазиям (придумыванию сказок и пр.);
- Стимулирование использования в игре предметов-заместителей, помощь в их подборе, в использовании игрового оборудования;
- Внимательное и тактичное отношение к свободной игре детей, включение в нее по мере необходимости в качестве равноправного партнера;
- Стимулирование разных видов игр (подвижных, настольно-печатных, творческих, игр-драматизаций и др.).

Каждая группа предлагает и защищает те варианты, которые реализуют в своих семьях.

Обсуждение:

Как вы сейчас себя чувствуете? Какое у вас настроение? Какие трудности возникали во время этого задания и почему?

5 «Мы играли в паровоз»

Цель: дать родителям некоторые образцы семейных игр с ребёнком, вовлечь родителей в игровую деятельность.

Материалы: карточки с описанием игровой ситуации.

Описание: Группа делится на три подгруппы, представитель подгруппы слепым методом выбирает игровую ситуацию, каждая подгруппа готовит свой вариант пантомимы.

1. «Дети 6-ти лет играли в «моряков». Все хотели быть капитанами, и никто не хотел быть водолазами. Назревал конфликт, игра могла не состояться. Как бы вы повели себя в этом случае?»

Взрослый может так повернуть игру, чтобы роль водолаза стала значимой. Конечно, капитан на корабле – главный, но водолазам предстоит выполнить очень ответственное задание – найти затонувший корабль. Они должны спускаться под воду в специальных скафандрах. Можно предложить детям какой-либо атрибут.

2. «Дети часто просят купить им игрушку, которую быстро разбирают и ломают, а когда их ругают, они говорят, что хотели посмотреть, из чего она сделана». Укажите причины такого поведения?

Причин может быть много: познавательный интерес; неумение играть с игрушкой. Поэтому, купив ребенку игрушку, постарайтесь ее обыграть, показать, как с ней действовать.

3. «Как быть, если любая неудача в игре вызывает у ребенка угнетенное состояние или слезы? Нужно ли ребенку поддаваться в игре? Когда? Почему?»

Одна из важнейших задач родителей – научить ребенка проигрывать. Известно, что некоторые дети не переносят проигрышей: плачут, устраивают сцены, отказываются играть. Не стоит в таких случаях жалеть ребенка, идти

у него на поводу, стараться нарочно проиграть. Ведь игра – это прообраз жизненных ситуаций, где будут соревнования, соперничество и конечно, возможные проигрыши. Ваша игра с ребенком готовит его к жизни. Он поймет что: 1.Его не всегда ждет успех. 2. Для успеха надо работать. 3. Проигрыш еще не конец света.

Обсуждение:

Как вы сейчас себя чувствуете? Какое у вас настроение? Какие трудности возникали во время этого задания и почему?

6. «Виды игр»

Цель: создание возможности родителям прикоснуться к самобытному миру своего ребёнка.

Материалы: бумага формата А4, А3 ручки, фломастеры, карандаши по количеству участников.

Описание: Организуется работа в малых группах. Группы на время составляют список различных игр. Побеждает группа, список которой, самый большой.

Ребенку игра необходима, как для нас, взрослых, труд. Например, театрализованные, придумывание различных ситуаций из личного опыта и обыгрывание их с переодеванием, придумыванием дизайна костюмов. Подвижные: «Казаки – разбойники», «Войнушка», «Прятки», «Салки», «Зарница». Эти игры важны для развития мышления, воображения, движений.

Сюжетно – ролевые: «парикмахерская», «магазин», «больница», «дочки – матери». Игры с животными.

Обсуждение:

Как вы сейчас себя чувствуете? Какое у вас настроение? Какие трудности возникали во время этого задания и почему?

7. «Подведение итогов и обратная связь»

Цель: подведение итогов встречи.

Материалы: карточки с незаконченными предложениями по количеству участников.

Можно предложить участникам закончить предложения:

«Откровенно говоря…»

«Во время занятия я поняла…»

«Самым эффективным считаю…»

«Мне хотелось бы…»

«На занятии мне не удалось…»

«На месте ведущих я бы…»

Памятка для родителей.

Детство - это не только самая счастливая и беззаботная пора жизни человека. Бедность и примитивность игры пагубно отражаются на становлении личности, а также на коммуникативном развитии детей - ведь

общение происходит в основном в совместной игре. Именно совместная игра - главное содержание общения. Играя и выполняя различные игровые роли, дети учатся видеть события с разных позиций, учитывать действия и интересы других, соблюдать нормы и правила.Так давайте же играть вместе с нашими детьми! До свидания! До новых встреч!

4.«В ГАРМОНИИ С СОБОЙ»

Цель: профилактика эмоционального выгорания замещающих родителей и осознание личностных ресурсов для реализации жизненных планов.

Материалы и оборудование: флипчарт, бумага, ручки, краски, кисточки, «непроливайки», кисточки, метафорические карты.

План занятия

1. Знакомство.
2. Упражнение «Мои ощущения».
3.Упражнение «Рак-отшельник».
4.Информационный блок «Эмоциональное выгорание».
5. Упражнение «Рисунок выгоревшей части».
6.Упражнение «Моечная машина».
7.Упражнение «Мой ресурс».
8. Подведение итогов и обратная связь.

1. Знакомство

Цель: познакомить участников, способствовать созданию доверительной и позитивной атмосферы.

Описание:: Я Ольга (назвать себя так как хочешь), я из Ильинки (вспомнить и назвать место, вызывающее теплые чувства и приятные воспоминания), у нас самая крупная малина (рассказать о том, что для тебя является достопримечательностью этого места).

2. Упражнение « Мои ощущения»

Описание: «Стоя в круге, возьмите за руки своих соседей. Закройте глаза. Сосредоточьтесь только на своих ощущениях. Постарайтесь передать с помощью ваших рук (телесного контакта) свое тепло и поддержку соседу, находящемуся от вас справа (слева). И одновременно постарайтесь ощутить то, что вам передает сосед слева (справа).

После проведения упражнения ведущий просит каждого участника оценить и рассказать о своих ощущениях.

В процессе занятия ведущий постоянно предлагает каждому из участников свободно высказываться по поводу своих ощущений и таким образом обучает замещающих родителей «вслушиваться» в свои чувства и «освобождать» их от различных механизмов психологической самозащиты.

3. Упражнение «Рак-отшельник»

Цель: разминка, мобилизация внимания участников, тренировка умения адекватно реагировать на быстро меняющуюся ситуацию.

Описание: участники разбиваются на тройки. Два человека из каждой тройки встают лицом друг к другу, берутся за руки и изображают морскую раковину – «домик» для рака-отшельника. Третий участник встает между ними и изображает «жильца» - рака-отшельника. Ведущий дает команды:

- «Жильцы ищут домики». По этой команде «раки-отшельники» выходят из своих убежищ и стремятся занять новые, а «раковины» остаются на месте.

- «Домики ищут жильцов». «Раки отшельники» остаются на месте, а «раковины», не разжимая рук, перемещаются в поиске новых жильцов.

- «Буря». По этой команде все покидают свои места, «раки-отшельники» начинают искать себе новые убежища, а «раковины» - новых жильцов.

