



Департамент образования Ярославской области



Гармония

Муниципальное учреждение  
Центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи



# ТОЧКИ ОПОРЫ

Сборник информационно-  
методических материалов  
для специалистов в работе с  
замещающими семьями

*Сборник в двух частях*

*Часть первая*



**ФОНД  
ПОДДЕРЖКИ  
ДЕТЕЙ** находящихся  
в трудной  
жизненной  
ситуации

Ярославль, 2016г.

**Авторы-составители:**

**Удачина Марина Анатольевна**, директор МУ Центр «Гармония» г. Углич.

**Замяткина Ирина Михайловна**, социальный педагог, заведующая Службой сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц «ОПОРА» г. Углич.

**Автономова Ольга Владимировна**, педагог-психолог МУ Центр «Гармония» г. Углич, методист.

В сборнике использованы материалы специалистов Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц «ОПОРА» г. Углич, МУ Центр «Гармония»: Куландиной Ларисы Валерьевны, Замяткиной Ирины Михайловны, Шушаевой Елены Анатольевны, Панкова Виктора Викторовича, Сакулиной Марины Федоровны; Брядовой Елены Николаевны; Лабазовой Ольги Владимировны.

Сборник в двух частях издан в рамках участия в проекте Регионального Ресурсного Центра содействия семейному устройству.

Сборник посвящен широкому кругу вопросов помощи и поддержки семьям опекунов (попечителей), содействия семейному устройству детей, оставшихся без попечения родителей, профилактики родительского «выгорания» и возвратов ребенка в учреждение, а также социализации и интеграции приемного ребенка и его семьи в общество.

Собранный материал может быть интересен специалистам по семейному устройству, психологам и педагогам, работающим с приемными детьми и детьми в учреждениях, сотрудникам некоммерческих организаций, осуществляющим помощь детям и семье, специалистам детских учреждений и служб сопровождения, приемным родителям и широкому кругу людей, интересующихся проблемами социального сиротства и путями их решения.

**МУ Центр психолого – педагогической, медицинской и социальной помощи «Гармония»**

Адрес: **152613, Ярославская область,  
г. Углич, ул. З.Золотовой, д.42**  
т./факс: **(48532) 5-05-11, 5-31-29**  
e-mail: **garmoniy.uglich@mail.ru**  
сайт: **garmoniya.edu-uglich.**

## Содержание

1. О Службе
2. «Точки опоры» специалиста службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц
3. Программа сопровождения семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц
4. «Семейная гармония»
5. Занятие с анализом проблемных ситуаций «В класс пришел приемный ребенок».
6. Сценарий мероприятия для опекаемых дошкольного и младшего школьного возраста «Апчихи и Будьздоров в гостях у Айболита»
7. Сценарий круглого стола для семей опекунов (попечителей)
8. «Семья опекунов (попечителей) и закон»
9. Родительские гостиные с обсуждением проблемных ситуаций
10. Психолого-педагогические рекомендации для родителей детей от 0 до 18 лет «Копилка родительского мастерства»
11. Авторский цикл родительских встреч для родителей учащихся 9-11 классов
12. Программа коррекции психоэмоционального состояния младших школьников с применением телесно-ориентированных техник и метода биологической обратной связи «Золотой лучик»
13. Родительское собрание с элементами тренинга
14. « О чем тревожится ребёнок или как помочь тревожному ребёнку»
15. Программа психологической профилактики деструктивного суицидального поведения у детей и подростков «Крылья»

## **О Службе**

Служба сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц организована на базе МОУ ПМСС—Центр «Гармония» в 2010 г. и является его структурным подразделением, осуществляя свою деятельность на территории Угличского муниципального района.

Служба создана на основании Постановления Администрации Угличского муниципального района Ярославской области «О создании Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц» от 27.10.2009 г. № 1280.

**Целью Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних является:**

- содействие семейному устройству детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
- осуществление комплекса мер, направленных на оказание педагогической, психологической и медицинской помощи и поддержки опекунам (попечителям) детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также самим подопечным.

В кадровый состав Службы входят социальный педагог, педагоги – психологи. По запросам педагогов образовательных учреждений, отмечающих большое количество логопедических проблем у приемных детей, в штат работников Службы была введена ставка учителя-логопеда. В ответ на многочисленные обращения родителей в связи с затруднениями в решении юридических вопросов на работу в Службу сопровождения приглашен опытный юрист. Координирует работу специалистов заведующая Службой, общее руководство Службой осуществляет директор Центра «Гармония».

**Служба осуществляет следующие функции:**

- организация и проведение подготовки лиц, желающих принять на воспитание в семью ребенка, оставшегося без попечения родителей, по программе «Родительские университеты» на основании указа Губернатора Ярославской области от 30.07.2012 № 361 (в редакции указа Губернатора области от 13.12.2012 г. № 639) и в соответствии с Порядком организации и осуществления деятельности по подготовке лиц, желающих принять на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 марта 2015 г. № 235;
- организация и проведение психолого-педагогической диагностики лиц, желающих принять на воспитание в семью ребенка, оставшегося без попечения родителей;
- психолого-педагогическая подготовка воспитанников Детского дома к жизни в семье опекунов (попечителей);
- оказание психолого-педагогической, юридической помощи лицам, желающим восстановить в родительских правах;

- осуществление психолого-педагогической, юридической помощи замещающим семьям (консультирование, индивидуальные и подгрупповые занятия с членами семей);
- проведение мониторинга комфортности пребывания ребенка в замещающей семье;
- проведение психолого-педагогической диагностики членов замещающих семей различного профиля по запросу;
- взаимодействие с учебными учреждениями по вопросам обучения, воспитания и развития детей, находящихся под опекой (попечением);
- оказание консультативной помощи специалистам органов опеки и попечительства в целях предупреждения возникновения проблем развития ребенка, повышения эффективности замещающей заботы;
- формирование позитивного общественного отношения к передаче детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в семьи под опеку (попечительство);
- развитие форм взаимодействия и общения семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц, содействие формированию сообщества опекунов (попечителей);
- анализ результатов деятельности Службы, обобщение опыта и определение приоритетов дальнейшей работы по сопровождению семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц.

В 2012 г. Центр «Гармония» успешно прошел отбор среди организаций для осуществления отдельных полномочий органа опеки и попечительства, а именно: подбора и подготовки граждан, выразивших желание стать опекунами или попечителями. В соответствии с Постановлением Администрации Угличского МР от 10.07.2012 г. № 824 Служба сопровождения является уполномоченной организацией, осуществляющей подбор и подготовку кандидатов в опекуны (попечители), усыновители (удочерители), работая в тесном взаимодействии с отделом по опеке и попечительству Управления образования Угличского, Мышкинского, Некоузского, Большесельского муниципальных районов Ярославской области, с органами государственной власти и органами местного самоуправления, учреждениями социальной защиты, здравоохранения и образования, правоохранительными органами.

В 2008 – 2010 гг. специалистами Центра был организован мониторинг благополучия всех замещающих семей Угличского муниципального района, который выявил необходимость комплексной подготовки всех членов потенциальной замещающей семьи, а также содействия опекунам (попечителям) в процессе формирования и становления их новой семьи. Такое содействие может быть оказано в процессе реализации специально разработанной программы комплексного сопровождения семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц.

Такая программа, названная «Мы рядом», была разработана специалистами Службы сопровождения Замяткиной Ириной Михайловной (социальный педагог) и Куландиной Ларисой Валерьевной (педагог-психолог). В 2010 году данная программа успешно прошла апробацию и

стала дипломантом III степени Выставки-конкурса научно-методических материалов «Психологические ресурсы образования» в рамках межрегиональной научно-практической конференции «Психология в образовании: от потенциала к ресурсу развития», организованной Департаментом образования Ярославской области, Центром профессиональной ориентации и психологической поддержки «Ресурс», Институтом развития образования, ЯрГУ им. П.Г. Демидова, ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, Российским Психологическим Обществом.

**Цель программы комплексного сопровождения семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц «Мы рядом»:** создание психолого-педагогических условий, предотвращающих семейное неблагополучие, помощь в преодолении трудностей в замещающей семье.

**Задачи программы:**

- осуществить психолого-педагогическую и социально-правовую подготовку семей, желающих принять ребенка, оставшегося без попечения родителей;
- содействовать компенсации депривационных нарушений и актуализации личностных ресурсов воспитанников детского дома для их развития и эффективного функционирования в качестве члена семьи;
- оказать педагогическую, психологическую, социальную, правовую помощь и поддержку семьям опекунов (попечителей) несовершеннолетних.

**Целевая категория программы:**

- потенциальные опекуны (попечители);
- опекуны (попечители) несовершеннолетних лиц;
- дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей (проживающие в детских домах, приемных семьях, опекаемые);
- семьи опекунов (попечителей): супруги, кровные дети, родственники, проживающие на одной территории с семьей
- опекаемые (подопечные)

**Программа разработана на основе следующих документов:**

- Федерального закона от 24.04.2008 г. № 48-ФЗ «Об опеке и попечительстве».
- Положения о приемной семье (Постановление Правительства РФ от 17.06.1996 № 829)
- Постановления Администрации Ярославской области от 24.05.2006 №99-а «О развитии в области форм семейного устройства детей, оставшихся без попечения родителей».

**Принципы работы по программе:**

- Принцип постепенности в постановке воспитательных целей и поэтапности в решении конкретных задач в воспитании опекаемых (подопечных) детей.

- Принцип оптимистичности (уверенность в улучшении имеющихся результатов, опора на положительное в личности и жизненном опыте ребёнка).
- Принцип конструктивности (умение находить в любой ситуации воспитательные потенциалы, принимать взаимоприемлемые решения, использовать сложившиеся обстоятельства в интересах обогащения социального опыта ребёнка).
- Принцип субъективности, как замещающих родителей, так и опекаемого (подопечного) (каждый из них является субъектом и может иметь свое субъективное мнение).
- Принцип эмпатичности (умение взрослых становиться на позицию ребёнка, учитывать его переживания, точку зрения, сочувствовать и сострадать).
- Принцип рефлексивности (умение взглянуть на сложившуюся ситуацию со стороны, глазами окружающих - оценить предпринятые шаги, чтобы своевременно внести коррективы в сопроводительную и воспитательную деятельность).

**Новизна** данной программы заключается в ее комплексном характере (программа объединяет в себе практически все направления работы по сопровождению семей опекунов (попечителей)) и ее вариативности: специалистами могут быть использованы как вся программа в комплексе, так и отдельные блоки программы.

Программа также отличается прогностичностью, гибкостью и интегрирующей, консолидирующей направленностью.

**Прогностичность программы** (ориентация ее на «завтрашний день») заключается в нацеленности ее на социальный заказ, который предполагает не увеличение количества приемных семей, а тщательный подбор семей, способных к эффективному замещению, чему способствует просветительская и профилактическая работа среди населения, помогающая семьям осознавать свои ресурсы, и решать, способна ли семья выполнять функции профессиональных воспитателей.

Практика сопровождения семей показала необходимость придания программе гибкости. В случае низкой посещаемости заявленных семинаров и тренингов программа может быть подвержена перестройке: от недифференцированного подхода (обязательное посещение мероприятий всеми опекунами) до индивидуального разделения (по схожести проблем, по возрасту детей, по семейному стажу).

**Интегрирующая, консолидирующая направленность** программы (по отношению к приемным родителям) может быть обеспечена вовлеченностью членов приемных семей в разработку программы и принятием ими на себя части ответственности за выполнение программы.

#### **Ресурсное обеспечение программы:**

*Методическое обеспечение программы и организационные формы работы:*

Реализация программы предполагает индивидуальные (диагностика, работа в Рабочей тетради) и групповые формы работы (родительская

гостиная, мастер-класс и т.д.), работу под руководством ведущего или самостоятельную работу (выполнение практических заданий в Рабочей тетради, выполнение домашних заданий). Для достижения поставленных целей и задач используются следующие методы работы по программе: арт-терапия; сказкотерапия; игротерапия; песочная терапия; деловые игры; ролевые игры; консилиум. Как отдельную группу следует представить методы диагностики. К программе прилагается список литературы для ведущего, позволяющий педагогу всесторонне, дифференцированно, вариативно подходить к построению занятий. Ряд используемых упражнений и процедур, предусмотренных программой и приведенных в соответствующих литературных источниках, допускает внесение определенных корректировок с учетом целей соответствующего занятия и особенностей группы, в которой реализуется данная программа.

*Кадровое обеспечение:* специалисты Центра «Гармония»: педагог-психолог, социальный педагог, учитель-логопед, юрист;

*Материально-техническое обеспечение:* используется материально-техническая база Центра «Гармония».

#### **Программа включает следующие блоки:**

1. Психологическая и социально-правовая подготовка кандидатов в опекуны (попечители) несовершеннолетних лиц.
2. Подготовка воспитанников детского дома к переходу в новую семью.
3. Комплексное сопровождение семей опекунов (попечителей):

Блоки включают в себя описание целей, задач, результатов работы, план реализации деятельности в рамках блока.

**Контроль результативности работы** по программе осуществляется на основе диагностического инструментария (включен в каждый блок программы).

#### **Возможные риски при реализации программы:**

- Неопределенная мотивация опекунов (попечителей).
- Незаинтересованность других членов семьи опекунов (попечителей) (формальное согласие).
- Неготовность семей опекунов (попечителей) к сотрудничеству.
- Неспособность опекунов (попечителей) принять прошлое ребенка.
- Пассивное участие семей опекунов (попечителей) в системе сопровождения.

#### **Условия успешности реализации программы:**

- Согласие опекунов на помощь и поддержку, ее конфиденциальность.
- Установление тесных, дружеских доверительных, надёжных отношений между специалистами службы и опекунами (попечителями).



- Интеграция действий специалистов, обеспечивающих процесс сопровождения.
- Активность опекунов (попечителей) и подопечных.
- Индивидуально-дифференцированный подход к семье.
- Опора на ресурсы семьи.

#### **Ожидаемые результаты:**

- эффективное функционирование замещающей семьи как единой системы.

С 2010 г. и по настоящее время специалистами Службы осуществляется комплексное сопровождение семей опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц в соответствии с программой «Мы рядом», которая постоянно дорабатывается и расширяется.

За время работы Службы психологическую и социально-правовую подготовку к приему ребенка, оставшегося без попечения родителей, прошли члены 200 семей Угличского муниципального района. С 2010 по 2015 гг. услугами Службы воспользовались 651 уже состоявшаяся семья опекунов (попечителей).

Для семей проводятся индивидуальные консультации по вопросам воспитания, обучения, развития детей, юридическим вопросам; тренинговые занятия, направленные на коррекцию детско-родительских отношений «Шаги навстречу»; родительские гостиные с обсуждением проблемных ситуации различной тематики; семинары-практикумы; мастер-классы различных специалистов.

С детьми, находящимися под опекой (попечительством), педагогами-психологами, социальным педагогом, учителем-логопедом осуществляется коррекционно-развивающая работа: тренинги для подростков по профилактике асоциального поведения, индивидуальные и подгрупповые занятия по коррекции нарушений поведенческой, эмоционально-волевой, интеллектуальной, занятия по коррекции звукопроизношения и развитию речи, групповые занятия по подготовке к школе и др.

При подготовке мероприятий, проводимых в рамках программы, разрабатывается обширный методический материал: брошюры на различную тематику памятки, буклеты, информационные листы.

Налажено взаимодействие Центра с коллективами образовательных учреждений, где обучаются и воспитываются опекаемые (подопечные). Специалистами Службы на базе школ, Центра «Гармония» проводятся консилиумы с классными руководителями ОУ и воспитателями ДООУ с целью обсуждения ситуации развития каждого ребенка, выявления существующих проблем. По итогам консилиумов составляются и реализуются совместные планы работы Службы и образовательных учреждений по решению заявленных проблем, включающие индивидуальные коррекционно – развивающие занятия, консультации, тренинги и др.