4. Информационный блок «Эмоциональное выгорание»

Цель: актуализация знаний об эмоциональном «Выгорании», симптомах и факторах, способствующих его появлению. Повышение мотивации на дальнейшую практическую работу по профилактике «выгорания».

Ведущий знакомит участников с тематикой занятия. Участникам предлагается разделиться на группы (использую жребий).

Приемные родители чаще всего подвержены эмоциональному выгоранию. Приёмный ребёнок всегда травмирован: он так долго не получал должной заботы и внимания, столько бед пережил за свою маленькую жизнь, что, попадая наконец в благоприятные условия, стремится как можно быстрее наверстать упущенное. Ребёнок ещё долго и часто болеет, он полон разнообразных страхов и какое-то время не верит, что все его беды позади, и по многу раз «проверяет» приемных родителей, не вернут ли они его обратно. Процесс его реабилитации растягивается на многие месяцы, а то и годы. В таких экстремальных условиях запас энергии у приёмных родителей исчерпывается за несколько месяцев.

Задание № 1. Дайте определение понятию «Эмоциональное выгорание».

Эмоциональное выгорание – выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на травмирующее воздействие.

Эмоциональное выгорание – это состояние физического, эмоционального, умственного истощения, это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия.

Задание №2. Перечислите симптомы (признаки) «эмоционального выгорания».

- Нарастающий негативизм по отношению к ребенку, к членам семьи (клиентам, коллегам);
- Агрессивное поведение по отношению к ребенку (психологическое насилие, физические наказания и т.д.);
- Ухудшение отношений с родственниками;
- Злоупотребление алкоголем, никотином, кофеином;
- Утрата чувства юмора;
- Глубокое чувство вины, постоянно чувство неудачи;
- Повышенная раздражительность – и дома, и на работе;
- Возникающая рассеянность;
- Нарушение сна;
- Переживание опустошенности и бессилия;
- Занижение собственных достижений, потеря смысла и желания вкладывать личные усилия;
- Повышенная утомляемость, чувство усталости;
- Обостренная восприимчивость к инфекционным заболеваниям;
- Наличие соматических заболеваний.

Развитие синдрома носит стадиальный характер. Сначала наблюдаются значительные энергетические затраты. По мере развития синдрома появляется чувство усталости, которое постепенно сменяется разочарованием, снижением интереса к жизни.

Стадии эмоционального выгорания

1. На первой стадии приёмные родители мобилизованы, собраны, готовы отдать всё. Они могут плохо есть и мало спать, но не страдать от этого, к ним не прилипают инфекции, они чувствуют, что способны свернуть горы. Именно в таком состоянии родители пребывают в момент принятия ребёнка в семью и в первые недели, месяцы совместной жизни. Они готовы посвятить себя ему полностью, выложиться, пожертвовать всем.
2. Вторая стадия выгорания. Рано или поздно силы кончаются. Подступает усталость, организм и психика настоятельно требуют отдыха, но приемные родители через силу продолжают и дальше отдаваться работе. Постоянное напряжение, усталый голос, тяжесть во всем теле. Все мысли – о делах, проблемах. Конфликты надолго выбивают из колеи, замечания воспринимаются крайне болезненно.
3. Третья стадия. Запредельная усталость. Раздражительность. Плаксивость. Полное безразличие, перемежающееся истериками, вспышками гнева. Ребёнок уже «просто бесит», кажется, что в нём нет ничего хорошего, «он просто нами пользуется». Именно на этой стадии зачастую находятся родители, которые от отчаяния стали прибегать к жёстким наказаниям. В результате появляется чувство вины, ещё больше усиливается стресс. На этой же стадии возникает мысль о возврате ребёнка в детский дом. Хочется

«сбежать от всего на край света», «всё бросить». Больше ничего не радует, всё теряет смысл. Наступает полное эмоциональное истощение.

4. Четвёртая стадия выгорания. Им больше нечего дать детям, людям вообще, и они начинают имитировать заботу и внимание. Приходит равнодушие, цинизм, душевная чёрствость. Забота сменяется контролем, сочувствие – всезнанием и самодовольной уверенностью, что «все видны насквозь». Окружающие воспринимаются враждебно, все кажутся тупыми, злобными, мелкими, недостойными уважения и хорошего отношения. В общем, до этой стадии себя нельзя доводить ни в коем случае.

Задание № 3. Определите причины, вызывающие синдром эмоционального выгорания.

1. Неприятие личности приемного ребенка. Этот процесс является чрезвычайно важным, поскольку он составляет основу для формирования взаимоотношений между приемными родителями и ребенком. Принятие должно опираться на знание психологии ребенка и понимание его потребностей и интересов. Положительное отношение к человеку при адекватном восприятии его достоинств и недостатков. Принимая решение о принятии ребенка в свою семью, необходимо оценить степень готовности к этому акту, педагогические принципы, установки, взгляды родителей, меру их ответственности за судьбу ребенка.
2. Неконструктивные мотивы принятия ребенка на воспитание.
3. Неконструктивные формы взаимоотношений с приемным ребенком. Нарушение взаимоотношений в семье.
4. Страх ответственности. Часто родители не берут на себя ответственность за приемного ребенка: заболел свой ребенок — лечат сами, приемный — вызывают врача.
5. Отказ от понимания существования проблем в развитии ребенка, наличии психотравмирующих ситуаций, их частичное или полное отрицание («Мой ребенок должен достичь в жизни большего и оправдать мои надежды, возложенные на него», «Он мне должен быть благодарен»).
6. Несоответствие приемного ребенка представлениям родителей. У родителей, как правило, складывается свое представление о том, каким должен быть ребенок. Родители хотят увидеть в ребенке себя, но в улучшенном варианте.
7. Восприятие себя как неуспешного родителя («Если бы я был здоровым, смог родить своего ребенка»).
8. Возникновение чувства неуверенности и страха у приемных родителей. Родители боятся, что они делают что-то не так, что они не смогут вернуть детей в детское учреждение, если не справятся с воспитанием, боятся осуждения.
9. Чувство стыда за своего приемного ребенка.
10. Хранение тайны усыновления.
11. Отвержение биологических родителей ребенка.

12. Отказ от планов, личной жизни («Если у тебя приемный ребенок, твоя жизнь кончена: ты должна все бросить ради ребенка, прекратить следить за собой, отказаться от своих планов, личной жизни и остаток жизни посвятить ребенку»).

13. Положение ребенка в приемной семье. Главная трудность для ребенка из государственного учреждения заключается в освоении новой ролевой позиции членов семьи — сына, дочери. Именно такая позиция приемным ребенком не освоена, у него, как правило, нет опыта нормальных семейных отношений. Приемным детям трудно осознать себя сыном (дочерью), еще сложнее — братом (сестрой). Известно, что даже у родных братьев и сестер, живущих в интернате или детском доме, нет родственных чувств, желания заботиться друг о друге, быть вместе. Для таких детей нужны четкие ориентиры того, что происходит в семье, каковы правила жизни семьи.

14. Отношения между родными и приемными детьми. Разделение и сравнение своих и приемных детей. В момент сравнения «плохой» ребенок вынужден быть плохим. Родители настораживаются, начинают запрещать, угрожать, а отсюда опять плохой поступок ребенка из-за страха, что от него откажутся.

Следует отметить, что ни один из факторов сам по себе не может вызвать «выгорание». Его возникновение – это результат действия совокупности всех факторов на личностном уровне.

Задание № 4. Каковы последствия эмоционального выгорания?

- Межличностные последствия (ухудшение социальных, семейных отношений, повышение конфликтности);
- Установочные последствия (развитие негативных установок по отношению к ребенку, супругу);
- Психофизиологические последствия (развитие психосоматических расстройств);
- Возврат ребенка в государственное учреждение.

Обсуждение в группе выполненных заданий.

5. Упражнение «Рисунок выгоревшей части»

Цель: способствовать эмоциональному восстановлению через рисование образа усталости (отсутствие интереса к жизни), осознавание и проговаривание своего состояния.

Примечание: упражнение желательно выполнять под музыку.

Описание: закройте глаза и попытайтесь увидеть образ вашей выгоревшей части. Это может быть какое-то животное или предмет, а может быть что-то совершенно непонятное. А теперь откройте глаза и нарисуйте то, что вы увидели.

Длительность: 15-20 мин.

Работы не подписываются. По окончании выполнения задания все работы раскладываются кругом, все участники рассматривают рисунки и выбирают тот рисунок, который «откликается» больше всего. По этому принципу создаются пары.

Работа в парах. Участники длятся друг с другом своими чувствами, возникшими в момент рисования. Рассказывают, что они нарисовали. Затем ведущий предлагает изменить рисунок, если есть желание, и уже в общем круге поделиться своими впечатлениями от работы.

Обсуждение: как себя чувствовали до и после работы?

6. Упражнение «Моечная машина»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Описание: Все участники становятся в две шеренги лицом друг к другу. Еще два участника становятся в торцах шеренги. Первый человек это «машина», последний – «сушилка». «Машина» проходит между шеренгами, все ее моют, поглаживают, бережно и аккуратно. Не касаясь интимных частей тела. «Сушилка» должна его высушить – обнять. Прошедший мойку становится «сушилкой». Участник, который был «сушилкой» становится в шеренгу. С начала шеренги идет следующая «машина». И так, пока не пройдут все участники группы.

7. Упражнение «Мой ресурс»

Цель: вспомнить и выделить все то, что оказывает поддержку в трудных ситуациях, определить возможные шаги для самопомощи в таких ситуациях.

***Материалы*:** метафорические карты (ресурсные колоды).

Описание: На столе вперемешку выложены несколько колод метафорических карт. Участникам предлагается в открытую выбрать одну или несколько карт, которые символизируют «сильную» часть, то, что поддерживает и помогает справляться в сложных ситуациях.

Вопросы для обсуждения:

Что есть во мне, что помогает справляться с ситуациями. Возможно, у вас есть какое-то качество, возможно, это состояние, знание, способности, особенности моего характера. Участники по очереди называют ресурсы, ведущий записывает на доске.

8. .«Подведение итогов и обратная связь»

5.ЗАНЯТИЕ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ «РАЗГОВОР О ЛЮБВИ»

Авторы-составители: Т.А. Булгакова, руководитель Центра по профилактике социального сиротства, Т.С. Горбачева, педагог-психолог ТОГБОУ «Горельская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Цель: ознакомление подростков с уникальным чувством любви; формирование представлений о любви как о высшей ценности, основе человеческих отношений.

***Оборудование и оформление*:** компьютер, проектор, видеоролик «О ветре и цветке», карточки со словами, заданиями, бейджики, большое сердце на ватмане, заготовки сердечек, маркеры.

***Участники*:** подростки 13-15 лет.

План занятия

1. Упражнение «Здравствуйте»
2. Упражнение «Меня зовут.., дома меня называют..»
3. Мозговой штурм. Что такое любовь
4. Мини-лекция «Две модели любви»
5. Упражнение «Любовь – нелюбовь»
6. Упражнение «Идеал»
7. Просмотр и обсуждение видео «Притча о любви «Ветер и цветок»
8. Упражнение «Устами детей»
9. Беседа «Ранняя половая жизнь юношей и девушек»
10. Упражнение «Змей Горыныч»
11. Упражнение «Сердечки»
12. Обсуждение. Подведение итогов занятия.

1. Упражнение «Здравствуйте»

Цель: создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Описание. Участники стоят в кругу. Ведущий играет роль водящего. Он становится в центр круга и здоровается с теми участниками, которые обладают определенными умениями или качествами (например: «Здравствуйте все те, кто умеет вышивать, любит смотреть «Дом -2», умеет кататься на лыжах, мечтает научится играть в большой теннис, любит пить Колу..». Те участники, к кому относятся приветствия, делают шаг вперед и громко здороваются с водящим. Затем они возвращаются на свои места.

2.Упражнение «Меня зовут.., дома меня называют..»

Цель: представление членов группы, снятие напряжения и барьеров в общении.

Описание: участники по очереди называют свое имя и имя, которым их называют близкие, родственники, знакомые (можно назвать уменьшительно - ласкательную форму).

Ведущий. Сегодня на занятии мы поговорим об одном из человеческих чувств. Все, что происходит в нашей жизни, так или иначе зависит от того, присутствует это чувство или нет. Оно волнует каждого человека. Думаю, вы догадались, о каком чувстве пойдет речь. Да, это любовь. Есть несколько видов любви: любовь к родине, любовь к друзьям, любовь к Богу, любовь к

матери, отцу, брату, сестре, к родственникам. Но мы с вами остановимся на любви к представителю противоположного пола, любви мужчины и женщины, а точнее юноши и девушки. Мы начали наше занятие с упражнения «Меня зовут.., дома меня называют..» не случайно. Ведь дома наши близкие и родные называют ласково, нежно. Любить – значит заботиться, проявлять привязанность, нежность, ласку и испытывать потребность в этом. Любовь – это высшая степень эмоционально–положительного отношения, направленного на определённый объект для реализации духовных и физиологических потребностей и интересов человека. Но прежде чем мы приступим к следующему упражнению, давайте напишем правила работы в группе (участники называют правила работы в группе, ведущий записывает правила на доске).

3. Мозговой штурм. Что такое любовь

Цель: введение в тему, организация совместной деятельности, снятие барьеров в общении.

Описание: Участники высказывают свое мнение о том, что такое любовь. Ведущий записывает их на ватмане.

4. Мини-лекция «Две модели любви

Цель: знакомство с разными моделями любви.

Что же такое любовь? Этот вопрос – один из тех, что не имеют ясного и чёткого ответа, но волнует каждого. В психологической науке описывается две модели любви. «Оптимистическая» – модель характеризуется независимостью влюблённого от объекта любви, отношения в этом случае развиваются на фоне психологического комфорта и благоприятны для личностного развития. «Пессимистическая», определяется полной зависимостью человека от объекта привязанности с целью любви с отрицательными эмоциями. Это может быть страх, что его разлюбят, страх измены. Человек, строящий отношения по такой модели, лишает себя самостоятельности, у него поддерживается постоянный уровень тревоги. Эта модель отношений может вызвать невротизацию человека, потерю жизненного тонуса и депрессию. Почему одним людям «достаётся» первая модель, а другим – вторая? Это зависит от многих причин: личностные особенности человека (например, низкая самооценка), негативный прошлый опыт, т.е. неудачи, характер отношений между любящими людьми и т.д. Существует масса способов наладить отношения и еще больше способов их разрушить. В любви есть много такого, что трудно выразить словами. И всё же мы постараемся это сделать.