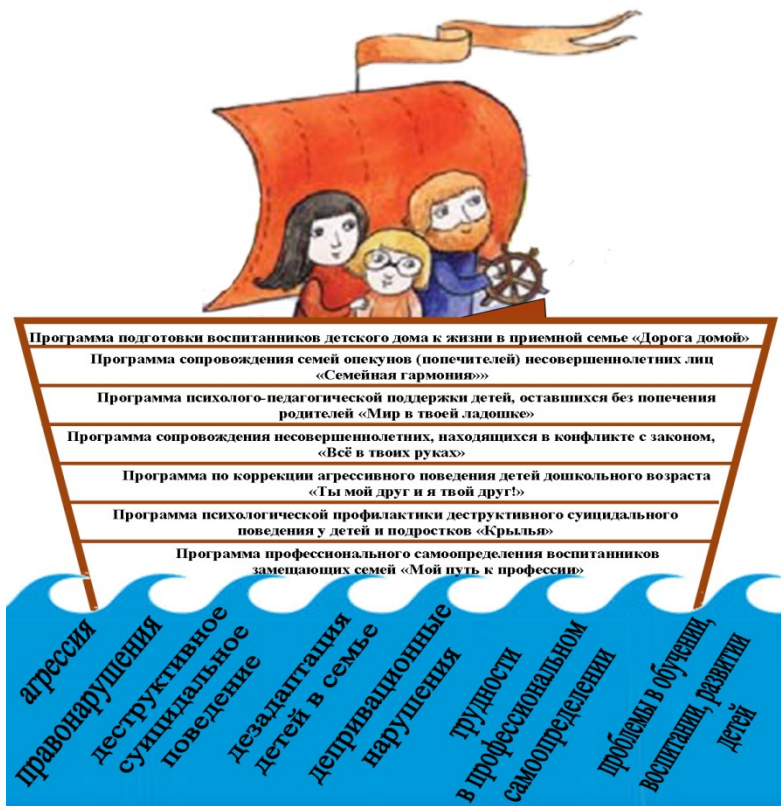
#### **«Точки опоры» специалистов Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц**

«Дайте мне точку опоры, и я поверну Землю!» - эти слова Архимеда в контексте темы сопровождения замещающих семей приобретают очень важное значение...

Любому человеку, независимо, большому или маленькому, очень важно чувствовать в жизни точку опоры.

Безусловно, любящие, принимающие взрослые - точка опоры для ребенка. А если случается так, что по каким-то причинам ребенок не может опереться на свою кровную семью, то при желании и правильном подходе к взаимодействию с ним этой опорой могут стать замещающие родители. Эта идея близка специалистам Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича, поэтому данное пособие названо нами «Точки опоры».

В процессе работы с семьями опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц, анализа их проблемных полей, нами были выделены своеобразные зоны риска, в которых данная категория семей может оказаться. В данном пособии представлен опыт работы Службы с этими зонами.



**Программа сопровождения семей опекунов (попечителей)  
несовершеннолетних лиц  
«Семейная гармония»  
(фрагмент)**

**Разработчики программы:** Куландина Л.В., педагог-психолог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц  
Замяткина И.М., социальный педагог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц.

**Целевая аудитория:** семьи опекунов (попечителей): приемные дети, супруги, кровные дети, родственники, проживающие на одной территории с семьей.

**Цель:** оказание социально-педагогической, психологической и правовой помощи и поддержки опекунам (попечителям) несовершеннолетних, а также самим подопечным.

**Задачи:**

- провести мониторинг благополучия подопечных;
- повысить уровень правовой и психолого-педагогической грамотности опекунов (попечителей);
- сформировать навыки конструктивного взаимодействия между членами опекунской (попечительской) семьи;
- обеспечить психолого-педагогическую помощь детям, находящимся под опекой (попечительством);
- содействовать профессиональному становлению детей, находящихся под опекой;
- обеспечить юридическую и психолого-педагогическую поддержку опекунам (попечителям).

**Формы работы:**

- Беседа.
- Тренинг.
- Семинар.
- Родительские гостиные с обсуждением проблемных ситуаций.
- Мастер – класс.
- Круглый стол.

**Ожидаемые результаты:**

- готовность и способность семей опекунов (попечителей) самостоятельно разрешать возникающие на каждом этапе развития семьи трудности;
- информационное сопровождение процесса функционирования приемных семей;

- навыки конструктивного взаимодействия между членами опекунской (попечительской) семьи;
- устранение или компенсация выявленных отклонений в развитии детей, находящихся под опекой (попечительством);
- обоснованное профессиональное самоопределение детей, находящихся под опекой (попечительством).

### План реализации

№п/п	Основные направления деятельности	Виды работ	Мероприятия	Ожидаемые результаты	Специалист(ы)	Сроки реализации
1.	Сопровождение учебного процесса опекаемых (подопечных)	<p>Психодиагностика (выявление проблем в учебной деятельности младших школьников и подростков)</p> <p>Психопрофилактика (предупреждение дезадаптации будущих первоклассников)</p> <p>Психопросвещение (занятия, направленные на формирование у замещающих родителей психолого-педагогической компетентности в вопросах оказания помощи в учебной деятельности)</p> <p>Психопросвещение (информирование замещающих родителей с целью использования рекомендаций в интересах эффективного решения задач, связанных с оказанием детям помощи в</p>	<p>Психолого-педагогическое изучение обучающихся на протяжении периода обучения</p> <p>Занятия по подготовке к обучению в школе «Я иду в школу»</p> <p>Обучающие игры с песком.</p>	<p>Выявление причин и механизмов нарушений в обучении.</p> <p>Формирование эмоционально-волевой, мотивационной, интеллектуальной готовности к обучению в школе.</p> <p>Развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, фонематического слуха.</p>	<p>Педагог-психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Педагог-психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Педагог-психолог</p> <p>Учитель-логопед</p>	<p>Сентябрь – ноябрь</p> <p>В течение года (1 раз в неделю)</p> <p>1 раз в год</p>

		учебном процессе).	Родительская гостиная с обсуждением проблемных ситуаций «Ребенок и обучение». Семинар-практикум «Особенности развития детей с ОВЗ».	Формирование у замещающих родителей психолого-педагогической компетентности в вопросах оказания помощи в учебной деятельности	Педагог – психолог Социальный педагог	1 раз в год
			Выпуск и распространение среди опекунов (попечителей) буклетов, брошюр с методическими и психологическими рекомендациями по вопросам оказания помощи в учебной деятельности.	Повышение психолого-педагогической компетентности опекунов (попечителей) в вопросах обучения детей.	Педагог-психолог Социальный педагог	В течение года
2.	Сопровождение развития личности опекаемых (подопечных), их социализации.	Психоконсультирование опекунов (попечителей) по оказанию помощи в выстраивании конструктивных взаимоотношений с детьми.  Просвещение (рассмотрение основных законодательных	Индивидуальные и семейные консультации  Круглый стол для опекунов	Помощь в осознании своих мыслей, чувств, мотивов, поведения, раскрытии сильных сторон (ресурсов).  Повышение компетентности	Педагог – психолог.  Юрист	В течение года  1 раз в год

	<p>аспектов функционирования замещающей семьи).</p> <p>Психодиагностика (выявление нарушений в развитии и социальной адаптации детей и подростков)</p> <p>Психокоррекция и развитие (гармонизация личности и межличностных отношений детей и подростков)</p> <p>Психопрофилактика (выявление и предупреждение проблемных ситуаций в системе «ребенок – родитель»)</p>	<p>(попечителей) « Семья опекунов (попечителей) и закон»</p> <p>Психолого-педагогическое изучение детей-воспитанников приемных семей</p> <p>Занятия с элементами тренинга по формированию позитивных жизненных целей (10 часов)</p> <p>Балинтовская группа как особая форма работы с приемными родителями</p>	<p>опекунов в области социально-правовых вопросов функционирования замещающей семьи.</p> <p>Выявление причин и механизмов нарушений в развитии и социальной адаптации.</p> <p>Формирование способностей к самопознанию, саморазвитию, для развития мотивации к достижению позитивных жизненных целей.</p> <p>Осознание стереотипов своего профессионального мышления, отреагирования своих реальных эмоций и чувств, связанных с проблемными ситуациями.</p>	<p>Педагог-психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Педагог - психолог</p>	<p>Сентябрь – ноябрь</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года (1 раз в месяц)</p>
--	---	---	--	---	--

3.	Участие в деятельности по сохранению и укреплению здоровья опекаемых (подопечных)	<p>Психокоррекция и развитие (устранение или компенсация отклонений в психическом и личностном развитии младших школьников и подростков)</p> <p>Просвещение (формирование компетентности детей в вопросах здорового образа жизни, желания использовать эти знания в интересах собственного здоровья)</p>	<p>Индивидуальные занятия по коррекции психоэмоционального состояния ребенка с применением метода биологической обратной связи (БОС)</p> <p>Занятие для семей опекунов детей дошкольного и младшего школьного возраста «Апчхи и Будьздоров на приеме у Айболита»</p>	<p>Гармонизация эмоционального состояния личности</p> <p>Повышение компетентности детей в вопросах здорового образа жизни, желания использовать эти знания в интересах собственного здоровья.</p>	<p>Педагог-психолог</p> <p>Волонтерский отряд «Актив» Социальный педагог</p>	<p>В течение года (1 раз в неделю)</p> <p>1 раз в год</p>
4.	Психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными	Психопросвещение (информирование педагогов ОУ и опекунов (попечителей) об особенностях приемного ребенка, оптимальных формах взаимодействия, обучение эффективным методам помощи)	Семинар-практикум для педагогов ОУ «В класс пришел приемный ребенок...»	Повышение информированности педагогов ОУ об особенностях приемного ребенка, оптимальных формах взаимодействия,	Педагог – психолог  Социальный педагог	1 раз в год



	возможности здоровья	<p>Коррекция и развитие (устранение или компенсация выявленных отклонений в звукопроизношении и речевом развитии)</p> <p>Профилактика (предупреждение явлений нарушений развития речи детей)</p>	<p>Семинар-практикум для опекунов «Особенности развития детей с ОВЗ»</p> <p>Индивидуальные занятия с подопечными дошкольного и младшего школьного возраста</p> <p>Мастер-класс для опекунов и опекаемых детей дошкольного и младшего школьного возраста «Веселый язычок»</p>	<p>обучение их эффективным методам помощи.</p> <p>Повышение информированности опекунов (попечителей) об особенностях развития детей с ЗПР, обучение их эффективным методам помощи.</p> <p>Речевое развитие, соответствующее возрастной норме.</p> <p>Навыки развития речи детей с помощью логопедических упражнений</p>	<p>Педагог – психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Учитель-логопед</p> <p>Учитель-логопед</p>	<p>1 раз в год</p> <p>В течение года (2 раза в неделю)</p> <p>1 раз в год</p>
5.	Психолого-педагогическое	Психодиагностика (выявление индивидуальных интересов, склонностей,	Изучение индивидуальных интересов,	Заключение об индивидуальных интересах, склонностях,	Педагог – психолог	Октябрь-ноябрь

<p>сопровождение профессионального самоопределения</p>	<p>возможностей учащихся 7-9-х классов в процессе профессионального самоопределения)</p> <p>Просвещение (информирование детей о мире профессий)</p> <p>Психокоррекция и развитие (активизация социальной позиции, выработка навыков принятия решения)</p> <p>Психопрофилактика (разработка конкретных рекомендаций в отношении профессионального самоопределения детей)</p>	<p>склонностей, возможностей детей (2 часа)</p> <p>Тренинговое занятие «Мир профессий» (1 час)</p> <p>Тренинговое занятие с использованием профориентационных игр «Я в мире профессий» (1 час)</p> <p>Родительское собрание для опекунов с элементами деловой игры «Ребенок выбирает профессию»</p>	<p>возможностях детей в процессе профессионального самоопределения</p> <p>Освоение понятий, относящихся к планированию профессиональной деятельности, способность детей к анализу рынка труда и профессий.</p> <p>Навыки принятия решения, создание «образа себя» как будущего профессионала.</p> <p>Рекомендации в отношении профессионального самоопределения детей</p>	<p>Педагог – психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Педагог – психолог</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Педагог – психолог</p> <p>Социальный педагог</p>	
--	---	---	---	---	--

## **Занятие с анализом проблемных ситуаций «В класс пришел приемный ребенок».**

**Автор-составитель:** Замяткина Ирина Михайловна, социальный педагог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича.

**Целевая аудитория:** социальные педагоги, общественные инспектора по ОПД, классные руководители, учителя-предметники.

### **Цель занятия:**

*Для ведущего:*

- предупреждение явлений дезадаптации учащихся – воспитанников замещающих семей в ОУ.

*Для участников:*

- знакомство с некоторыми особенностями психологического развития ребенка, оставшегося без родительского попечения (эмоциональной депривацией, госпитализмом, отношением привязанности);
- выработка рекомендаций по выстраиванию оптимального взаимодействия с ребенком.

### **Формы работы:**

- мини – лекция;
- работа в малых группах по анализу проблемных ситуаций.

### **Ход занятия**

**1. Введение.** Группа педагогов приходит в заранее подготовленное помещение, в котором по кругу расставлено необходимое число стульев по числу участников.

**2. Представление.** Психолог представляется и предлагает всем участникам назвать себя. Заранее заготавливаются небольшие листки бумаги, на которых участники пишут свои имена, и булавки, чтобы прикрепить их к одежде.

**3. Рассказ о целях и режиме работы.** Психолог излагает цели работы группы и рассказывает о режиме, в котором будет проходить занятие.

**4. Мини – лекция « Особенности психологического развития ребенка, оставшегося без родительского попечения»:**

- определение темы мини-лекции;
- информирование;
- обсуждение с участниками занятия ключевых вопросов темы;
- рефлексия (получение обратной связи от участников занятия).

*Методический комментарий:* Содержание мини-лекции об особенностях психологического развития ребенка, оставшегося без родительского попечения, см. в Приложении. В процессе мини-лекции демонстрируется компьютерная презентация.

### **5. Анализ проблемных ситуаций.**

Участники делятся на группы. Группам выдаются карточки с ситуациями. По каждой ситуации предлагается совместно ответить на

вопросы «Что происходит?» (анализ ситуации, ее причин) и «Что можно сделать?» (как можно позитивно разрешить ситуацию).

Психолог сообщает группам о том, что:

- добавления одного и того же участника допускаются;
- критика чужих высказываний не допускается;
- время высказываний ограничено (10-15 минут в зависимости от количества групп).

Во время обсуждения ситуаций психолог поддерживает членов группы, побуждает к участию менее активных.

*Методический комментарий: Проблемные ситуации и их анализ см. в Приложении.*

**6. Рекомендации по взаимодействию с детьми.**

**7. Подведение итогов занятия.**

### ***Мини-лекция «Особенности психологического развития ребенка, оставшегося без родительского попечения»***

Почему приемный ребенок такой? Это первый вопрос, который у вас наверняка возникает.

Для того, чтобы понять ребенка-сироту, нужно помнить про особенности, присущие ему как носителю **депривационного синдрома, обусловленного лишением материнской любви и заботы.**

**Депривация** – психическое состояние, возникающее в результате таких жизненных ситуаций, где субъекту не предоставляется возможности для удовлетворения некоторых основных (жизненных) психических потребностей в достаточной мере и в течение достаточно длительного времени.

Наиболее тяжелыми и труднокомпенсируемыми последствиями материнской депривации являются:

- отсутствие базового доверия к миру;
- нарушение отношений привязанности;
- феномен «госпитализма».

**Отсутствие базового доверия к миру** проявляется в подозрительности, недоверчивости, агрессивности ребенка, с одной стороны, и формировании невротического механизма слияния, с другой.

Слияние блокирует, а иногда и делает вовсе невозможным развитие автономности, инициативности, ответственности ребенка за свое поведение. Слияние возможно с конкретным человеком (воспитатель, родитель, учитель и т.д.), а также с группой людей (хорошо известное детдомовское «мы»). В более поздних возрастах действие этого механизма может провоцировать формирование алкогольной, наркоманической, токсикоманической зависимостей.