5.Упражнение «Любовь – нелюбовь»

Цель: формирование положительно-нравственного понятия «любовь».

Описание: перед участниками два списка слов. Каждый берет по одному слову из списков и размещает их по определению «любовь – это…» и «любовь – это не ..»

Любовь – это…

Любовь – это не…

Ответственность Ревность Трудная работа Чувство собственности

Удовольствие Боль Преданность Жестокость Забота Наваждение Честность

Проявление эгоизма Доверие Грубость Общение Отказ от своих интересов

Компромиссы Самоутверждение Страх Открытость Запугивание Уважение Перебранки Дружба Зависимость Сильные чувства Манипулирование Радость Обида

Ведущий: прочитайте внимательно слова, которые помогут вам определить, что входит в понятие «любовь», а что нет. Эти списки помогут вам решить, каких отношений в любви вы действительно хотите.

6.Упражнение «Идеал»

Цель: моделирование идеального образа юноши, девушки

Описание: группа делится на 2 команды – парни и девушки отдельно. Каждой группе выдается лист ватмана. Задача - описать качества идеала (парни описывают девушек, девушки парней). На задание отводится 5 минут. Затем каждая группа презентует свой плакат.

Обсуждение: ведущий обращает внимание группы на различия в описании идеала у парней и девушек.

7. Просмотр и обсуждение видео «Притча о любви «Ветер и цветок»

Цель: самоактуализация личности во взаимоотношениях мужчины и женщины.

«Ветер встретил прекрасный цветок и влюбился в него. Пока он нежно ласкал цветок, тот отвечал ему еще большей любовью. Но ветру показалось этого мало, и он решил: «Если я дам цветку всю свою мощь и силу, то он одарит меня еще чем-то большим». И он дохнул на цветок мощным дыханием своей любви. Но цветок не выдержал бурной страсти и сломался. Ветер попытался поднять его и оживить, но не смог. Тогда он утих и задышал на цветок нежным дыханием любви, но тот увядал на глазах. Закричал тогда ветер: «Я отдал тебе всю мощь своей любви, а ты сломался! Видно не было в тебе любви, значит, ты не любил! Но цветок ничего не ответил, он умер. Тот, кто любит должен помнить, что не силой и страстью измеряют любовь, а нежностью и трепетным отношением».

Обсуждение притчи:

- О чем эта притча?
- Какие чувства вы испытываете после прослушивания притчи?

Ведущий: любовь бывает очень разной, она обнаруживает себя в различных проявлениях. Но главное, что позволяет назвать возникающее чувство любовью – это стремление отдавать всего себя на благо других людей, а не получать собственные удовольствия и блага. Думать об объекте своей любви, а не о себе самом.

8.Упражнение «Устами детей»

Цель: ознакомление участников занятия с рассуждениями о любви маленьких детей, снятие эмоционального напряжения, рефлексия.

«Группа исследователей задавала вопрос детям от 4 до 8 лет один и тот же вопрос «Что значит любовь? Ответы оказались намного более глубокими и обширными, чем кто-либо вообще мог себе представить.

1. Когда моя бабушка заболела артритом, она больше не могла нагибаться и красить ногти на ногах. И мой дедушка постоянно делал это для нее, даже тогда, когда у него самого руки заболели артритом. Это любовь.

2. Любовь – это то, что заставляет тебя смеяться, когда ты устал.

3. Любовь – это когда мама делает папе кофе и отхлебывает глоток, перед тем, как отдать ему чашку, чтобы убедиться, что он вкусный.

4. Любовь – это когда ты говоришь мальчику, что тебе нравится его рубашка, и он носит ее потом каждый день.

5. Любовь – это когда твой щенок лижет тебе лицо, даже после того как ты оставила его в одиночестве на весь день.

6. Если ты не любишь, ты ни в коем случае не должен говорить «я люблю тебя». Но если любишь, то должен говорить это постоянно. Люди забывают.

Обсуждение:

- Понравились ли вам высказывания?
- Почему?

Ведущий: у любви нет возраста. Приятно, когда встречаешь мимо проходящую пожилую пару. Мужчина бережно держит женщину под руку. В их взгляде столько теплоты и заботы. Приятно было слушать, что говорят маленькие дети о любви. Я думаю, что их ответы поразили своей глубиной не только меня. Ведь недаром говорят: «устами младенца глаголит истина».

9. Беседа «Ранняя половая жизнь юношей и девушек»

Цель: предупредить подростков о негативных последствиях вступления в раннюю половую связь.

Вы входите в возраст, когда тема взаимоотношений с противоположным полом являются наиболее важной. Первое чувство влюбленности, яркие эмоциональные переживания не могут остаться без внимания.

Говоря о любви, нельзя обойти самый щепетильный и самый сложный вопрос – добрачные половые связи юношей и девушек.

Половые отношения являются физиологической потребностью развитого, здорового организма. Но вот стоит ли в них вступать в вашем возрасте стоит задуматься. Конечно же, этот выбор вы будете принимать самостоятельно, но подойти к этому вопросу следует с большой ответственностью и пониманием того, что за свой неверный выбор и шаг придется платить вам!

Можно ли повременить с этим? Я попрошу назвать причины, побуждающие к раннему вступлению в половые связи (записать на доске).

Причины начала сексуальной жизни:

- Чтобы удержать любовь.
- Потому что «все это делают».
- Чтобы чувствовать себя менее одинокой или стать популярной.
- Чтобы продемонстрировать свою независимость от родителей.
- Девушки пытаются доказать всему миру и самим себе, что они желанны, что их могут любить.
- Употребление алкоголя и наркотиков (они помогают перешагнуть психологический барьер и совершать необдуманные поступки).
- Деньги или подарок.

И перед тем как сделать этот выбор, а в особенности, если сделали уже, вам необходимо знать, какие проблемы вы можете встретить на новом этапе вашей жизни и как можно их избежать.

Немецкий врач-гинеколог Рудольф Нойберт считает: «по многим причинам в ранней юности нецелесообразно вести регулярно половую жизнь», то есть половую жизнь не следует начинать преждевременно, до завершения аналогического процесса полового созревания. Оптимальным возрастом для начала половой жизни медицина считает возраст 18- 19 лет. До этого момента процессы формирования репродуктивных органов еще не завершены. Ранний возраст вступления в половую связь останавливает эти процессы, затормаживает не только физическое, но и умственное развитие юношей и девушек. Причем специалисты указывают на остановку роста самих половых органов ранних партнеров. На девушку приходится большая тяжесть последствий ранней половой жизни, от которых ей иногда не удается полностью оправиться в течение многих лет, а иногда всей жизни. Первый аборт в таком возрасте может навсегда лишить женщину в будущем радости материнства. Хронический воспалительный процесс половых органов, возникший в результате ранней половой жизни, нередко приводит к бесплодию.

Но самый страшный, при беспорядочных половых связях – это смертельная инфекция СПИД. А помимо этой страшной инфекции, от которой умерло уже больше миллионов людей, а если быть точнее, то 1,6 миллиона, встречается множество других более распространенных заболеваний, от которых вы не умрете, но значительно испортите свое здоровье и возможность иметь здоровых детей. В настоящее время наиболее распространены такие заболевания, передающиеся половым путем как:

трихомониаз, гонорея, герпес, генитальный герпес, сифилис, гонорея, или триппер, трихомониаз.

Обратите внимание, что это всего лишь небольшой перечень заболеваний. Поэтому стоит задуматься, а доверяете ли вы своему предполагаемому половому партнеру на столько, чтобы вступить с ним в близкие отношения?

А также не следует забывать о правовой ответственности.

Часто, вступая в ранние половые отношения, подростки не знают законов РФ. Уголовному наказанию подлежат следующее: развратные действия, сводничество, растление и побуждение к половой жизни несовершеннолетних, гомосексуальные связи, производство криминального аборта и другие нарушения, связанные с ранней половой жизнью. При заражени принимаются меры законодательного характера: принудительное лечение больных венерическими болезнями при уклонении их от лечения, осуждение за заведомое заражение сифилисом, гонореей и другими венерическими болезнями.

Воздержание в юности – необходимое естественное состояние, которое позволяет не потерять уважения к себе и близкому человеку. В результате здоровых отношений между молодыми людьми образуется счастливая здоровая семья, основанная на доверии и уважении друг к другу.

10.Упражнение «Змей Горыныч»

Цель: развитие навыка эффективной коммуникации и выявление личных установок относительно брака и сексуального поведения.

Описание: Участники делятся на три группы. Каждая из группы получает своё задание на карточках.

Группа№1 аргументированно убеждает группу№ 2 в своей правоте, группа № 3 является наблюдателем.

Группа№2 аргументированно убеждает группу№ 3 в своей правоте, группа № 1 является наблюдателем.

Группа№3 аргументированно убеждает группу№ 1 в своей правоте, группа № 2 является наблюдателем.

Обсуждение упражнения:

- Что получилось/ что нет?
- Какая из групп была самой убедительной?
- В какой группе вы бы хотели находится если бы знали условия заранее?

Содержание карточек:

Легенда№1

Вы являетесь одной из голов Змея Горыныча. Так случилось, что вы безумно влюблены в Елену Прекрасную и хотите на ней жениться. Она также отвечает вам взаимностью. Но ваш романтический период могут испортить родители (ещё 2 головы Змея Горыныча). Для того, чтобы сыграть счастливую свадьбу, достаточно уговорить одного из родителей (голову).

Третья всегда идет за большинством. Найдите, пожалуйста, как можно больше аргументов в пользу счастливого и законного брака.

Легенда№2

Вы являетесь одной из голов Змея Горыныча. Так случилось, что вы уже достаточно давно решили заключить сделку с Бабой Ягой. Она предложила вам брак по расчету. Вы необходимы Бабе Яге для повышения личного статуса. Взамен Баба Яга обещает вам материальное благополучие. Вы решили, пока вы молоды и полны сил можете таким образом заработать. А создать семью, можно и потом в будущем. Важное условие, по брачному договору вы будете должны хранить верность Бабе Яге до окончания действия договора. Для того, чтобы осуществить сделку, достаточно уговорить одного родителя (голову). Третья всегда идет за большинством. Найдите, пожалуйста, как можно больше аргументов в пользу заключения такой сделки.

Легенда№3

Вы являетесь одной из голов Змея Горыныча. Так случилось, что вы уже давно испытываете сильную страсть к Марье Искуснице. В результате страстного романа вы приняли решение жить вместе (гражданский брак). Жениться вы пока не готовы. Марья Искусница также не стремится к законному браку. Вы видите много плюсов в таком союзе. Для того, чтобы это осуществить, достаточно уговорить одного из родителей (голову). Третья всегда идет за большинством. Найдите, пожалуйста, как можно больше аргументов в пользу такого союза.

11. Упражнение «Сердечки»

Цель: констатация имеющихся представлений о сути любви.

Описание: каждому участнику необходимо написать на своем сердечке определение понятия «любовь». По окончании работы участники зачитывают свои определения и прикрепляют их на лист ватмана.

Ведущий: практически каждый имеет свое представление о любви, но человечество никак не может дать исчерпывающее, пригодное для всех определение этого понятия. Давайте обратимся к толковому словарю С.И. Ожегова: «любовь – чувство самой вершинной сердечной привязанности». Что значит любить? Это значит, любить искренне, один раз и на всю оставшуюся жизнь.

12. Обсуждение. Подведение итогов занятия.

6.ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ С ПОДРОСТКАМИ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Занятие в темной сенсорной комнате

Авторы-составители: Т.А. Булгакова, руководитель Центра по профилактике социального сиротства, Т.С. Горбачева, педагог-психолог ТОГБОУ «Горельская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Цель: обучение подростков использованию социально приемлемых способов снятия внутреннего напряжения.

Задачи: развитие межполушарного взаимодействия, снижение психоэмоционального напряжения, стимуляция движения глаз, повышение настроения, работоспособности.

Часть **1**

1.Глазодвигательное упражнение «Взгляд влево вверх»

Цель: развитие зрительной координации.

Описание. Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку какой-нибудь предмет, отвести ее в сторону вверх под углом 45° так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого необходимо в течение 7 с. обоими глазами смотреть на предмет в левой руке, затем перевести взгляд на «прямо перед собой» (счет: один, два, три, четыре, пять, шесть, семь).

2.Дыхательное упражнение

Цели: улучшение осанки; стимуляция движений диафрагмы; улучшение кровообращения; гармонизация деятельности дыхательной, нервной и сердечно-сосудистой систем.

Описание:

1. Правой рукой сжать левое плечо. Голову повернуть влево и посмотреть назад через плечо. С силой развести плечи. Глубоко вдохнуть, задержать дыхание, выдохнуть.

2. Посмотреть назад через правое плечо, снова с силой развести плечи. Глубоко вдохнуть, задержать дыхание, выдохнуть.

3. Опустить руки вдоль тела, голову уронить на грудь. Вдохнуть, выдохнуть.

4. Повторить упражнение, сжимая левой рукой правое плечо.

3.Кинезиологическое упражнение

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Описание:

1. Помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения растереть уши руками.

2. Выполнять перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделать то же левой рукой и правой ногой. 3. Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, опустить голову вперед, и медленно раскачивать головой из стороны в сторону.

4. Выполнить ритмичное дыхание: вдох в два раза короче выдоха.

5. Стоя, поднять (не высоко) левую ногу, согнув ее в колене, и кистью (локтем) правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и левой рукой.

Упражнение может сопровождаться музыкальными записями и светоэффектами, создаваемыми интерактивным оборудованием.

Часть 2

1. Игра «Веселье»

Цели: создание позитивного настроя; развитие умения воспринимать ситуацию с разных позиций.