Базовое недоверие к миру окрашивает отношение ребенка-сироты к любому взрослому негативными эмоциями, главными из которых является тревога и враждебность. Возникает порочный круг: с одной стороны, ребенок нуждается в общении с взрослым, а с другой стороны, блокирует и

прерывает значимые для него отношения. Следует отметить, что лики тревожности и враждебности могут быть различны: от навязчивости, «прилипая», желая любой ценой сфокусировать внимание взрослого на себе, до открытой агрессии и уходов от контакта (драки, побеги и т.п.)

Утрата базового доверия к миру делает принципиально невозможными развитие таких важнейших новообразований личности, как:

- автономия;
- инициативность;
- социальная компетентность;
- умелость в труде;
- половая идентичность и др.

Без этих новообразований ребенок не сможет стать собственно субъектом межличностных отношений и сформироваться в зрелую личность.

**Нарушение отношений привязанности.** Необходимым условием нормального психического развития ребенка является наличие устойчивых, эмоционально-теплых, продолжительных отношений с матерью (или человеком, постоянно ее замещающим), которые приносят обоим участникам общения удовольствие и радость. В результате такого взаимодействия у ребенка формируются способность в дальнейшем реализовывать т.н. поведение привязанности – поведение, направленное на достижение и сохранение близости с другим человеком, способность принимать и оказывать эмоциональную поддержку.

В широком смысле, **привязанность** - это тесная эмоциональная связь между двумя людьми, характеризующаяся взаимным вниманием, чуткостью и отзывчивостью и желанием поддерживать близкие отношения. В узком смысле, **привязанность** - первая связь младенца с взрослым, которая характеризуется сильной взаимозависимостью, интенсивными обоюдными чувствами и жизненно важными эмоциональными отношениями.

У детей, выросших без материнской заботы, наблюдается нарушение отношений привязанности (т.е. ребенок не умеет, не хочет, не может устанавливать доверительные, устойчивые близкие отношения с предпочтительным другим) У детей-сирот нарушение привязанности может развиваться по одному из четырех типов (по ДЖ. Боулби):

1. *Привязанность с отсутствием предпочтений.* У таких детей нет предпочтений в отношениях, они могут равнодушными, независимыми и самодостаточными («никого не любят», «никто не нужен»).

2. *Неразборчивая привязанность.* Такие дети не проявляют избирательности в отношениях, им свойственна эмоциональная прилипчивость ко всем, с кем имели отношения.

3. *Неуверенная привязанность.* Для этих детей характерно регрессивное поведение, не соответствующее их возрасту, они готовы привязаться к тем, кто в настоящее время обеспечивает им уход.

4. *Агрессивное расстройство привязанности.* Проявление агрессии по отношению к лицу, осуществляющему уход и опеку.

У всех детей с нарушением привязанности могут проявляться следующие особенности поведения в процессе взаимодействия со взрослыми:

- амбивалентность поведения (то льнут, то избегают и отталкивают без видимых причин);
- равнодушие к похвале (в глубине души ребенок не верит, что заслуживает поощрения, что его успехами интересуются другие);
- провокационное поведение (ребенок специально «нарывается» на наказание, демонстрируя плохое поведение).

Дж. Боулби ввел понятие *вторичной привязанности*, которая может формироваться на более поздних этапах развития ребенка, пережившего разлуку с биологической матерью, либо не получавшего должной эмоциональной поддержки от нее во время ее присутствия в его жизни. Вторичная привязанность – это привязанность, которая возникает по отношению к воспитателям, учителям, приемным родителям. Она формируется при условии, что т.н. «объекты вторичной привязанности» готовы, несмотря на агрессивное, амбивалентное, провокационное поведение ребенка, демонстрировать постоянную готовность откликаться на его потребности и оказывать эмоциональную поддержку.

У ребенка, оставшегося без матери, и воспитывающихся в различных учреждениях, проявляется комплекс симптомов, называемый **госпитализмом**. Дети, которые растут без родительской заботы, отличаются от семейных заметным отставанием в физическом и интеллектуальном развитии, не проявляют любознательности, не любят осваивать новые навыки, легко впадают в истерику, в панику, в отчаяние. Такие дети аутичны, у них слабо выражена потребность к общению. Или, напротив, проявляют т.н. эмоциональный голод: легко вступают в контакт с любым человеком, который приходит в учреждение. У детей наблюдается общая задержка развития, они часто отстают в речевом развитии, не умеют играть, пассивны. Они могут с интересом наблюдать за игровыми действиями взрослого, выполнять его указания, охотно принимать все предложения, но включиться в игру, быть ее равноправными и активными участниками не могут.

Дети, растущие в условиях учреждений интернатного типа, как правило, не осваивают навыки продуктивного общения. Их контакты поверхностны, нервозны и поспешны. С другой стороны, у ребенка проявляется огромное количество бесполезных и непродуктивных для развития двигательных форм, возникает много т.н. тупиковых движений: раскачивание, сосание пальцев, губы, воспроизведение одного и того же действия без видимого смысла.

Известный семейный психолог, специалист по семенному устройству детей Л. Петрановская считает, что все особенности детей, по тем или иным

причинам, оставшимся без родителей, все странности их поведения восходят к внутренней заложенной природой программе:

«Если рядом есть взрослый, который заботиться о тебе, смело расти и развивайся.

Если он недостаточно внимателен, привлеки его внимание любыми способами.

Если это не получается – замри, не расти, жди лучших времен.

Если не дождался – умирай».

Чтобы процесс превращения новорожденного, практически не способного выжить без посторонней помощи, в малыша, который бегаёт, ест кашу и болтает, был возможен, природой создана сложнейшая система «мать-дитя», где все взаимосвязано.

Известно: если ребенок сосет много и активно, то молока в груди матери становится больше. Точно так же с ребенком. Он растёт, развивается, учится новому, выздоравливает после болезней, только если **есть для кого**. Если кто-то ему рад, ждёт, помогает, если в ответ на каждое свое усилие, каждое достижение ребенок получает позитивную реакцию.

Но если мать оставляет ребенка, все иначе. Он зовет – ее нет. Его пеленают, моют разные люди. Каждый раз не те. Ему страшно.

Даже если о ребенке хорошо заботятся нянечки или другой персонал сиротского учреждения, это не снимает тревогу. Во-первых, потому, что для ребенка изучить поведение и реакции все время меняющихся людей – очень сложная задача. Во-вторых, даже добросовестная нянечка вынуждена заниматься группой детей, и не может, как мать, подходить по первому зову одного.

К счастью, дети обладают огромными способностями к адаптации и огромным желанием жить. Поэтому они стараются удержаться на первых двух пунктах своей внутренней программы: «Добивайся внимания взрослого. Не добившись – замри, жди. Не дождавшись – умирай». Именно этим объясняется большинство особенностей детей, в раннем возрасте оставшихся без родителей.

Например, многие детдомовские дети, даже давно вышедшие из младенческого возраста, страдают энурезом. В чем причина? С одной стороны, состояние повышенной тревоги (психологи называют ее базовой) в отсутствие матери расшатывает нервную систему, в том числе и ту ее часть, которая управляет мочеиспусканием. С другой – ребенку нужно внимание взрослых. Даже если рассердятся, прикрикнут или шлепнут, все равно это лучше, чем ничего.

Того же происхождения привычка детей из детского дома по любому поводу громко кричать, закатывать истерики. Все просто: нянечка подойдет к тому из десяти детей, кто кричит громче всех. Кто не сумел обзавестись «луженой глоткой» получает меньше внимания, значит, больше отстает в развитии и имеет меньше шансов выжить. Отсюда же – такая особенность поведения детдомовцев, как «прилипчивость», то есть неестественная

ласковость. Когда ребенок готов обнять, поцеловать любую незнакомую женщину, назвать ее «мамой».

Многим известны навязчивые действия, которые так пугают в детях, выросших в детском доме. Даже довольно взрослые дети – шести, восьми лет – сосут палец, и порой не один, а чуть ли не всю кисть засовывают в рот, часами раскачиваются из стороны в сторону, могут даже биться головой о спинку кровати. Все эти ритмические действия – замена материнскому укачиванию, тот способ, который изобретают дети, чтобы справиться с нестерпимой тревогой и успокоиться.

К счастью, последствия депривации все же преодолимы. После устройства в семью даже младенцы каким – то образом чувствуют, что «жизнь налаживается», и делают невероятный скачок в росте и развитии.

### *Проблемы ситуации для обсуждения и анализа*

#### **Ситуация 1.**

Сева 11 лет. Оксана и Андрей – это уже вторая приемная семья для мальчика (предыдущая приемная мать, не справившись с воспитанием ребенка, отдала его обратно в детский дом).

Первые три дня Сева улыбался, слушался и с восторгом вникал во все детали новой жизни. Потом началось: мальчик все время кричал, при малейшем замечании кидался вещами, хлопал дверью, кричал, что новые родители злые, издеваются над ним.

В школе Сева продержался три дня. Затем устроил истерику на уроке после того, как учительница попросила не мять тетрадь локтем. Еще через день Сева, не сумев решить пример. Грубо выругался на весь класс. Учительница сделала ему замечание, он выбежал из класса. Оксану вызвали в школу.

Потом Сева больше не скандалил в школе, но и не учился – смотрел тупо в тетрадь или в окно. На простейшие вопросы не отвечал, бурча под нос: «Я не знаю». Остальные дети, уже сложившийся коллектив четвертого класса, смотрели на новенького с недоумением и неприязнью. Подойти к нему, поговорить никто не решался.

#### **Ситуация 2.**

В Тимуре очевидно есть южная кровь – огромные карие глаза, вьющиеся темные волосы и взрывной темперамент. Мама ребенка сбежала прямо из роддома. Страдает энурезом, тиком, говорит плохо... В семь лет Тимур стал приемным сыном Натальи, которая давно мечтала о ребенке.

Полгода прошли как в сказке. Ребенок сделал огромный рывок в развитии. В 8 лет Наталья отдала ребенка в школу, не стала говорить, о том, что он приемный.

Тимур пришел домой в слезах уже на второй неделе учебы. Дети смеялись над его фамилией, обзывали. Учительница пообещала Наталье поговорить с детьми. После этого Тимур пришел домой злым на мать, сказал, чтобы больше не «стучала».



Больше мальчик не жаловался, но на него стала жаловаться учительница. Тимур демонстративно ходил по классу, грубил, дрался, друзей у него не было.

### **Ситуация 3.**

Настя. Ей было два года, когда ее мать попала в тюрьму. Росла в интернате для детей-сирот 7го вида. Очень симпатичная девочка. Но груба, речь обильно сдобрена ругательствами, ужасные манеры. Попала к приемным родителям Елене и Виктору в 9 лет. Пошла в обычный класс - коррекционного рядом-не было. Учеба давалась с большим трудом. К пятому классу ситуация стала совсем тяжелой. Настя достигла предела своих возможностей и явно перестала справляться с нагрузкой. Начала халтурить, списывать, врать. Начались проблемы с поведением: то принесет в школу журнал с неприличными фотографиями, то сбежит с дежурства, то нагрубит учителю. На уроках невнимательна, постоянно болтает, не участвует в жизни класса, и слишком уж интересуется мальчиками. Последней каплей стало Настино воровство - украла бумажник у родственника во время празднования Дня рождения Виктора. Чем может помочь учитель.

### **Ситуация 4.**

Валера очень симпатичный парень, обаятельный. Был усыновлен через год, после того, как от него отказалась кровная мать. Но к четырем годам усыновители отказались от него, вернули в детский дом. В 10 лет обаятельного мальчика приняла новая семья. Приемные родители на него не жаловались, однако удивляли бурные сцены, которые он иногда закатывал, обидевшись, или «выбивая попку». Стонали от Валеры и учителя. Он не дрался, не бил стекол, неплохо учился. Но каждый урок, на котором он присутствовал, плавно переходил в цирковое представление: громкое икание, стук по парте ручкой, «остроумные» замечания во время ответа других учеников. Когда с ним попытались поговорить приемные родители, Валера разрыдался, приговаривая, что если они верят учителям, а не ему, лучше пусть отдадут его обратно, стал собирать вещи, угрожал выпрыгнуть из окна.

### ***Рекомендации ведущего***

#### **Что можно сделать.**

Если вы знаете, что ребенок живет в новой семье недавно, вы должны учитывать, что у него возможны всплески неадекватного поведения. Это не обязательно громкие истерики. Могут быть и тихие слезы, неестественная веселость, ступор, замкнутость, неспособность сосредоточиться, двигательное возбуждение, нарушение аппетита, даже нервная рвота.

Главное – не принимайте все это на свой счет! Это не вы что-то сделали не так, и не ребенок ненормальный. У него сейчас просто сильнейший стресс. Его состояние в большей степени зависит от приемных родителей, чем от вас. Но вы можете помочь, если:

➤ **Не будете усугублять напряжение.** Постарайтесь избегать в первое время замечаний, вызовов родителей и прочих карательных мер. Это

не значит. Что вы должны все разрешать ребенку. Просто избегайте осуждающего тона.

➤ **Сумеете показать ребенку, что он нужен в классе.** Придумывайте для него мелкие поручения. И не забывайте поблагодарить за помощь. Расскажите про классные и школьные традиции, предложите принять участие в соревновании, празднике, но не настаивайте.

➤ **Будете гасить «взрывы» на корню.** Если вы чувствуете, что «сейчас начнется», попробуйте сменить тему, обратиться к другому ученику, пошутить.

➤ **Будете выдвигать требования без критики, и подсказывать выход из положения.** Когда ребенок ведет себя неподобающим образом, апеллируйте к объективным правилам и формулируйте требования позитивно. То есть вместо «Не кричи» скажите: «У нас в классе есть правило: мы говорим друг с другом вежливо и спокойно. И ты попробуй» или «Говори тише. Я лучше тебя пойму».

➤ **Постараетесь снизить напряжение в классе.** На самом деле ваша спокойная реакция на необычное поведение новенького и проявленная к нему симпатия зададут вектор поведения ребят. Если вы чувствуете, что класс нуждается в объяснении происходящего, просто скажите: «Севе сейчас трудно, новая школа, много изменений в жизни. Скоро он привыкнет и все наладится». Ни в коем случае не обсуждайте в классе то, что ребенок – приемный, именно сейчас это совершенно некстати.

➤ **Поддержите приемных родителей.** Рассказывайте даже о небольших успехах ребенка, делитесь своими педагогическими находками, если вам, например, удалось прекратить истерику или вовлечь ребенка в работу, им это тоже может пригодиться.

## **Ситуация 2.**

### **Что можно сделать.**

➤ Самое главное помнить: положение ребенка в классе вплоть до подросткового возраста на 90 % зависит от того, как к нему относится учитель. А у первоклашек – на все 100 %. В этом возрасте авторитет учителя несоизмеримо выше авторитета сверстников, и даже авторитета родителей, и именно сейчас важно уловить момент и **не допустить формирования в детском коллективе роли «гадкого утенка»**. Стоит только подать ребятам знак, что ребенок нравится учительнице, что у него что-то (неважно что, хоть с доски стирать) получается лучше всех, что он важен и нужен в классе.

➤ Если в классе есть ребенок, рядом с которым действительно опасно находиться другим детям (не обязательно приемный), решение о его судьбе следует принимать **вместе с коллегами и администрацией школы**, не привлекая для этого «общественность». Не превращайте тяжелое, но необходимое административное решение в акт коллективного осуждения и изгнания «паршивой овцы».

➤ **Постарайтесь не оттолкнуть от себя родителей проблемного ребенка**, вовлеките их в сотрудничество, вместе разработайте варианты выхода из ситуации, помогите информацией, посоветуйте обратиться к специалистам. Иногда немотивированная агрессия у детей бывает связана с органическими заболеваниями мозга, и чем раньше проведено обследование и начато лечение, тем лучше результат.