Описание. Подростки встают в круг. Психолог предлагает одному из них сесть на мяч и сказать: «Быть активным — это хорошо...» — и назвать чье-либо имя. Закончить предложение должен тот, чье имя названо. Затем предлагается рассмотреть эту ситуацию с негативной точки зрения («Когда всего достигнешь — это плохо, потому что можешь обленитъся»).

Упражнение можно сопроводить светоэффектами.

2. Упражнение «Отдых на мячах»

Цели: преодоление состояния тревожности; развитие умения оказывать поддержку.

Описание. Группа делится пополам. Игроки первой подгруппы садятся на мячи-гиганты. Подростки второй подгруппы встают позади них, поддерживая и покачивая «отдыхающих».

Упражнение сопровождается релаксационной музыкой и светоэффектами.

3. Упражнение «Хлопки»

Цели: развитие внимания; воспитание чувства единения.

Процедура проведения. Подростки размещаются в креслах спиной к центру. Включается волшебная нить. Психолог в соответствии с ритмом мерцания сети задает определенный темп, хлопая в ладони. Дети повторяют его друг за другом по часовой стрелке.

Часть 3

1.Упражнение «Успокоение»

Цели: снятие эмоциональной нагрузки; повышение настроения, работоспособности; избавление от усталости, тревог, переживаний; звуковое и вербальное, благотворное воздействие на психику.

Описание: Дети удобно располагаются в креслах или в сухом бассейне. Звучат записи релаксационной музыки (журчания ручья, щебетания птиц, шума леса, дождя) и голос психолога, проговаривающего формулы расслабления: «Сядьте так, чтобы вам было удобно. Закройте глаза. Прислушайтесь к ритму вашего дыхания. Вы дышите ровно и спокойно.

Ритм вашего дыхания удобен вам. Вы делаете вдох — и медленный, плавный, глубокий выдох. Вдох — медленный выдох... Сосредоточьтесь на дыхании. Вдох — и медленный, спокойный выдох...

А теперь представьте, что вы медленно идете по-летнему, теплому лесу. Ритм ваших мысленных шагов спокойный, размеренный, неторопливый. Вы дышите в такт вашим шагам: медленно и ровно. Вы вдыхаете чистый, приятный лесной воздух. Вдох — и мягкие струи воздуха наполняют ваши легкие... Весь ваш организм... Вы слышите пение птиц, легкое движение листвы, вы настраиваетесь на отдых и расслабление... Постепенно, с каждым выдохом вы начинаете чувствовать мягкое тепло в теле. Представьте, что теплые солнечные лучи согревают ваше тело, будто проникают внутрь. Солнечные лучи согревают ступни ног, мышцы икры, голеней, мышцы бедер... Вы чувствуете приятное распространение тепла от кончиков пальцев ног до нижней части живота... Солнечное тепло проникает внутрь, и ваши ноги постепенно становятся теплыми и приятно тяжелыми... Прислушайтесь к этим ощущениям тепла и тяжести. Ваши ноги теплые, очень теплые и тяжелые. Ноги полностью расслаблены. Ноги отдыхают...

Вы чувствуете, что хорошо отдохнули. Ваш вдох глубокий и полный, выдох — энергичный и резкий. Вдох — глубокий, выдох — энергичный! Вы отдохнули! Вы полны сил и энергии! У вас отличное настроение».

3.Рефлексия занятия

Вопросы:

1.Что мне дало занятие?

2.Доволен я собой?

4.Ритуал прощания

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо, до свидания!»

НАБОР ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

1. Игра-активатор « Компьютер»

Описание***:*** Представьте, что вы работаете за компьютером. Вам нужно набрать текст « Согласие да лад - в семье клад».

–Легкое задание?!

– Усложним его. Каждый из вас по очереди произносит по одной букве слова. В конце слова все встают, на знак препинания и в конце фразы хлопают в ладоши.

Обсуждение: Мы видим, что вы все пришли с хорошим настроением и с желанием принять активное участие.

2. Игра « Моя семья»

Описание: Итак, возьмите по одной карточке, прочитайте, что на ней написано, но не показывайте другим и не произносите вслух. Раздаются карточки со словами «Hello», «Привет» (по 7 штук)

Ваша задача: с закрытыми глазами, произнося слово, которое написано на карточке, постараться объединиться с участниками, которые будут произносить то же самое. Все делаем по команде. Начали!

Обсуждение:

- Итак, у нас образовались две группы (семьи).

-Присядьте за столы по группам.

-Когда вы себя ощущали комфортно? (с закрытыми глазами или когда нашли единомышленников?)

-Представьте, что ваша группа-это семья.

-Придумайте название вашей семьи.

- Что дает человеку семья?

- Какую роль семья играет в вашей жизни?

- Могли бы вы обойтись без семьи?

Семья – величайшая ценность для каждого человека. Это место защищенности человека, место, где вас любят и поддерживают. Каждая семья – это свой особый мир.

-Сегодня мы с вами поговорим о взаимоотношениях в семье.

3. Упражнение «Идеальный родитель и идеальный ребенок»

- Мы часто слышим выражения « идеальный родитель», «идеальный ребенок». Что же мы вкладываем в эти понятия. Каждой команде необходимо подобрать слова, характеризующие идеального родителя и идеального ребенка.

Представители от команды выбирают одну из карточек с заданием: Родители или Дети.

Одна группа составляет список слов, который характеризует идеального родителя, вторая группа составляют список характеристик идеального ребенка. Записывают столбцами на альбомном листе. Записи вывешиваются на доске и зачитываются.

Список характеристик может быть примерно таким: Внимание, Забота, Любовь, Уважение, Ответственность, Аккуратность, Доброта, Ласка, Мудрость, Понимание, Терпение, Образованность, Обеспеченность

Обсуждение:

- Теперь посмотрите и сравните. Есть ли у нас совпадения?
- Какой команде было легче работать? Почему?

ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого дети не перестают любить родителей, а родители детей. Так же как и идеальных семей. Каждая семья счастлива по-своему!

4. Упражнение «Солнечная семья»

Нарисуйте вместе солнышко, лучиками которого станут ладошки семи членов вашей семьи – «семьЯ».

В этих ладошках напишите:

Наши любимые совместные игры и развлечения...

Наш любимый семейный цвет...

Наше любимое животное...

Наши любимые звуки...

Наши любимые запахи…

Наши любимые блюда…

Наши любимые напитки…

Наша любимая музыка или песня...

Наш любимый фильм…

Наш любимый отдых…

Наша любимая профессия…

Наше любимое качество…

Наш любимый город…

Лучше всего вместе у нас получается…

Поместите полученное «корпоративное» солнышко на видное место.

5. Игра «Щепки на реке»

А сейчас я предлагаю всем испытать на себе, тактильную поддержку. Станьте лицом друг к другу на расстоянии вытянутой руки. Вы – берега. А один доброволец – щепка, плывущая по ней. Мы будем помогать щепке в плаванье по реке, поддерживая ее. Вы можете погладить, ласково прикоснуться, если чувствуете, что готовы поддержать этого человека. Как только щепка преодолеет реку, то она становится одним из берегов. А последний игрок с того берега, куда стала щепка, становится новой щепкой. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не выступит в роли щепки.