➤ В случае с Тимуром агрессия была вполне мотивированная, и тут важно не совершить еще одной распространенной ошибки. Многие педагоги, застав детей дерущимися, говорят: «Мне не важно, кто первый начал, оба виноваты». Это здравый подход, если речь идет о стычке на равных. Но если в классе систематически обижают кого-то, а он вынужден обороняться, **нельзя приравнивать вину преследователя и жертвы**: это еще больше ранит ребенка-жертву, который чувствует себя абсолютно незащищенным даже в присутствии взрослых. Если при этом у жертвы сильный характер, она сделает свои выводы и в следующий раз будет драться уже не на жизнь, а на смерть - ведь поймет, что рассчитывать может только на себя.

➤ Если травля в классе уже началась, **прямо объявите детям, как вы к этому относитесь**. Не бейте на жалость. Говорите не о жертве, а об обидчиках, фокусируйтесь на их качествах. Твердо объявите, что такое поведение недопустимо, и вы в своем классе этого терпеть не намерены. На фоне затишья (ведь такие обидчики обычно всегда трусоваты) можно принимать меры по повышению статуса ребенка-жертвы и найти для него комфортное место в классном коллективе.

➤ **Поговорите с ребенком**, выступающим в роли жертвы. Во-первых, объясните ему, что не сможете защищать его, если не будете уверены, что он сам никогда драку не начинает. Во-вторых, подскажите ему как лучше себя вести, чтобы обидчики скорее отстали. Если не обращать на них внимания, все удовлетворение от повторения одних и тех же слов пропадает, это скоро становится скучным.

➤ **Подскажите ребенку несколько волшебных фраз**, остужающих пыл дразнящих. Можно сказать: «Я рад, что вам так весело» или «Я уже заметил, что тебе нравится говорить о людях гадости». Принцип тот же: не надо обсуждать навязываемую обидчиками тему, спорить, оправдываться, сердиться. Надо кратко и спокойно охарактеризовать их поведение, их мотивы, переложив ответственность за происходящее на них: это не я такой, это ты такой, что тебе нравится меня дразнить.

➤ Если вы столкнулись с родителями, ополчившимися против ребенка, помните, что **ваш профессиональный долг - защита прав каждого вашего ученика**, в том числе и самого неудобного. Об этом можно прямо сказать родительским активистам, чтобы не вызывать у них ложных ожиданий. Затем найдите возможность поговорить доверительно с теми родителями; которые кажутся вам людьми разумными и способными встать на точку зрения другого.

### **Ситуация 3.**

#### **Что можно сделать.**

➤ Именно педагог как никто другой может осознать серьезность положения, понять, что Настя не успевает не потому, что лениться, а потому, что не справляется. И **предложить маме варианты выхода из ситуации** - не в форме обвинения, а так, чтобы их можно было рассмотреть без сопротивления. Очень важно быть в курсе, какие школы есть в городе, чем они интересны, в какой могли бы помочь конкретному ребенку.

➤ У ребенка с трудным прошлым обычно нет любознательности, любви к учению чистом виде. Его любовь к знанию как к таковому возникает ненадолго и гаснет, и если его удастся вызвать хоть на время - это уже победа. А в основном он учится только ради одобрения взрослых. **Обязательно хвалите его за усилия**, особенно в присутствии родителей. Пишите и звоните не только тогда, когда есть проблемы - рассказывайте о его достижениях. Даже за «тройки» таких учеников, если они добыты ценой труда, обязательно надо хвалить.

➤ Когда ребенок врет, **не пытайтесь ловить его**, не акцентируйте внимание на форме, **сосредоточьтесь на теме обсуждения**: «Ты не сделал домашнее задание, не важно, почему. Давай договоримся, что ты мне сдашь его не позже, чем завтра, иначе я поставлю тебе два».

➤ **Помните, что даже ребенок, который часто врет, иногда говорит правду.**

➤ **Не усиливайте стресс ребенка «последними предупреждениями».** Если в поведении ребенка вас что-то не устраивает, договоритесь с ним о сроке, за который, по вашему мнению, реально изменить поведение, и предложите свою помощь. Сформулируйте конкретный и понятный ребенку альтернативный способ действия: «В следующий раз, если ты не успеешь записать домашнее задание на уроке, подойди ко мне на перемене, я тебе помогу» или «Я понимаю, что ты со мной не согласна, но скажи об этом вежливо».

➤ Если у ребенка проблемы с учебой, родители всегда испытывают стресс. Особенно уязвимы приемные родители, так как они часто происходят из семей с довольно высоким уровнем образования, а приемные дети либо в силу задержки развития либо врожденных способностей явно не «тянут». Им нужно пережить разочарование, избавиться от своих иллюзий и стереотипов. Поэтому **обратите их**

**внимание на положительные качества ребенка**: общительность, трудолюбие - все, что заметите.

### **Ситуация 4.**

#### **Что можно сделать.**

➤ Следует помнить, что **не всякий весельчак - жертва отвержения**. В той или иной мере стремление привлечь к себе внимание свойственно

всем детям с неблагополучным прошлым. Но когда жизнь меняется к лучшему и ребенок получает достаточно внимания и любви в новой семье, эта манера сходит на нет. Правильное поведение учителя тоже этому способствует.

➤ Многим детям помогает **превентивное внимание**. Если вы знаете, что в классе есть ребенок, который обязательно начнет «тянуть одеяло на себя», прямо в начале урока уделите ему минуту персонального пристального внимания. Спросите его о чем-нибудь, поинтересуйтесь его мнением, похвалите за помощь, внешний вид, просто постоите рядом, посмотрите в глаза. Это очень рентабельная трата времени, так как обычно этой минутной порции бывает достаточно, чтобы следующие 15-20 минут ребенок мог нормально работать и не портить вам нервы. Кроме того, он получает важный опыт, что ваше внимание не обязательно «выцгивать» - вы и так о нем помните и хорошо к нему относитесь.

➤ Иногда очень хорошо срабатывает «тайный уговор»: **выберите момент и поговорите с ребенком о том, как вам мешают его постоянные выходки в классе, как вы от этого устаете и расстраиваетесь, что остальные дети могут чего-то недопонять, не разобраться. Обычно ребята такого типа вовсе не злые, они очень живо и сочувственно реагируют на ваши жалобы и искренне хотят исправить свое поведение - только не могут ничего с собой поделаться. Договоритесь, что вы не будете против безобидных шуток, разряжающих обстановку в классе, но как только ученик начинает вам по-настоящему мешать, вы подаете ему условный знак, смысл которого: «Остановись, это уже слишком!». Это может быть особый жест, взгляд, слово. Ребенку, нуждающемуся в особом внимании, очень важно и приятно, что он становится «избранным», доверенным лицом, хранителем секрета. Ваш условный знак (который займет у вас не более 5 секунд) для него есть та самая необходимая порция внимания, «доза», глоток воздуха, который позволит справиться с собой и вести себя приемлемо.**

➤ Если сдерживающие усилия не помогают, постарайтесь, чтобы ваши **«карательные меры» не подкрепляли истерическое поведение**, а наказание не превращалось в театр одного актера. Можно до конца урока отсадить ученика на стул, стоящий так, чтобы остальные дети его не видели, можно задать дополнительное письменное задание - чтобы головы не мог поднять, в крайнем случае, можно взять за руку и вывести в коридор, а еще лучше - отвести в учительскую или к охраннику, и посадить в уголке. Важно избежать долгого спектакля: «Выйди из класса!» - «Нет, а что я сделал?», и так пять раз по кругу, поэтому лучше сразу молча вывести. Не уделяйте выходкам ребенка много внимания. Быстро, кратко, решительно, безэмоционально пресекайте безобразия, стараясь не прерывать ход урока - и все.

➤ **Ни в коем случае не создавайте для такого «обаяшки» режим попустительства.** Не нужно подкреплять его пагубную жизненную

стратегию. Как бы высокохудожественно он ни раскаивался и как бы умилительно ни улыбался, твердо гните свою линию: правила одни для всех, и тебе придется им следовать. К тебе я хорошо отношусь, но твое поведение терпеть не буду. Обсудите с руководством возможность его изоляции в виде крайней меры пресечения безобразий: пусть один или два дня учится не в классе, а в гордом одиночестве, в уголке кабинета завуча, например. Позаботьтесь, чтобы заданий было достаточно по всем предметам, и чтобы все они были проверены и оценены.

➤ **Когда ученик ведет себя хорошо (или хотя бы приемлемо), обязательно найдите возможность посмотреть на него, улыбнуться, поговорить.** Важно разрушить в его голове неправильную связь «паясничая - получаю внимание, сижу смиренно - меня как будто бы нет» и заменить ее другой: «паясничая - оказываюсь в изоляции, веду себя хорошо - получаю внимание и признательность».

➤ **Даже если ребенок вам очень симпатичен, не пытайтесь стать для него родителем,** не старайтесь всегда и во всем «войти в его положение», не поддерживайте в нем чувство «бедного сироты, имеющего право на особое отношение». Вам может показаться, что приемные родители недостаточно его любят, не понимают, что к нему нужен другой подход что они не дают ему того, что он хочет. Что ж, возможно, того, что он хочет, нет ни у вас, ни у них, ни у кого на свете. Попытка соответствовать его ожиданиям «идеальной любви» вас истощит, а ему не поможет. То, что ребенку на самом деле нужно - ровное, доброжелательное внимание, терпимое, с юмором отношение к его «фокусам», твердость в построении границ, уважение к его личности без излишней трепетности и надрыва. Если травма не очень глубока, это позволит ему полностью выправиться еще в детстве. Если дело серьезно, по крайней мере, у него будет задел на будущее, которым он сможет воспользоваться во взрослом возрасте.

## Сценарий мероприятия для опекаемых дошкольного и младшего школьного возраста «Апчихи и Будьздоров в гостях у Айболита»

**Автор-составитель:** Замяткина Ирина Михайловна, социальный педагог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича.

**Целевая аудитория:** опекаемые (подопечные) дошкольного и младшего школьного возраста.

**Цель:** формирование компетентности опекаемых в вопросах здорового образа жизни, желания использовать эти знания в интересах собственного здоровья.

**Действующие лица:**

Айболит (белый халат, шапочка, чемоданчик)

Апчихи (вялый, с подглазинами, растрепанный, бледный, неряшливый)

Будьздоров (розовощекий, веселый, в спортивном костюме)

*Звучит музыка, у входа в кабинет семьи встречает доктор Айболит, выдает всем по витаминке, приглашает прослушать лекцию о здоровом образе жизни.*

*Семьи заходят в кабинет, расслаживаются.*

*Появляются Апчихи и Будьздоров.*

**Апчихи:** Будьздоров, ну зачем ты притащил меня на эту дурацкую лекцию! Все мне уже надоели со своими советами! Нет же ничего лучше, чем поспать подольше, поесть сладенького, поваляться у телика, поиграть в компьютер несколько часиков! Правда ведь, ребята?

**Будьздоров:** Как тебе не стыдно, Апчихи! Ты же сбиваешь ребят с правильного пути! Давай послушаем рассказ доктора Айболита!

*Айболит рассказывает о важности здорового образа жизни в жизни человека.*

**Апчихи:** Да и так хорошо! Посмотрите какой я красивый, привлекательный, спокойный! А все, что вы говорите, доктор Айболит, - это выдумки!

**Айболит:** Подойди-ка поближе, Апчихи!

*Начинает рассматривать его руки, лицо, уши (все грязное), неодобрительно охает, качает головой.*

**Айболит:** Иди сюда. Будьздоров! Расскажи мне, пожалуйста, как начинается твой день?

**Будьздоров:** Я встаю и умываюсь.

**Айболит:** А вы, ребята, тоже умываетесь по утрам? Как вы думаете, повар или мама перед тем, как готовить вам обед, моет руки? А врач перед операцией? А зачем нужно умываться? Почему плохо быть грязнулей? Никто не захочет дружить с грязнулей. Если у человека грязные уши, он плохо слышит. Если у нас грязная кожа – наш организм плохо дышит. Грязные руки – разносчики болезней. А вода и мыло – наши настоящие друзья. Они помогают уничтожить микробы.

Когда нужно мыться? Запомните: раз в неделю мойтесь основательно; утром, после сна, мойте руки, лицо, шею, уши; каждый день мойте руки и ноги перед сном; обязательно мойте руки после уборки комнаты, туалета, игр, прогулок, общения с животными, работы на огороде и в саду, поездки в транспорте.

А что нужно для того, чтобы как следует вымыть руки? (мыло, вода и чистое полотенце). Будьздоров, принеси, пожалуйста нам воду, тазик, мыло и полотенце. Давайте умоем нашего Апчихи, чтобы он был чистым.

Апчихи: А как умываться? Я не умею!

Айболит: Сейчас мы научим тебя, Апчихи, мыть руки

1 шаг – сильно намочи руки.

2 шаг – намыливай руки с обеих сторон и между пальцев

3 шаг – прополощи руки чистой водой

4 шаг – вытри руки насухо полотенцем

5 шаг – расправь полотенце и положи на одну руку

6 шаг – тщательно вытри каждый палец второй руки, затем поменяй руки местами.

Будьздоров: Ребята, давайте вместе покажем Апчихи, как надо умываться.

*Апчихи умывается по-настоящему. Улыбается – зубы черные.*

Айболит: А покажи-ка мне твои зубы, Апчихи!

*Апчихи демонстрирует страшные зубы.*

Апчихи: Пожалуйста! Смотрите, какие у меня красивые зубы! Правда, ребята? У меня одного такие красивые зубы! Или у кого-то еще есть такие же?

Айболит: Как тебе не стыдно, Апчихи! Твои зубы совсем не красивые! До такого состояния зубы нельзя доводить! Не слушайте его, ребята! Нужно ухаживать за зубами. Красивые и здоровые зубы говорят о хорошем здоровье.

Ребята, а что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми? Какие предметы, ребята, нам нужны для ухода за зубами? У каждого человека должна быть зубная щетка. Она всегда должна быть чистой. Чистить зубы надо 2 раза в день: утром и перед сном. Больные зубы нужно обязательно лечить. Два раза в год обязательно посещайте зубного врача, ребята.

Апчихи: А я не умею чистить зубы! Научите меня!

Будьздоров: Верхние зубы нудно чистить движениями сверху вниз, нижние – снизу вверх. Чистить зубы нужно не только с наружной стороны, но и с внутренней. Ребята, давайте покажем Апчихи как нужно чистить зубы!

*Зубы Апчихи становятся белыми.*

Апчихи: Удивительно! Раньше, когда я с кем-нибудь разговаривал, все от меня отворачивались, никто не хотел со мной разговаривать! А сейчас все улыбаются! Почему, ребята?

Будьздоров: Апчихи, вот теперь ты в самом деле стал красивым и привлекательным! Но от только твой наряд портит все хорошее



впечатление! Даже если человек нарядно одет, но на одежде у него – грязные пятна, он не будет выглядеть опрятно и красиво. Вот посмотри, какие ребята у нас пришли аккуратные и нарядные!

Апчихи: А я хочу выяснить, кто из ребят самый аккуратный и опрятный, и кто быстрее и аккуратнее оденется.

*Объявляет конкурс: участники должны быстро и правильно надеть лежащую на стульчиках одежду (шапка, шарф, куртка). В конце Апчихи тоже участвует, но проигрывает и расстраивается.*

Будьздоров: Ничего, не расстраивайся Апчихи. Я тебя научу одеваться быстро и аккуратно, как ребята!

Молодцы, ребята! Но наши родители засиделись! Я предлагаю сделать физкультминутку! Ведь физкультура помогает нам оставаться здоровыми, сильными, меньше уставать! Тебе Апчихи. Особенно нужно заниматься физкультурой, чтобы стать таким же ловким, быстрым, здоровым, как наши ребята!

Давайте сначала сделаем гимнастику для глаз! Повторяйте за мной!

Смотрим вправо - никого,

*Резко переводят взгляд вправо.*

Смотрим влево - никого.

*Резко переводят взгляд влево*

Раз-два, раз-два -

*Выполняют круговые вращения глазами.*

Закружилась голова.

Глазки закрывали,

*Закрывают глаза.*

Глазки отдыхали.

Как откроем мы глаза,

*Резко переводят взгляд вверх-вниз.*

Вверх посмотрим, да-да-да.

Вниз ты глазки опусти,

*Резко переводят взгляд вверх-вниз.*

Вверх опять их подними.

Пальцами погладь глаза,

*Мягко поглаживают веки*

Отдыхать пришла пора.

*указательными пальцами.*

Будьздоров: Молодцы! Ребята, делайте такие физкультминутки, когда устанете. И вы, родители, устраивайте физкультминутки на работе для глаз, для ног под столом, сидячую гимнастику и тренируйтесь со своими детьми!

Айболит: Ребята и родители! Наша встреча сегодня заканчивается! Мне нужно спешить к моим больным, я и мои друзья – Апчихи и Будьздоров – прощаемся с вами. Заботьтесь о своем здоровье, не забывайте чистить зубы, умываться. А чтобы вы не забывали о том, что сегодня узнали, на память мы хотим вам подарить памятки здоровья!

*Раздаются памятки здоровья и витамины.*

## Сценарий круглого стола для семей опекунов (попечителей)

### «Семья опекунов (попечителей) и закон»

**Авторы-составители:** Паков Сергей Викторович, юрист Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича; Замяткина Ирина Михайловна, социальный педагог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича.

**Цель:** информирование участников (опекунов и попечителей) об их правах и обязанностях.

**Форма проведения:** круглый стол

**Участники:**

- опекуны (попечители) Угличского МР;
- специалисты Службы сопровождения;
- приглашенные специалисты – специалисты отдела по опеке попечительству УМР.

**План мероприятия:**

1. Вступительное слово, представление участников
2. Права и обязанности опекунов (попечителей).
3. Подведение итогов мероприятия. Выводы

**Ход мероприятия:**

#### **1. Вступительное слово, представление участников**

**Ведущий:**

Добрый день, уважаемые участники и гости круглого стола. Мы пригласили вас сегодня для того, чтобы обсудить, какими правами обладает опекун (попечитель) и какие обязанности на него возложены.

Для начала давайте представим участников нашего круглого стола.

*Представление участников.*

**2. Выступление юриста Службы сопровождения** (лекция с использованием компьютерной презентации)

***Права и обязанности опекуна (попечителя)***

Как известно, гражданин, становясь опекуном (попечителем) ребенка, оставшегося без попечения родителей, приобретает определенные права и в то же время, на него возлагаются определенные обязанности.

Права и обязанности опекунов и попечителей образуют трудно делимую совокупность, тесно связанную систему, т.к. большинство прав содержат в себе соответствующие обязанности и наоборот. Причем права и обязанности опекунов (попечителей) носят как личный неимущественный, так и имущественный характер.

Первоисточником, закрепляющим права и обязанности опекунов и попечителей, безусловно становится ФЗ «Об опеке и попечительстве», но его положения дополняют Семейный и Гражданский Кодексы, а также иные законы.

Родители ребенка или лица, их заменяющие, утрачивают свои права и обязанности по представительству и защите прав и законных интересов

ребенка с момента возникновения прав и обязанностей опекуна или попечителя.

Права и обязанности опекунов и попечителей определяются гражданским законодательством.

Права и обязанности опекунов и попечителей относительно обучения и воспитания несовершеннолетних подопечных определяются семейным законодательством.

Опекуны являются законными представителями своих подопечных и вправе выступать в защиту прав и законных интересов своих подопечных в любых отношениях без специального полномочия.

Попечитель может выступать в качестве законного представителя своего подопечного.

Попечители несовершеннолетних граждан оказывают подопечным содействие в осуществлении ими своих прав и исполнении своих обязанностей, а также охраняют их от злоупотреблений со стороны третьих лиц.

При временном отсутствии подопечного в месте жительства, в частности в связи с учебой или пребыванием в медицинской организации, пребыванием в местах отбывания наказания, не прекращается осуществление прав и исполнение обязанностей опекуна или попечителя в отношении подопечного.

Как опекуны, так и попечители обязаны:

- Заботится о содержании подопечных (т.е. предоставлять им питание, одежду и т.п.).

- Обеспечивать подопечного уходом и лечением.

- Заботиться о воспитании ребенка (о его психическом, духовном и нравственном развитии) (опекун или попечитель вправе самостоятельно определять способы воспитания ребенка, находящегося под опекой или попечительством, с учетом мнения ребенка и рекомендаций органа опеки и попечительства).

- Обеспечить получение ребенком основного общего образования;

опекун или попечитель имеет право выбора образовательного учреждения и формы обучения ребенка с учетом мнения ребенка до получения им общего образования. Заботиться о здоровье ребенка и о его физическом развитии.

- Заботиться об общении ребенка с его родственниками и регулировать порядок общения.

- Представлять и защищать права и интересы ребенка.

Это фактические действия, которые в соответствии со статьей 36 Гражданского Кодекса Российской Федерации обязаны совершать опекуны и попечители несовершеннолетних. Юридические действия опекунов (попечителей) направлены на защиту прав и охраняемых законом интересов подопечных.

Опекуны и попечители обязаны защищать интересы подопечных, а, следовательно, имеют право и обязаны:

- Подавать заявления о выплате причитающихся подопечному пособий, пенсий;

- Подавать исковые заявления в суд о взыскании алиментов с лиц, обязанных по закону содержать подопечного;

- Принимать меры по защите прав собственности подопечного (подавать иски об истребовании его имущества из чужого незаконного владения, о признании права собственности и прочие);

Опекун и попечитель обязаны заботиться о переданном им имуществе подопечных как о своем собственном, не допускать уменьшения стоимости имущества подопечного и способствовать извлечению из него доходов.

- Предъявлять требования о возмещении вреда, причиненного здоровью подопечного или его имуществу, о компенсации морального вреда, причиненного подопечному;

- Обращаться в лечебные, учебные и иные учреждения с целью получения подопечным медицинских, образовательных и прочих услуг как на безвозмездной, так и на возмездной основе;

- Защищать жилищные права подопечного путем подачи исков о его вселении, о выселении лиц, не имеющих права проживать в жилом помещении подопечного, подачи заявления о предоставлении подопечному жилого помещения и пр.;

- Обращаться с заявлением ко всем другим гражданам, организациям, органам государственной власти и местного самоуправления, должностным лицам в случаях нарушения прав подопечного или при угрозе такого нарушения.

Опекуны и попечители не вправе:

- Опекун, попечитель, их супруги и близкие родственники не вправе совершать сделки с подопечным, за исключением передачи имущества подопечному в качестве дара или в безвозмездное пользование.

- Предоставлять подопечного при заключении сделок или ведении судебных дел между подопечным и супругом опекуна или попечителя и их близкими родственниками.

- Опекун или попечитель не вправе препятствовать общению ребенка с его родителями и другими родственниками, за исключением случаев, если такое общение не отвечает интересам ребенка.

- Подопечные не имеют права собственности на имущество опекунов или попечителей, а опекуны или попечители не имеют права собственности на имущество подопечных, в том числе на суммы алиментов, пенсий, пособий и иных предоставляемых на содержание подопечных социальных выплат.

- Опекун не вправе заключать кредитный договор и договор займа от имени подопечного, выступающего заемщиком, а попечитель не вправе давать согласие на заключение таких договоров, за исключением случаев, если получение займа требуется в целях содержания подопечного или обеспечения его жилым помещением.

Кредитный договор, договор займа от имени подопечного в указанных случаях заключаются с предварительного разрешения органа опеки и попечительства.

- Опекун не вправе заключать договор о передаче имущества подопечного в пользование, а попечитель не вправе давать согласие на заключение такого договора, если срок пользования имуществом превышает пять лет.

В исключительных случаях заключение договора о передаче имущества подопечного в пользование на срок более чем пять лет допускается с предварительного разрешения органа опеки и попечительства при наличии обстоятельств, свидетельствующих об особой выгоде такого договора, если федеральным законом не установлен иной предельный срок.

- Опекун без предварительного разрешения органа опеки и попечительства не вправе совершать, а попечитель не вправе давать согласие на совершение сделок по сдаче имущества подопечного внаем, в аренду, в безвозмездное пользование или в залог, по отчуждению имущества подопечного (в том числе по обмену или дарению), совершение сделок, влекущих за собой отказ от принадлежащих подопечному прав, раздел его имущества или выдел из него долей, и на совершение любых других сделок, влекущих за собой уменьшение стоимости имущества подопечного.

Предварительное разрешение органа опеки и попечительства требуется также во всех иных случаях, если действия опекуна

или попечителя могут повлечь за собой уменьшение стоимости имущества подопечного.

Опекуны и попечители вправе:

Опекун или попечитель вправе требовать на основании решения суда возврата ребенка, находящегося под опекой или попечительством, от любых лиц, удерживающих у себя ребенка без законных оснований, в том числе от родителей или других родственников либо усыновителей ребенка.

Опекун вправе вносить денежные средства подопечного, а попечитель вправе давать согласие на внесение денежных средств подопечного только в кредитные организации, не менее половины акций (долей) которых принадлежат Российской Федерации.

В интересах подопечного орган опеки и попечительства в акте о назначении опекуна или попечителя либо в договоре об осуществлении опеки или попечительства может указать отдельные действия, которые опекун или попечитель совершать не вправе, в том числе может запретить опекуну или попечителю изменять место жительства подопечного, а также в целях учета индивидуальных особенностей личности подопечного установить обязательные требования к осуществлению прав и исполнению обязанностей опекуна или попечителя, в том числе такие требования, которые определяют конкретные условия воспитания несовершеннолетнего подопечного.

Любые действия (бездействие) по осуществлению опеки или попечительства опекуном или попечителем ребенка могут быть обжалованы родителями или другими родственниками либо усыновителями ребенка в орган опеки и попечительства.

В случае если опекун или попечитель не подчиняется решению органа опеки и попечительства, родители или другие родственники либо усыновители ребенка вправе обратиться в суд с требованием о защите прав и законных интересов ребенка и (или) своих прав и законных интересов.

Неисполнение решения суда является основанием для отстранения опекуна или попечителя от исполнения возложенных на них обязанностей.

Ответственность опекунов и попечителей:

Опекуны несут ответственность по сделкам, совершенным от имени подопечных.

Опекуны и попечители отвечают за вред, причиненный по их вине личности или имуществу подопечного.

При обнаружении ненадлежащего исполнения опекуном или попечителем обязанностей по охране имущества подопечного и управлению имуществом подопечного (порча, ненадлежащее хранение имущества, расходование имущества не по назначению, совершение действий, повлекших за собой уменьшение стоимости имущества подопечного, и другое) орган опеки и попечительства обязан составить об этом акт и предъявить требование к опекуну или попечителю о возмещении убытков, причиненных подопечному.

Опекуны и попечители несут уголовную ответственность, административную ответственность за свои действия или бездействие в порядке, установленном соответственно законодательством Российской Федерации, законодательством субъектов Российской Федерации.

### **3. Ответы специалистов на вопросы опекунов (попечителей).**

### **4. Подведение итогов мероприятия. Выводы.**

#### ***Методические рекомендации для ведущего:***

Методика беседы за "круглым столом" строится, как известно, на основе принципа коллективного обсуждения проблемы. Эта форма проведения семинарского занятия привлекает, прежде всего, тем, что дает возможность каждому на равных изложить свою точку зрения. Важно создать доброжелательную обстановку. Уважительное отношение ведущего к участникам и участников друг к другу - очень важное условие успеха беседы "круглым столом". Итак, беседа за "круглым столом"- по своей природе требует строгого следования принципам равенства и демократизма.

*Сценарий проведения беседы за "круглым столом":*

- 1) вступительная часть,
- 2) постановка проблемных вопросов,
- 3) дискуссия по ним,
- 4) подведение итогов обсуждения,

5) разработка рекомендаций или информационного материала для последующего использования участниками встречи.

Вступительная часть может состоять из информации о предмете дискуссии, плане ее проведения, регламенте. С нею связана и постановка проблемных и поисковых вопросов. Важно их формулировать так, чтобы вызвать дискуссию и стимулировать постановку новых вопросов.

В беседе за "круглым столом" могут возникнуть тупиковые ситуации, дискуссия не разгорается, аудитория не принимает предложения к обмену мнениями. В таких случаях нужно принять меры по активизации участников беседы, но при этом, ни в коем случае не следует обращаться к призывам, требовать от аудитории активности. Если не "работает" одна проблема, можно предложить к обсуждению другую, близкую ей по содержанию.

Исключительно ценным качеством для выхода из тупиковых ситуаций является способность ведущего к импровизации. Умение перестроить план беседы по ходу встречи, проявить находчивость и смелость в изложении острых проблем, продемонстрировать методическое мастерство в трудной ситуации - означает преодолеть неблагоприятное течение дискуссии, придать ей динамизм, вернуть в русло плодотворного обмена мнениями.

Итоги встречи подводятся в кратком заключительном слове преподавателя, намечаются вопросы к обсуждению на следующем занятии.

## **Родительские гостиные с обсуждением проблемных ситуаций (фрагмент)**

**Автор-составитель:** Замяткина Ирина Михайловна, социальный педагог Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц г. Углича.

**Целевая аудитория:** опекуны (попечители) несовершеннолетних лиц.

**Цель занятия:**

*Для ведущего:*

- предупреждение явлений дезадаптации опекаемых (подопечных) в замещающих семьях.

*Для участников:*

- знакомство с типичными проблемными ситуациями, возникающими в замещающих семьях;
- выработка рекомендаций по выстраиванию оптимального взаимодействия с ребенком.

**Формы работы:**

- мини – лекция;
- работа в малых группах по анализу проблемных ситуаций.

**Ход занятия**

**1. Введение.** Группа родителей приходит в заранее подготовленное помещение, в котором по кругу расставлено необходимое число стульев по числу участников.

**2. Представление.** Ведущий представляется и предлагает всем участникам назвать себя. Заранее заготавливаются небольшие листки бумаги, на которых участники пишут свои имена, и булавки, чтобы прикрепить их к одежде.

**3. Рассказ о целях и режиме работы.** Ведущий излагает цели работы группы и рассказывает о режиме, в котором будет проходить занятие.

**4. Анализ проблемных ситуаций.**

Участники делятся на группы. Группам выдаются 1 части карточек с ситуациями. По каждой ситуации предлагается совместно ответить на вопросы «Что происходит?» (анализ ситуации, ее причин) и «Что можно сделать?» (как можно позитивно разрешить ситуацию).

Ведущий сообщает группам о том, что:

- добавления одного и того же участника допускаются;
- критика чужих высказываний не допускается;
- время высказываний ограничено (10-15 минут в зависимости от количества групп).

Во время обсуждения ситуаций ведущий поддерживает членов группы, побуждает к участию менее активных.

**5. Озвучивание своих вариантов выхода из ситуации (представитель от группы).**



6. **Опекуны (попечители) получают 2 часть карточки с ситуацией.**
7. **Комментарий ведущего.**
8. **Рекомендации по взаимодействию с детьми.**
9. **Подведение итогов занятия.**

## **ЗАНЯТИЕ №1. Ребенок и домашние обязанности.**

### **Ситуация 1.**

Меня удручает неряшливость, неаккуратность во всем, что делает Дима (13 лет)! Ежедневно я говорю одно и то же: умыться тщательно, переодеться, придя из школы, соблюдать порядок на столе, где лежат учебные принадлежности, и т.п.

---

Педагог – психолог посоветовала мне побеседовать с мальчиком о его правах и обязанностях и составить договор о необходимости их выполнения. Я беседовала с Димой и приводила примеры выполнения своих обязанностей как опекуна, спрашивала его, справляюсь ли я. Он отвечал, что да, справляюсь. Тут же приводила пример, когда он нарушает или не выполняет свои обязанности. Этот метод помог мальчику усилить контроль над своими поступками.