Щепка может выбрать, как ей перемещаться между берегами – с открытыми или с закрытыми глазами.

Обсуждение:

- Какие чувства, эмоции возникли у вас при выполнении этого упражнения?

6. Упражнение «Фотография семьи»

Сейчас каждая команда сделает свое семейное фото. Для этого от каждой команды нам нужно по одному фотографу (ведущий называет имя и дает фотоаппарат). Остальные, выбирают роль какого-либо члена семьи. Итак, все готовы? Фотограф может приступить к выполнению обязанностей.

Задание выполняют 2 семьи сразу.

Семейное фото готово. (Фото выводится на экран)

Обсуждение:

- кого мы видим на фото,
- почему ты занял это место?
- кто распределял роли,- кто выполнял какую роль,
- почему взял эту роль.

Можно ли по фотографии определить, какие взаимоотношения в семье? Почему вы так считаете? А какими должны быть взаимоотношения в семье?

Вдруг роль животного, для многих животные становятся членами семьи. Нехватка душевного тепла

7. Упражнение “Кукла”

Цель: помочь родителям осознать те ненужные запреты, которые они навязывают ребенку.

Материалы: кукла, ленточки темного цвета.

Описание: Посмотрите, у меня на коленях сидит кукла. Так же есть множество ленточек. Мы с вами сейчас попробуем проследить, как часто мы говорим ребенку: “Нельзя!”. И представьте на месте этой куклы своего ребенка.

Родители по очереди начинают говорить: нельзя бегать, нельзя кричать, нельзя прыгать, не маши руками, не показывай пальцем и т.д. В это время психолог перевязывает ленточками кукле ноги, руки и т.д.

Обсуждение: посмотрите, что случилось с нашей куклой. Она перевязана с ног до головы. Так мы “связываем” наших детей, требуя от них выполнения наших инструкций. Какие эмоции и чувства у вас возникают по этому поводу?

8. Упражнение “Ассоциации”

Цель: принятие индивидуальности ребенка.

Материалы: листочки с незаконченными фразами.

Содержание: все, что от вас требуется, это – постараться записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли в голову.

- Если вы и ваш ребенок цветы, то какие …
- Если вы и ваш ребенок животные, то какие …
- Если вы и ваш ребенок цвета, то какие …
- Если вы и ваш ребенок настроение, то какое …
- Если вы и ваш ребенок музыка, то какая …
- Если вы и ваш ребенок погода, то какая …
- Если вы и ваш ребенок запах, то какой …
- Если вы и ваш ребенок одежда, то какая …
- Если вы и ваш ребенок мебель, то какая …
- Если вы и ваш ребенок люди, то какие …

Обсуждение: легко или трудно было придумать ассоциацию?

9. Упражнение “Радость общения с ребенком”

Цель: создание позитивной установки на общение с ребенком.

Материалы: мягкая игрушка.

Содержание: каждому участнику предлагается высказаться по кругу, передавая игрушку, и продолжить фразу: “Мне нравится общаться с моим ребенком, потому что...”.

Обсуждение: трудно ли было продолжить фразу и произнести ее вслух?

10.Упражнение «Сделай комплимент»

Задача упражнения – сделать комплимент сидящему рядом участнику, как если бы это был ребенок. При этом нельзя повторять слова. Вопрос для анализа: «Удалось ли вам сделать комплимент, обращаясь к ребенку, а не к взрослому?».

11.Упражнение «Угадайте, какую игрушку выбрал бы ваш ребенок»

Родителям предлагается выбрать из набора игрушек, куда входят куклы, настольно-печатные игры, мяч, скакалка, машина, музыкальная игрушка и т. д., ту, с которой больше всего любит играть их ребенок. Родители поясняют свой выбор.

12. Игра «Войди в круг»

Родители встают в круг, крепко держатся за руки и представляют, что они – дети.

Один остается за кругом – это взрослый. Его задача – убедить дошкольников впустить его в круг. Для этого нужно подобрать верный тон общения и нужные слова.

Вопросы для анализа:

Что вы испытывали, выполняя это задание?

Легко ли было войти в круг?

Упражнение «Угадай, чьи эти руки»

Один из участников выходит в центр круга и закрывает глаза, остальные по одному подходят к нему и кладут руки на его ладони. Задача участника – угадать, чьи эти руки.

Таким образом, формируются две группы: мягкие и строгие родители. Затем основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и совпали ли его тактильные ощущения с тем, что он потом увидел.

Упражнение дает участникам группы прекрасный повод для обратной связи: каждый из них может узнать, как он воспринимается в качестве родителя по первому впечатлению.

13. Упражнение «Мне кажется, в детстве ты был(а)…»

Участники бросают мяч друг другу со словами: «Мне кажется, в детстве ты был(а)…». В ответ каждый может согласиться или опровергнуть высказывание.

Второй вариант: «Я думаю, в детстве ты мечтал(а)…». Здесь участники тренинга могут сами о себе говорить, о чем они мечтали в детстве или какими были тогда. Это упражнение способствует погружению членов группы в детское эго-состояние.

14. Игра, «Какой он – мой ребенок»

Задача игры определить, каким видят своего ребенка родители. Для этого каждый из них обводит контур руки, на изображении каждого пальца пишет по букве имени ребенка. Затем родителям предлагается расшифровать буквы, назвать качества характера ребенка, начинающиеся на данную букву. В центре ладони можно изобразить символ, кем он является в семье.

Чаще всего даются положительные характеристики, что позволяет видеть в ребенке положительные качества, тем самым настраивать его на успех. Также игра наводит родителей на определенные выводы о сформированности личности ребенка.

15. Упражнение «Апельсины»

Упражнение помогает участникам познакомиться и быстрее запомнить имена друг друга. Участники тренинга сидят в общем кругу. Первый участник представляется и называет что-то, что он любит. Данное существительное должно начинаться с той же буквы, что и имя этого участника. Например, участник по имени Антон может сказать:

«Меня зовут Антон, и я люблю апельсины». Второй участник повторяет то, что сказал первый, и добавляет информацию о себе. Например: «Это Антон, который любит апельсины, а я Татьяна и я люблю танцы».

16. Упражнение «Орехи»

Каждому в группе дается грецкий орех. Нужно внимательно его осмотреть и запомнить. Затем орехи складываются в общую кучу и перемешиваются (для усложнения можно добавить еще орехов). Каждый

должен найти свой орех. Более сложный вариант - то же самое с закрытыми глазами. Затем у каждого по кругу спрашивается, как он определил свой орех. На обсуждении обычно говорится, что сначала все люди кажутся одинаковыми, а на самом деле очень сильно различаются, достаточно лишь проявить внимательность и наблюдательность. И очень часто за жесткой, некрасивой оболочкой скрывается что-то нежное и доброе и так далее.

17. «Географическая карта» чувств и эмоций

Заранее необходимо сделать карту, на большом листе посередине нарисовать океан.

Описание. «Это географическая карта, в центре океан любви, там могут быть разные течения (напр., течение добра, злости и т.д.), а вокруг географические объекты (острова, озера, реки, горы, долины, пустыни, леса, ледники, водопады, вулканы, мосты, города и т. д.). Вам надо разместить на этой карте каждому 10 объектов (5 семейных ценностей и 5 чувств и эмоций, которые вы наиболее часто испытываете в своей семье, в виде географических объектов). Вы можете их располагать в любом понравившемся вам месте, или рядом, или совместно с объектом других участников, предварительно договорившись с соседом. Свои географические объекты, вы можете нарисовать, склеить из бумаги. Необходимо заполнить все пустое пространство карты, так чтобы не было белых пятен. По ходу работы, надо между объектами проложить дороги, реки, мосты и т. д., чтобы они все были объединены. Когда работа будет закончена, каждый участник рассказывает о своих объектах.

Домашнее задание: написать миф о капитане. Кто он мужчина или женщина, сколько лет, какого происхождения, какое судно на котором он плавает, есть ли у него команда, из кого состоит, куда плывет, зачем, чего он хочет достичь (10-15 предложений). На следующем занятии, вы представите ваш миф на нашей каре. Откуда ваш корабль вышел в плавание и куда плывет, что он там хочет найти, что ожидает.

18. «Герб семьи»

Участники должны создать герб своей семьи. Герб надо красиво оформить. Ведущий рассказывает участникам о том, что с давних пор люди составляют гербы своей семьи из разных символов, которые отражают в лаконичной форме жизненную философию, главную ценность семьи. Участникам предлагается нарисовать свой герб, это не обязательно должно быть что-то конкретное, может быть сочетание цветов, геометрических фигур, цветовых пятен и др.

В гербе можно увидеть силу и мощь рода, дерзание и вдохновение его отдельных членов, исследовать традиции и преемственность поколений. Герб олицетворяет верность дому и роду, ведет по выверенному веками пути созидания и укрепления государственности, дарует паять о великих

свершениях, предостерегает от ошибок и опасностей. В гербе большая сила и держать должны его сильные руки.

Ведущий раздает участникам листы бумаги, которые играют роль щитов, цветные карандаши, мелки и фломастеры, цветную бумагу, клей, краски, кисти.

Пришло время нам придумать герб и разместить их на свой щит. Делим герб на три части. Первая — семейные традиции (записать пять основных семейных традиций для вас и вашей семьи), вторая — семейные ценности (записать пять основных семейных ценностей), третья — девиз семьи.

Затем представить ваши семейные ценности и традиции, которые вы написали в виде образов и изобразить на вашем гербе, при этом их можно нарисовать, склеить из бумаги, т. е. как вам будет наиболее удобно и комфортно.

Изображение герба и девиза заставляют сконцентрироваться на главном и общем, что ценят в жизни дети и родители, чем дорожат.

Мы держим в руках могучие средство защиты, источники силы и вдохновения – ваши гербы. В них – мудрость и прозорливость, личный опыт и опыт предыдущих поколений. В этих гербах отражены высота устремлений и жизненно важные ценности.

В нижней части герба предлагается написать свой жизненный девиз. Девиз должен быть кратким и отражать суть жизненных устремлений, позиций, идею или цель семьи.

Затем каждый презентует свой герб. Если на занятиях присутствуют семейные пары, то можно проследить, какие ценности и традиции в семье схожи, какие отличаются.

Вопросы для обсуждения: что нового узнали участники группы о себе и других, какие чувства они испытывают сейчас, чем бы хотели поделиться друг с другом.

При этом необходимо спросить участников об их чувствах во время рассказа о своём гербе (когда все участники выскажутся, группе предложить – если есть желание, что-то изменить в своём гербе).

1. каковы ваши впечатления от этого упражнения?
2. о чем побудило задуматься создание герба?

19. Упражнение «Подведение итогов»

Все участники делятся на 3 мини-группы, каждая мини-группа получает лист бумаги и свое задание. Первой группе нужно подготовить выступление, суммирующее основные пункты, рассмотренные на встрече (что узнали нового, о чём говорили, что запомнили самое основное). Второй группе – комплекс мер, которые могут быть применены в реальной жизни для того, чтобы максимально использовать полученную на встрече информацию (как можно использовать полученную информацию в повседневной жизни, на практике). Третьей – какие препятствия могут

возникнуть при применении полученной информации в реальной жизни и как эти препятствия преодолеть.

Группам дается 10-15 минут, чтобы набросать идеи и придумать, как презентовать их. После этого один представитель от каждой группы презентует всем соображения своей группы. Обсуждение: может ли группа добавить что-то к сказанному, с какими идеями участники согласны, а с какими – нет.

Список литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так./ Ю.Б. Гиппенрейтер - М.: АСТ, 2008.
2. Илюшина М.И. Инновационные игровые технологии в работе с замещающими семьями/ М.И. Илюшина, О.В. Артемова. - Калуга: РПА «Креатив», 2013.
3. Комплексное сопровождение замещающих семей: Сборник программ и метод. материалов для социально-психолого-педагогической работы с семьями Детской деревни- SOS/ Н.А. Киселева, С.П. Иванова, М.А. Манойлова, Р.Р. Калинина, Е.В. Ковалевская.- Псков: Логос Плюс, 2014.
4. Кругликова Г.Г., Линкер Г.Р. Теория и методика организации летнего отдыха детей и подростков: Учебное пособие. - Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2011.
5. Методическое пособие для замещающих родителей./ Под ред. Е.Е. Сорокиной. – Уфа.: Центр «Семья», 2010.
6. Мирошкина М.Р. Клубные технологии [Текст]: учебно-методическое пособие / М.Р. Мирошкина. - Уфа, 2006.
7. Мурашова Е.В. Понять ребенка: психологические проблемы ваших детей/ Е.В. Мурашова – Екатеринбург, У-Фактория, 2004.
8. Настольная книга приемного родителя.- СПб.: Общественная организация, 2007.
9. Ослон В.Н. Организационная модель психосоциального сопровождения замещающей семьи [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2015. Т. 7. № 2. URL: http://psyedu.ru/journal/2015/2/Oslon.phtml.
10. Педагогический портфель для родителей./Под ред. Колпаковой Н.В. – 2-е изд., перераб. и допол. - Барнаул: Изд-во КГОУ Семья плюс, 2012.
11. Петрановская Л.В. Как ты себя ведешь или 10 шагов по изменению трудного поведения./ Л.В. Петрановская – М.: Студио-Диалог, 2009.
12. Ребенок должен жить в семье.- М.: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, 2013.
13. Система социального психолого-педагогического сопровождения семьи, находящейся в трудной жизненной ситуации (из опыта работы ЧОЦСЗ «Семья»/ Методическое пособие.- Челябинк, 2015
14. Становление новой семьи. Пособие для приемных родителей. Челябинск, 2007.
15. Технологии работы с замещающими семьями/ З.У. Колокольникова, Н.В. Басалаева, С.В. Митросенко. – Красноярск.: Сиб. федер. ун-т, 2013.
16. Фарбер А. Как говорить, чтобы дети слушали и как слушать, чтобы дети говорили./ А. Фарбер, Э. Мазлиш.- М.: Эксмо, 2010.