### **Комментарий специалиста**

Представление о порядке у нас у всех разные. Подросток в 13 лет в силу задач развития (все силы организма сейчас брошены у него на эндокринные процессы) нередко очень противоречиво относится к своей внешности и порядку в собственной комнате. Он смотрит на себя в зеркало – и там видит непривлекательное, на его взгляд, лицо. Он боится следить за своей внешностью, чтобы не привлекать к ней внимание. Ему спокойнее, когда его окружает хаос, в котором только он может разобраться. Он пытается занять все пространство вокруг себя (на нашем языке «раскидывает вещи»). Внутренний хаос он как бы пытается вынести наружу. Это снижает его тревогу. Приемной матери трудно смириться с этим. Ее спокойствие связано с внешним порядком. Чем более упорядочено то, что ее окружает, тем ей спокойнее: она контролирует происходящее. Подростку и взрослому трудно иметь одинаковую точку зрения. Но они действительно могут договориться, найти какие-то компромиссы, которые бы их устроили. Главное, чтобы приемная мама не связывала свое самоуважение с возможностью добиться «тщательности» при умывании от подростка, а подросток не считал себя в результате пропащим для общества человеком, потому что у него нет в настоящее время порядка на столе. Что касается развития самоконтроля, то это очень нужно любому ребенку.

## **ЗАНЯТИЕ № 3. Ребенок и воровство. Ребенок и обман.**

### **Ситуация 1.**

Прожив в нашей семье два месяца, Аня (11 лет) взяла у меня тысячу рублей и вместе с подружкой потратила эти деньги за два дня. Прошло три недели. Все это время семья находилась в напряжении, поскольку для нас такая ситуация незнакома. Для всех нас был настоящий

---

стресс, когда ребенок сознался в краже! После признания я провела с Аней беседу об ответственности за подобный поступок в ее возрасте (рассказала о тюрьме). Беседа не дала больших результатов, потому что в сентябре Аня снова взяла деньги из кошелька, из карманов верхней одежды, висящей в коридоре.

---

Я решила купить для нее красивый кошелек и дать, по совету педагога-психолога, небольшую сумму на карманные расходы. Какой же удар получила Аня, когда в школе у нее украли кошелек! Девочка была в истерике! Возмущению ее не было предела, Аню мучили вопросы: почему украли именно ее кошелек, как так могли поступить с ней? Когда все немного успокоились, я задала ей единственный вопрос: «А каково было мне, когда ты взяла у меня деньги?»

Вот уже год, как проблема воровства ушла из нашей семьи, и мы надеемся – надолго.

### **Комментарий специалиста.**

Воистину, не поступай с ближним так, как ты не хочешь, чтобы поступили с тобой. Аня пережила сильные чувства. Когда она украла деньги, впервые у нее, детдомовского ребенка, оказалось что-то свое, собственное. До этого все было чужим. Это свое нужно было взять и использовать для себя. Его можно было обменять на хорошее отношение подружки. Аня оказалась в новой школе, ей хотелось подружиться с кем-нибудь, но поскольку она не очень-то понимала, как это сделать, то решила дружбу прикупить. Первой тысячи хватило ненадолго. Пугание тюрьмой было слишком наивным. Когда это еще будет. Да и некоторые знакомые Ани побывали там уже не раз. Понять, что переживает семья по поводу кражи, ей было не доступно. Девочка, как это свойственно ребенку с депривационными расстройствами, задержалась в своем развитии на фазе, которую знаменитый детский психолог Пиаже назвал «эгоцентрической». У детей, воспитывающихся в нормальных условиях, эта фаза должна была завершиться уже лет 5 назад. В период эгоцентризма ребенок не может сделать так называемый коперниканский поворот, т.е. посмотреть на вещи с позиции другого, почувствовать чужую боль, осознать, что у другого тоже есть свои чувства. Жизнь в семье позволила Ане сделать скачок в своем развитии. Поэтому после бурных переживаний по поводу кражи ее собственности она смогла перенести свои переживания на другого человека, понять их и изменить свое поведение.

## **ЗАНЯТИЕ № 5. Ребенок и сексуализированное поведение**

### **Ситуация 1.**

Люда попала в нашу семью, когда ей исполнилось 7 лет. Первое. Что нас удивило: девочка все время пыталась спрятаться. Когда мы ее находили, то замечали, что она была красной и тяжело дышала. Мы думали: может быть, у нее болит сердце, проблемы с легкими? На все наши расспросы она молчала. Потом мы заметили, что между ног она зажимает какие-то предметы. Мы стали наблюдать и поняли, что девочка днем и ночью занимается онанизмом. Потом мы стали замечать, что Люда пытается

---

прижиматься своими половыми органами к нашим сыновьям. Первое желание было отдать ее обратно. У нас двое взрослых сыновей. Не дай Бог что случится.

---

По совету психолога, вместо того, чтобы наказать девочку, мы попытались объяснить, что в нашей семье мы свое хорошее отношение выражаем по-другому. Мы говорим друг другу хорошие слова, готовим вкусную еду, прикасаемся друг к другу, но при помощи рук, а не половых органов. Попросили ее соблюдать правила нашей семьи. Перед сном стали делать ей массаж воротниковой зоны, она принимала теплую ванну с валериановым корнем. Ей подарили теплую мягкую пижаму. Все старались заметить и похвалить ее за успехи в любом деле. Постепенно Люда успокоилась, стала лучше спать. Все реже и реже наблюдалось ее желание спрятаться. Ее сексуальная озабоченность сошла на нет. Сейчас Люда живет в нашей семье уже пятый год. Мы всегда мечтали о дочке. Наконец она у нас появилась. Мы все любим ее.

#### **Комментарий специалиста.**

Да, ситуация непростая, но довольно типичная, с чем-то подобным сталкивается большинство приемных родителей, чьи детки успели хлебнуть казенного дома или пострадали в неблагополучных семьях.

Попробуем разобраться. Представьте себе реальную жизнь ребенка из неблагополучной семьи. Взрослые или пьяные, или с похмелья. Злые, ругаются, не кормят. Мама угрюма, безразлична, а может и ударить, если будешь приставать. И вдруг звонок в дверь – пришел мужчина. Принес выпивку и закуску. Мама сразу оживилась, улыбается, хлеба с колбасой дала. Потом они, выпив, целуются, валяются на постель, говорят «те самые» слова и делают «те самые» движения. И вот уже мама смеется, добрая становится, да и дядя по голове погладил и конфету дал (хорошо, если только по голове погладил). Естественно, для ребенка в этом случае все, что связано с «этим» становится особенно значимо и привлекательно. Потому что только «это» означает радость, ласку, выживание. Если его не выгоняют – значит, позволяют принять участие в этом «празднике жизни». Он горд, что все знает и понимает. При этом ему и страшно, и тревожно, ведь по поведению взрослых он чувствует, что это «что-то особенное», стыдное, тайное.

Ребенок вынес из той семьи, что если хочешь, чтобы тебя любили, нужно заплатить за это своим телом. Попав в новую для себя ситуацию, он испытал сильный стресс. Он не очень представлял, что от него требуется. При этом в семье оказалось трое взрослых мужчин. Желая побыстрее быть принятой, девочка стала действовать, как привыкла. Если бы еще до помещения в приемную семью было известно о том, что она пережила, лучше бы ей подобрать другую семью. Например, женщину, которая вырастила своих детей и живет одна. Дети, воспитывавшиеся в депривационных условиях, испытывают голод по телесным контактам. Еще и поэтому Люда избрала именно такой способ вхождения в семью.

Это называется «сексуализированное поведение». Обратите внимание, не «сексуальное», а «сексуализированное», то есть похожее, подобное, выглядящее таким – но не такое. То есть **подлинная причина «развратного» поведения ребенка вообще никакого отношения к сексу не имеет.** Она все та же – дефицит любви и ласки, тревога и незащищенность. Кстати, именно поэтому, а вовсе не из-за «генов матери-проститутки» нередко «идут по рукам» девочки, выросшие без родительской ласки. Они обычно не получают ни малейшего сексуального удовольствия от своей «распутной» жизни, просто они готовы платить своим телом даже за такой суррогат ласки и внимания, за то, чтобы хоть одну ночь не оставаться одним – в постели и в жизни.

Формируется сексуализированное поведение у детей на основе одиночества и незащищенности, когда на протяжении долгого времени едва ли не единственными ситуациями, в которых на ребенка обращают внимание, его обнимают, к нему прикасаются, являются сексуальные игры. В результате у него вырабатывается сложное отношение ко всему «этому» – с одной стороны, он чувствует, что здесь что-то не так, так не должно быть, с ним обращаются плохо, возможно, ему больно или противно в процессе. С другой – у него небогатый выбор, это единственные моменты в жизни, когда до него хоть кому-то есть дело. А для ребенка дошкольного возраста одиночество хуже унижения и боли.

Потом, попав в безопасную атмосферу семьи, ребенок пытается как-то переработать, осознать полученный опыт. Просто забыть он не может, ведь это продолжает пугать, тревожить, он так и не понял, что это было и как к этому относиться. Поэтому он постоянно пытается «поднять тему» в надежде, что получит какие-то разъяснения от приемных родителей. Но те часто теряются, пугаются, не знают, как реагировать и потому предпочитают не замечать или грубо прекращать все поползновения, чем только добавляют ребенку тревоги. Кроме того, он пытается применить известные ему модели поведения в общении с другими детьми: братьями-сестрами, друзьями. И бывает абсолютно растерян, когда сталкивается с ярко негативной реакцией взрослых. Ведь он хотел понравиться, как мог, что называется, «разговор поддержать»!

Похоже, что девочка пережила сексуальное насилие. То, как она себя ведет – результат этого насилия. Это не она ненормальная, это условия ее жизни были ненормальными, а она приспособилась к ним, как могла, чтобы выжить, и теперь пытается болезненный опыт переработать. Справедливо ли осуждать ее за это? Нужно просто ему помочь. Приемный может начать часто рассказывать про пережитые акты насилия. Наберитесь мужества, не пугайтесь и не останавливайте его. Пусть выговорится. Не надо его утешать, никак особо это все комментировать, расспрашивать. Просто обнимите, скажите «Как же тебе, наверное, было плохо (обидно, страшно, противно)». Пусть поплачет, если захочет. Потом успокойте его и еще раз твердо скажите, что вы его обязательно защитите и больше с ним никто ничего такого делать не будет. Если вам будет тяжело, напомните себе, что

ребенку в любом случае намного тяжелее. И жалеть в данный момент нужно не себя.

Чтобы изменить поведение ребенка, просто показывайте ему, как надо. Заменяйте неправильное поведение правильным. Так обниматься не надо, а надо так. Когда ты так говоришь, это не красиво, лучше скажи так. Спокойно, доброжелательно. Ну, как если бы вы его переучивали правильно карандаш держать. Помните: у вас нет задачи исправлять его внутреннюю порочность, поскольку и порочности никакой нет. Вы должны просто исправить неприятное для вас и окружающих поведение.

#### **Что можно сделать?**

➤ **Не смущаться.** Вы взрослые люди. Оставьте фантазии о развратных детях литераторам. Как мы уже знаем, «секса» в этом – меньше всего. Спокойно и уверенно (но не гневно!) объясните ребенку, что так себя вести не принято и некрасиво, дети так делать не должны. Конечно, это само по себе не поможет, но **ребенок должен знать вашу позицию**. Если вам неудобно перед родственниками или друзьями, просто спокойно скажите им, что это со временем пройдет.

➤ **Показать альтернативу.** Если ребенок не подвергнулся насилию, а скорее страдал от невнимания и отсутствия ласки, побольше возитесь с ним, весело тормошите, держите на руках. Он должен увидеть, что объятия и поцелуи – это не обязательно секс.

➤ **Обратиться к специалисту, особенно если вы знаете или подозреваете, что ребенок был жертвой насилия.** Это очень тяжелый опыт и будет лучше, если ребенку поможет профессионал. Возможно, с вами он вообще не захочет говорить на эту тему, и в этом нет недоверия. Ребенку важно, что его новый дом – территория безопасности и даже разговоры о «том прошлом» здесь ему не нужны. Пусть это происходит в кабинете психолога – и там и остается.

➤ **Не поддаваться страху!** Самое ужасное, похоже, уже случилось. Ребенку и самому страшно. Он должен видеть, что вы не боитесь этой темы, а значит, сможете ему помочь.

➤ **Быть очень осторожным, если ребенок пережил насилие.** Ваши проявления любви могут его напугать. Договаривайтесь с ним о каждом шаге: «Я подойду и укурю тебя на ночь, хорошо?» Если он не хочет – значит, нет. Он должен поверить, что вы не будете ничего с ним делать против его воли (это не значит, что вы не можете настаивать на своем в других сферах – речь только о случаях физического, телесного контакта).

➤ **Поднимать самооценку.** Ребенок должен знать, что представляет собой ценность не только как сексуальный объект. Почаще говорите ему, как вам с ним интересно, как он вам помогает, какой он сообразительный и т. п.

Самое плохое, что может случиться с ребенком в приемной семье, – если на лицах родителей он увидит гадливость и презрение, подтверждающие его и так очень низкое мнение о себе; или если реакцией будет ярость, и ребенок испугается и замкнется; или если он поймет, что они сами смертельно боятся этой темы, а значит, ничем ему не помогут.

Важно понимать, что ребенка выражение гадливости на лице самых близких для него людей может ранить сильнее, чем сам факт насилия посторонними. Ребенок входит в семью, он очень хочет вам нравиться, каково ему, когда вы смотрите на него с отвращением? Отдайте себе отчет в том, что ни в чем не виноват и никакой «грязи» на нем нет. Справьтесь со своими чувствами, если надо – обратитесь к психологу.

Также не следует забывать, что одной из особенностей депривированных детей является потребность в стереотипных, ритмических движениях. Они могут раскачиваться, как маятники, или снимать с себя напряжение при помощи онанизма.

Безусловно, в такой ситуации необходимо воспользоваться помощью специалистов. Это может быть психолог, психотерапевт или психиатр. Массаж, теплая ванна. Мягкая пижама – все это способствует насыщению потребности ребенка в телесных контактах, снижению уровня тревожности. Очень важными являются проговаривание правил семьи в способах выражения любви друг к другу и проявление хорошего отношения к ребенку.

Сексуализированное поведение ребенка всегда – результат травмы (кроме редких случаев врожденных патологий, которые проявляются обычно и десятком других гораздо более тяжелых симптомов). Никаких действительно «сексуальных» потребностей в результате травмы, естественно, появиться не может. Потребности этих детей все те же – научиться любить и быть любимым, защищать и уважать себя, оставить прошлое в прошлом и жить дальше. Для этого ему понадобятся ваша любовь и ваше спокойствие.

**Психолого-педагогические рекомендации  
для родителей детей от 0 до 18 лет  
«Копилка родительского мастерства»  
(фрагмент)**

**Автор-составитель:** педагог-психолог Центра «Гармония» Брядова Е.Н., высшая квалификационная категория.

В этом сборнике каждый родитель может найти ответы на свои вопросы, возникающие в своем нелегком труде по воспитанию счастливого, жизнеспособного, успешного современного человека!

**Дошкольники**

**Что нужно знать о дошкольнике?**

К 1 году жизни ребенок использует 7-14 слов, сосредоточенно занимается одним делом до 15 мин, усваивает смысл слова «нельзя», начинает ходить ( $\pm 2$  мес).

К 1,5 годам словарный запас ребенка составляет 30-40 слов, он хорошо ходит, узнает и показывает изображения предметов на картинках, хорошо понимает обращенную к нему речь. Основные вопросы ребенка — «что?», «кто?».

К 2 годам словарный запас — 300-400 слов, основные вопросы ребенка — «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 ребенка. Он уже 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 должнастораживать в отношении подозрения на задержку психического развития или глухоту.

К 3 годам появляется вопрос вопросов — «почему?». Ребенок пересказывает услышанное и увиденное, если ему помочь наводящими вопросами. Использует сложносочиненные и даже сложноподчиненные предложения, что свидетельствует об усложнении его мышления. Понимает, что такое один, мало, много, различает левую и правую стороны. 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. Ребенок эмоционален: самолюбив, обидчив, радостен, печален, доброжелателен, враждебен, завистлив, способен к сочувствию.

К 4 годам способен понять то, что еще не видел сам, но о чем ему толково рассказали. Сочиняет простой, но достаточно подробный рассказ по картинке, осмысленно заканчивает начатое взрослым предложение,

способен к обобщению и подведению под понятие. Основной вопрос — «почему?» (у ребенка с ЗПР преобладают вопросы «что?», «где?», «куда?»). Появляется сюжетно-ролевая игра со сверстниками. Может заниматься одним делом до 40-50 мин.

К 4,5 годам способен ставить цель и планировать ее достижение. Задает вопрос «зачем?».

К 5 годам ребенок умеет назвать свои фамилию, имя, отчество, возраст, транспорт, идущий к дому. Умеет пользоваться конструктором, собрать игрушку по схеме. Может нарисовать человека со всеми частями тела.

С 5,5 лет ребенку доступны все виды обучения, он в принципе готов к обучению.

К 6 годам словарный запас составляет около 4000 слов. Ребенку доступен смысл простых пословиц и поговорок, он легко видит сюжетную связь картинок и составляет по ним рассказ. Без затруднений обобщает и вычленяет предметы, решает простые арифметические задачи. Знает много игр, умеет выдумывать сюжет. Ориентируется в пространстве, времени (вчера, сегодня, завтра), в отношениях между людьми. Изображая человека, рисует шею между головой и туловищем, одежду, обувь.

### **Быть родителем – значит пройти великую школу терпения**

1. Безусловно, принимать ребёнка - значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

2. Можно выражать своё недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребёнком в целом.

3. Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они ни были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.

4. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.

5. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!»

6. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

- Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.

- По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

7. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.

8. Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взростеть и становиться сознательным.



9. Активно слушать ребенка - значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

10. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

11. Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. Сообщите о СЕБЕ, о СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.

12. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны присутствовать в жизни ребенка, но они должны быть гибкими, должны согласовываться взрослыми между собой.

13. Используйте в повседневном общении приветливые фразы. Например: «Мне хорошо с тобой. Я рада тебя видеть, хорошо, что ты пришел, мне нравится, как ты...», «Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший...».

14. Обнимайте ребенка не менее 4, а лучше по 8 раз в день.

#### **Родителям следует помнить простые истины:**

- Дети должны быть для родителей, прежде всего, не потенциальными спортсменами, музыкантами или интеллектуалами – они должны быть просто детьми.

- Если родители будут их любить независимо от того, плохо или хорошо они себя ведут, то дети скорее избавятся от привычек и выходов, раздражающих взрослых.

- Если родители будут любить детей только тогда, когда ими довольны (обусловленная любовь), это вызовет в них неуверенность, станет тормозом в их развитии.

- Если родительская любовь будет безоговорочной, безусловной, дети будут избавлены и от внутриличностного конфликта, научатся самокритичности.

- Если родители не научатся радоваться детским успехам, дети будут чувствовать себя некомпетентными, утвердятся в мысли, что стараться бесполезно – требовательным родителям всегда надо больше, чем ребенок может.

- Для установления взаимосвязи с детьми, для того, чтобы найти с ними общий язык - СМОТРЕТЬ ДЕТЯМ В ГЛАЗА! Пусть ваш взгляд будет открытым и любящим.

- Для ребенка ВАЖЕН ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ. Не обязательно целовать и обнимать ребенка – достаточно дотронуться до его руки, похлопать по плечу, взъерошить волосы – ваше прикосновение делает его более уверенным в себе. Особенно важен такой контакт, когда ребенок болен, устал, когда ему грустно.

- Важно не количество времени, проведенного с ребенком, а КАЧЕСТВО ОБЩЕНИЯ. Надо уметь ВДУМАТЬСЯ в то, что ребенок хочет, ВСЛУШАТЬСЯ В ЕГО СЛОВА.

**Давайте учиться любить детей так, чтобы они поняли это, почувствовали вашу любовь - тогда и они станут в будущем хорошими родителями.**

### **Памятка для родителей «Правила семейного воспитания»**

1. Семья - это материальная и духовная ячейка воспитания детей, супружеского счастья и радости. Основой, стержнем семьи является супружеская любовь, взаимная забота и уважение. Ребенок должен быть членом семьи, но не ее центром. Когда ребенок становится центром семьи и родители приносят себя ему в жертву, он вырастает эгоистом с завышенной самооценкой, считающим, что «все должно быть для него». За такую безрассудную любовь к себе он зачастую отплачивает злом - пренебрежением к родителям, к семье, к людям.

Не менее вредно, конечно, и равнодушное, а тем более пренебрежительное отношение к ребенку. Избегайте крайностей в отношениях к ребенку.

2. Главный закон семьи: все заботятся о каждом члене семьи, а каждый член семьи в меру своих возможностей заботится обо всей семье. Ваш ребенок должен твердо усвоить этот закон.

3. Воспитание ребенка в семье - это достойное, непрерывное приобретение им в процессе жизни в семье полезного, ценного жизненного опыта. Главное средство воспитания ребенка - это пример родителей, их поведение, деятельность, заинтересованное участие ребенка в жизни семьи, в ее заботах и радостях, это труд и добросовестное выполнение им ваших поручений. Слова - вспомогательное средство. Ребенок должен выполнять определенную, все усложняющуюся по мере взросления работу по дому и для себя, и для всей семьи.

4. Развитие ребенка - это развитие его самостоятельности. Поэтому не опекайте его, не делайте за него то, что он может и должен сделать сам. Помогайте ему в приобретении умений и навыков, пусть он научится делать все то, что умеете вы. Не страшно, если он сделает что-то не так, как надо: ему полезен опыт ошибок и неудач. Разъясняйте ему его ошибки, обсуждайте их вместе с ним, но не наказывайте за них. Предоставьте ему возможность попробовать себя в разных делах, чтобы определить свои способности, интересы и склонности.

5. Основа поведения ребенка - это его привычки. Следите за тем, чтобы у него образовались хорошие, хорошие привычки и не возникали дурные. Научите его различать добро и зло. Разъясняйте вред курения, алкоголя, наркотиков, распущенности, вещизма, лжи. Учите его любить свой дом, свою семью, добрых людей, свой край.

Важнейшей привычкой для него должно стать соблюдение режима дня. Выработайте вместе с ним разумный режим дня и строго следите за его выполнением.

6. Для воспитания ребенка очень вредны противоречия в требованиях родителей. Согласуйте их между собой. Еще более вредны противоречия

между вашими требованиями и требованиями школы, учителей. Если вы не согласны с нашими требованиями или они вам непонятны, придите к нам, и мы вместе обсудим возникшие проблемы.

7. Очень важно создать в семье спокойный, доброжелательный климат, когда никто ни на кого не кричит, когда даже ошибки и проступки обсуждаются без брани и истерики. Психическое развитие ребенка, формирование его личности в большой степени зависят от стиля семейного воспитания. Нормальный стиль - это демократический, когда детям предоставляется определенная самостоятельность, когда к ним относятся с теплотой и уважают их личность. Конечно, необходим некоторый контроль за поведением и учением ребенка с целью оказания ему помощи в трудных ситуациях. Но важнее всячески способствовать развитию у него самоконтроля, самоанализа и саморегуляции своей деятельности и поведения.

Не оскорбляйте ребенка своими подозрениями, доверяйте ему. Ваше доверие, основанное на знании, будет воспитывать у него личную ответственность. Не наказывайте ребенка за правду, если он признался в своих ошибках сам.

8. Приучайте ребенка заботиться о младших и старших в семье. Мальчик пусть уступает девочке, с этого начинается воспитание будущих отцов и матерей, подготовка счастливого супружества.

9. Следите за здоровьем ребенка. Приучайте его самого заботиться о своем здоровье, о физическом развитии. Помните, что за годы обучения в школе ребенок переживает в той или иной форме возрастные кризисы: в 6-7 лет, когда у него возникает внутренняя позиция школьника, осознание своих чувств и переживаний; кризис полового созревания, проходящий обычно у девочек на 2 года раньше, чем у мальчиков; и юношеский кризис поиска своего места в жизни. Будьте внимательны к ребенку в эти кризисные периоды, меняйте стиль своего отношения к нему по мере перехода от одного возрастного периода к другому.

10. Семья - это дом, и как всякий дом, она может со временем ветшать и нуждаться в ремонте и обновлении. Не забудьте время от времени проверять, не нуждается ли ваш семейный дом в обновлении и ремонте.

### **Правила общения детей и взрослых**

- Как можно меньше ворчать друг на друга по поводу и без повода.
- Не пытаться никого перевоспитывать, особенно если человек не осознает необходимости самосовершенствования.
- Не увлекаться критикой: маленькому и большому человеку гораздо приятнее узнавать о себе хорошее, чем плохое.
- Искренне восхищаться достоинствами членов своей семьи, заранее демонстрируя и предвосхищая их будущие, еще не проявившиеся возможности.
- Постоянно проявлять внимание к своим родным и близким людям. Только в таком случае можно рассчитывать на ответное внимание.

- Быть вежливым и предупредительным с родными и близкими, несмотря ни на какие трудности, возникающие при общении.

### **Правила благополучного родителя**

- Чем больше времени родители проведут со своим ребенком в детстве и юности, тем больше шансов у престарелых родителей видеть взрослых детей в отцовском доме.

- Чем чаще родители используют в воспитании собственных детей упреки и напоминания о детских неблагоприятных поступках, тем больше вероятность того, что любая немощ престарелого родителя будет замечена и подчеркнута продемонстрирована взрослым ребенком.

- Чем раньше родители научатся проявлять терпение и терпимость по отношению к ребенку в детстве, тем больше шансов у состарившихся родителей почувствовать по отношению к себе проявление терпения и терпимости от взрослых детей.

- Хамство и грубость, направленные на ребенка, практически всегда возвращаются неуютной и обиженной старостью, очень грустной и очень тоскливой.

- Чем больше родители привлекают своих детей к обсуждению жизненно важных вопросов семьи, нравственных проблем, тем больше шансов у престарелых родителей быть в гуще событий жизни своих взрослых детей.

Родители, которые хотят иметь детей, должны задать себе вопрос не только о том, какого ребенка они хотят вырастить, но и о том, какой они представляют себе свою старость.

### **Законы родительской истины**

**Закон 1.** Дорожите любовью своего ребенка. Помните, от любви до ненависти только один шаг, не делайте необдуманных шагов!

**Закон 2.** Не унижайте своего ребенка. Унижая его, вы формируете у него умение и навык унижения, которые он сможет использовать по отношению к другим людям. Не исключено, что ими будете вы.

**Закон 3.** Не угрожайте своему ребенку. Угрозы взрослого порождают ложь ребенка, приводят к боязни и ненависти.

**Закон 4.** Не налагайте запретов. В природе ребенка - дух бунтарства. То, что категорически запрещено, очень хочется попробовать, не забывайте об этом.

**Закон 5.** Не опекайте своего ребенка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно СТАТЬ БОЛЬШИМ.

**Закон 6.** Не идите на поводу у своего ребенка, умеете соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности.

**Закон 7.** Развивайте в себе чувство юмора. Учитесь смеяться над своими слабостями, разрешайте своему ребенку смеяться вместе с вами. УЧИТЕ

**СВОЕГО РЕБЕНКА СМЕЯТЬСЯ НАД СОБОЙ!** Это лучше, чем, если над ним будут смеяться другие.

**Закон 8.** Не читайте своему ребенку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

**Закон 9.** Будьте всегда последовательны в своих требованиях, хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет».

**Закон 10.** Не лишайте своего ребенка права быть ребенком. Дайте ему возможность побыть озорником и непоседой, бунтарем и буяном. Период детства весьма скоротечен, а так много нужно попробовать, прежде чем станешь взрослым! Дайте возможность своему ребенку быть ребенком во время детства, иначе период детства продолжится и в его взрослой жизни. Это может обернуться серьезными последствиями и для вашего ребенка, и для вас, родители!

**Закон 11.** Помните, что самое большое родительское счастье - видеть состоявшихся, умных и благодарных детей! Мы желаем вам успехов!

### **Если ваш ребенок склонен совершать глупые поступки**

- Никогда не забывайте о том, что своему ребенку нужно доверять.
- Умело и тактично проверяйте свое к нему доверие.
- Не рисуйте в своем воображении трагедии и катастрофы, которые могут произойти, если ребенок совершает глупость.
- Умейте слушать своего ребенка.
- Культивируйте доверительные разговоры с ним.
- Не бойтесь высказывать ему свои опасения, но в доверительной и тактичной форме.
- Учите его жить по правилам и законам, влияя собственным примером.
- Если ребенок совершает глупость, ищите причину в себе и в нем, а не в других людях.
- Ни один промах, сделанный вашим ребенком, не замалчивайте, старайтесь анализировать и совместно делать выводы.
- Умейте прощать и просить прощения у своего ребенка!

### **Памятка для родителей «Если ребенок провинился»**

- Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.
- Ясно определите для себя, что вы хотите от ребенка, и объясните ему это, а также узнайте, что он думает по этому поводу.
- Не подсказывайте ребенку своих готовых решений.
- Не унижайте ребенка словами типа «А у тебя вообще голова на плечах есть?».
- Не угрожайте: «Если ты еще раз это сделаешь, ты у меня получишь».
- Не вымогайте обещаний, для ребенка они ничего не значат.
- Сразу дайте оценку поступку, ошибке и сделайте паузу.
- Оценивайте поступок, а не личность; лучше сказать: «Ты поступил плохо» вместо: «Ты плохой».
- После сделанного выговора, замечания прикоснитесь к ребенку и дайте ему почувствовать, что вы верите в него.

### *Наказывая ребенка, помните:*

- Гораздо большей воспитательной силой обладает прощение поступка, а наказание освобождает от мук совести.
- Наказание должно быть не нормой, а исключением.
- Правом наказывать в семье должен пользоваться один человек, наиболее уважаемый, любимый ребенком.
- Наказывать следует за проступок, а не потому, что у вас плохое настроение.
- Нельзя подчеркивать свою власть над маленьким ребенком.
- Нельзя читать длинных нотаций.
- Нельзя напоминать о проступке.
- Нельзя пугать ребенка, например, говорить, что позовете милиционера.
- Не спешите наказать ребенка сразу после проступка: «Хорошо, я подумаю до завтра, как с тобой поступить».
- Разговор о проступке лучше вести наедине.

### *Можно ли контролировать поведение ребенка с помощью призов?*

Учтите: приз - не подарок, подарки дарят безоговорочно, а приз надо завоевать, заслужить. Важно подчеркнуть, что приз ребенок получает не как знак благодарности родителей, а как законный заработок. Для чего используется такой способ поощрения? Например, для того, чтобы ребенок привык убирать за собой в комнате, отучился бы упрямяться перед тем, как лечь спать. Если вы захотите использовать это средство воздействия на ребенка, знайте:

- Нужно четко оговорить, какие проступки подлежат исправлению.
- За желаемое поведение ребенок должен каждый день получать баллы или очки.
- Если ребенок не ведет себя так, как вы договорились, не ругайте его, не морализируйте: он сам наказывает себя, отодвигая время получения приза.
- Когда ребенок набирает оговоренную сумму очков, вы вручаете ему намеченный приз.
- Оговоренное число очков не должно быть слишком велико. Ребенок в 6-7 лет при хорошем поведении должен суметь набрать их примерно за неделю, ребенок более старшего школьного возраста может «зарабатывать» их в течение более длительного срока.
- Призы не следует назначать ребенку за единичный акт - это вредно и малоэффективно, так как является подкупом.

### **Родителям о наказаниях**

- Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.
- Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.
- Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.
- Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

- Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.
- Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.
- Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его.
- Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.
- У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть - как сразу возникнет конфликт.
- Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.
- Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.
- Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.

#### **Чем заменить наказания?**

- Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.
- Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.
- Отвлечением. Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется. Неторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.
- Наградами. В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

#### **Как поощрять ребенка в семье**

- Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда делает уроки, и когда играет со своими игрушками.
- Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и похвалит руку.
- Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением. Используйте чаще выражение: «ты прав», «мы согласны с твоим мнением» — это формирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления.
- Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его принимать подарки.
- Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения, Новый год, конец учебного года, 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления и т. д.
- Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок.

- Дарите подарки своему ребенку не только с учетом его желаний, но и с учетом возможностей своей семьи.

- Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка: грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и дружественные шаржи и т. д.

- Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно.

- Если ребенок поощряется деньгами, вы должны знать, каким образом он ими распорядился и обсудить это с ним.

- Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенком и вами.

- Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам.

- Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

***Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок!***

#### **ЗАПОВЕДИ РАЗУМНОГО ВОСПИТАНИЯ**

Во все времена говорилось, что в воспитании нет рецептов. И, тем не менее, в трудах многих педагогов обнаруживаются правила, принципы, заповеди разумного воспитания. Поразмышляйте над ними. Возможно, удастся дополнить эти тезисы.

*Заповедь первая:* никогда не предпринимайте воспитательных воздействий в плохом настроении.

*Заповедь вторая:* ясно определите, чего вы хотите от ребенка (и объясните это ему), а также узнайте, что он думает по этому поводу, убедите его, что ваши воспитательные цели — это и его цели.

*Заповедь третья:* предоставьте ребенку самостоятельность, воспитывайте, но не контролируйте каждый его шаг.

*Заповедь четвертая:* не подсказывайте готового решения, а показывайте возможные пути к нему и разбирайте с ребенком его правильные и ложные шаги к цели.

*Заповедь пятая:* не пропустите момента, когда достигнут первый успех, хвалите ребенка за каждый удачный его шаг. Причем хвалите не вообще, а конкретно! Не «Ты — молодец», а обязательно «Ты — молодец, потому что...».

*Заповедь шестая:* если же ребенок делает какое-то неверное действие, совершает ошибку, то укажите ему на эту ошибку. Сразу дайте оценку поступку и сделайте паузу, чтобы ребенок осознал услышанное.



*Заповедь седьмая:* оценивайте поступок, а не личность: сущность человека и отдельные его поступки не одно и то же. «Ты — плохой!» (оценка личности) звучит очень часто вместо правильного «Ты поступил плохо!» (оценка поступка). Немаловажное дополнение: ваше замечание по поводу ошибки или поступка должно быть кратким, определенным.

*Заповедь восьмая:* дайте ребенку ощутить (улыбнитесь, прикоснитесь), что сочувствуете ему, верите в него, хорошего мнения о нем, несмотря на его оплошность. Дайте понять (но не обязательно это говорить), что когда этот неприятный разговор будет окончен, то инцидент окажется исчерпанным.

*Заповедь девятая:* воспитание — это последовательность целей. Помогите ребенку строить систему перспективных целей — от дальней к средней и от нее к сегодняшней.

*Заповедь десятая:* воспитатель должен быть твердым, но добрым. Ни абсолютная твердость, во что бы то ни стало, ни такая же безграничная доброта не годятся в качестве единственного основополагающего принципа воспитания. Все хорошо в свое время, и надо уметь применять разные методы в соответствии с конкретной ситуацией. Тогда воспитание будет еще и своевременным.

### **Памятка для родителей**

#### **«Относитесь к своему ребенку с уважением»**

- Дети относятся к нам так, как мы относимся друг к другу.
- Не бойтесь сознаться в своей неправоте. Покажите ребенку пример честного отношения к себе, к нему, к другим.
- Ежесекундно ребенок должен чувствовать родительскую любовь, интерес, поддержку.
- Контролируйте ребенка, но не для того, чтобы наказать, а для того, чтобы помочь.
- Мой ребенок - уникален. Такого никогда не было и не будет. Но он есть!
- Ребенок не «готовится к жизни». Он уже живет «здесь и теперь».
- Пусть живет настоящей полной детской жизнью! (Когда еще ему это удастся?!)
- Ребенок - это уже человек, только еще не выросший. Это растущий человек. А я - выросший человек. Два человека способны понять друг друга.
- Ребенок, как и я, имеет право быть самим собой.
- Ребенок хочет быть независимым, уверенным в себе и в других; уметь самостоятельно разобраться во всем; иметь добрые взаимоотношения.
- Закон, запрещающий бить своих детей, принят в Голландии в 1850 г., во Франции - в 1888 г., в Финляндии - в 1890 г., в Норвегии - в 1935 г., в Швеции - в 1953 г., в Дании - в 1968 г. (по данным А. Маркуши). Давайте примем такой замечательный закон у нас в стране! Начнем с собственной семьи!

○ Не бывает виновных детей, бывают дети, нуждающиеся в нашей помощи.

○ Если родителю не к чему придраться, то он придирается к тону ребенка!

○ Если вы сомневаетесь, как поступить, лучше не торопитесь и посоветуйтесь с самим ребенком.

## Рекомендации родителям подростков

- Под термином "подростковый возраст" принято понимать возраст от 11 лет до 18 лет. Ранний подростковый возраст до 14 лет и старший подростковый возраст - до 18 лет.
- Этот период в жизни ребёнка называется переходным, потому что в течение этого периода происходит переход от детского состояния к взрослому.
- Подросток - это уже не ребёнок, но личность его ещё только формируется. [Подросток](#) желает, чтобы взрослые ( родители, учителя) относились к нему как к равному. Хотя при этом прав он требует больше, чем берёт на себя обязанностей и отвечать за свои поступки явно не желает, разве что на словах.
- Если у вас ребёнок находится в подростковом периоде, то вам следует пересмотреть прежние методы воспитания, потому что они не работают теперь.
- Наиболее распространённой ошибкой семейного воспитания является *недостаток внимания* к подростку, к его внутреннему миру со стороны родителей, или, напротив, *чрезмерная опека*, когда ребёнку самостоятельно не дают шагу ступить.
- Существенные проблемы в воспитании создают разные *стили поведения родителей*: один запрещает и наказывает, а другой попустительствует и всё разрешает. При таком подходе к воспитанию трудности с подростком непременно будут .
- Итак, главное в воспитании подростка - это **общение**. Но при общении нельзя допускать бесконечных нравоучений, попреков, осуждений и придинок. Обращайтесь с подростком на равных, уважительно, тактично подводя его к принятию верного решения.
- Разговор с подростком на важные темы важно начинать как бы невзначай, не следует заранее устанавливать время для разговора, чтобы не вызывать излишнее напряжение. Такой "случайный разговор" может произойти во время обеда, совместной работы по дому, во время похода в магазин.
- Общение предпочтительнее строить в форме вопросов, а не прямого распоряжения. При общении обязательно необходимо слушать, что говорит подросток, сохраняя при этом зрительный контакт.
- Постарайтесь понять своего ребёнка - это начало пути к согласию и миру в семье.
- Когда вы требуете уважительного отношения к себе, помните, что ваш подростковый ребёнок ждёт, что и к нему вы будете относиться уважительно.
- Например, нельзя без разрешения рыться на столе подростка, в его вещах, в личных дневниках, в почте.

- У вашего ребёнка должно быть *личное пространство*, которое принадлежит только ему, и родители не имеют права "вторгаться" и трогать что-либо без ведома.

- Кроме личного пространства, у подростка должно быть и *личное время*. И он должен быть уверен, что в его личное время его не будут беспокоить ни по каким вопросам.

- Немного *о наказаниях*. Если подросток заслуживает наказания, то акт наказания осуществляйте немедленно, а не задним числом. Обязательно разъясните ребёнку, что вас не устраивает в его поведении, и чего вы терпеть никогда не будете. Недопустимо угрожать наказанием, а потом не наказывать. Подросток поймёт, что родители непоследовательны в своих действиях и будет надеяться, что и в следующий раз ему всё сойдёт с рук.

- В подростковом возрасте дети часто бывают грубы, особенно в ответ на такое же грубое обращение со стороны родителей. Если вас не устраивает такой тон, предложите подростку впредь проявлять только уважительное отношение друг к другу. Сами никогда не нарушайте эту договорённость.

- Если вы хотите сделать подростку замечание, делайте это с глаза на глаз, но не в присутствии других людей. Дети в этом возрасте очень болезненно реагируют на критику, и присутствие посторонних людей может только увеличить агрессию со стороны подростка.

### **Поведение в конфликтной ситуации**

Уважаемые папы и мамы! Конфликтная ситуация может коренным образом изменить Вашу жизнь! Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

1. Прежде чем Вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат Вы хотите от этого получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для Вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.
10. Дорожите уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее Вас.

### **Что делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих подростков детей?**

1. Не следует видеть в самостоятельности ребенка угрозу его лишиться.
2. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятельность, сколько право на нее.
3. Чтобы ребенок выполнил то, что Вам нужно, постарайтесь сделать так, чтобы он сам этого захотел.
4. Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте ими ребенка.
5. Не создавайте в семье «революционную ситуацию», а если создали, то приложите все усилия, чтобы разрешить ее мирным путем.
6. Не забывайте слова И.-В. Гете: «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках».

### **За что и против чего ведет борьбу ребенок в переходном возрасте?**

1. За то чтобы перестать быть ребенком.
2. За прекращение посягательств на его физическое начало, за неприкосновенность.
3. За утверждение среди сверстников.
4. Против замечаний, обсуждений, особенно ироничных, по поводу его физической зрелости.

### **Советы родителям:**

1. Необходимо помочь подростку найти гармонию души и тела.

2. Все замечания делать доброжелательным спокойным тоном, не используя ярлыков.

3. Нужно подробно познакомить подростка с устройством и функционированием организма, подобрать соответствующую литературу по этому вопросу.

4. Необходимо помнить, что пока развивается тело ребенка, болит и ждет помощи его душа.

#### **Памятка для родителей ребенка-подростка**

- Старайтесь говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.

- Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.

- Рассказывайте детям о своих переживаниях в том возрасте, в котором они сейчас.

- Будьте открыты для общения с ребенком; даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.

- Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.

- Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.

- В период полового созревания мальчикам особенно важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам – со стороны пап.

- Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

- Будьте особенно внимательны и наблюдательны с подростком, обращайтесь внимание на любые изменения в его поведении.

- Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается.

#### ***Советы родителям подростков в конфликтной ситуации***

Когда скандал уже разгорелся, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать – даже если вы сто раз правы.

- Испугайтесь! В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял к вам, обернется против него самого. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в квартире – все может стать реально опасным, угрожающим его жизни.

- Не кричите, не распускайтесь. Ведь ребенок может действительно подумать, что вы его ненавидите. Он будет в отчаянии, а вы, оглохнув от собственного крика, его крика о помощи не услышите.

***Помните — климат собственной семьи в вашей власти. Вы воздействуете на него ежеминутно, и вам по силам изменить и сделать его благоприятным – благоприятным не вообще, а для своих близких, для таких, какие они есть. Даже если они далеки от идеала.***

#### **Пожелания детей к родителям:**

- принимайте нас безусловно;

- помогите, когда просим;
- не вмешивайтесь в занятия, с которыми справимся сами;
- поддержите успехи;
- не давите авторитетом;
- доверяйте;
- будьте вместе, а не рядом.

## **Авторский цикл родительских встреч для родителей учащихся 9-11 классов**

**Автор – составитель:** Лабазова О.В., социальный педагог.

Цикл встреч составлен для родителей учащихся 9-11 классов, но также будет актуален и для ознакомления родителям учащихся классов младше девятого. Цикл родительских встреч состоит из 2 встреч в течение года, по 1 встрече в полугодие. Каждая встреча по продолжительности занимает 2 академических часа по 45 минут каждый. Встречи проходят на базе Центра «Гармония», с использованием игрового и сенсорного оборудования, а также в рамках творческой мастерской.

### **Основные этапы организации родительских встреч**

#### **Этап 1. Организация родительской встречи**

Этап организации родительской встречи начинается с определения темы текущей встречи и приглашения на нее участников. Предварительной работой является собеседование с учителями-предметниками, текущие организационные моменты, назначение договоренностей с представителями ВУЗов, СУЗов, организаций и Центров Занятости. На данном этапе уместно провести тестирование и анкетирование учащихся, а также раздать задание для текущей подготовки родительскому активу. Цель организационного этапа родительских встреч – это подготовка к предстоящим встречам. Необходимо настроить родителей на нужную волну, направить их мышление в позитивное русло. Также уместно будет персональное обсуждение учебных достижений учащихся, вопросов успеваемости и поведения учащихся класса. Полученная информация используется для синтеза, анализа и обобщения.

Под этапом данного этапа также является организация атмосферности в учебном классе и оформление учебного кабинета в стиле предстоящей родительской встречи. Необходимо продумать организацию явки родителей. В нашем случае я предлагаю подготовить для родителей красочные приглашения, которые будут переданы им детьми. Изготовлением приглашений можно заняться накануне каждой встречи, таким образом проведя внеклассное тематическое мероприятие для учащихся. Важно создать атмосферу ожидания родительской встречи: заблаговременно пригласить родителей, разослав именные приглашения, подготовить альбомы и видеоматериалы, освещающие внеклассную жизнь детей, оформить благодарственные письма.

Завершающим подэтапом является оформление классного помещения для проведения в нем родительской встречи или же другого кабинета, предусмотренного согласно общего плана проведения цикла родительских встреч. Здесь, в зависимости от тематики, может быть уместно оформление классной доски и стен портретами и цитатами великих людей, презентации, интерактивная доска, видеоматериалы, и др.



## **Этап 2. Подготовка сценария родительской встречи и непосредственное ее проведение.**

Данный этап включает в себя ряд основных подэтапов, таких как:

1. Знакомство родителей с результатами учебной деятельности учащихся и социально-эмоциональным климата в классе.
2. Повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей.
3. Обсуждение организационных вопросов.
4. Индивидуальные беседы с родителями.
5. Работа в творческой психологической мастерской согласно плану программы.
6. Релаксация в сенсорной комнате Центра «Гармония».

## **Этап 3. Осмысление итогов родительской встречи.**

Подведение итогов родительской встречи включает в себя необходимость сделать выводы, сформулировать принятые решения, озвучить всю необходимую информацию о следующей встрече.

Для выяснения отношения родителей и определения общей результативности проведенной родительской встречи используется анкета обратной связи или опросный лист оценок и пожеланий родителей.

Информация об итогах родительских встреч при необходимости может быть доведена до администрации школы и учителей-предметников.

### **Встреча № 1**

**Название:** «Посвящение в профессиональных родителей»

**Форма проведения:** круглый стол с последующей релаксацией в сенсорной комнате Центра «Гармония»

**Место проведения:** учебный кабинет и сенсорная комната Центра «Гармония»

**Цель:** Настроить родителей на эффективную поддержку профессиональных предпочтений их детей и подготовить родителей к предстоящему циклу родительских встреч.

### **Подготовительная работа:**

- ✓ Подготовка авторской презентации родителями – представителями профессиональных династий к встрече.
- ✓ Приглашение представителей Центра Занятости на встречу.
- ✓ Проведение теста «Профориентация» для учащихся класса, обработка результатов.

### **Ход встречи:**

1. Вступительное слово.
2. Организационные моменты.
3. Выступление представителей профессиональных династий из числа родителей, с рассказом об истории и традициях своей семьи и авторской презентацией.

4. Выступление представителей Центра Занятости. Рассказ о новых профессиях. Ознакомление со статистическим списком наиболее востребованных профессий. Статистика наиболее высокооплачиваемых профессий.

5. Психолого-педагогический практикум (Тест «Эти загадочные профессии» тестирование родителей «Профпригодность», обсуждение результатов, тестирование родителей тестом «Профорентация», аналогичным детскому тесту, сравнение результатов, обсуждение).

6. Релаксация в сенсорной комнате.

7. Беседа за чашечкой чая на тему профессиональных предпочтений.

8. Домашнее задание.

9. Завершение родительской встречи. Подведение итогов.

### **Встреча № 2**

**Название:** «Наши дети в океане профессий»

**Форма проведения:** психологическая мастерская

**Место проведения:** учебный кабинет и сенсорная комната Центра «Гармония»

**Цель:** Снятие тревожности и нервного напряжения с родителей в связи с предстоящим поступлением их детей в учебные заведения.

**Подготовительная работа:**

- ✓ Подготовка сенсорной комнаты;
- ✓ Подготовка творческой мастерской.

**Ход встречи:**

1. Вступительное слово.
2. Организационные моменты.
3. Творческая мастерская - Сюжетная рельефная лепка из объемного теста «Океан профессий».
4. Релаксация в сенсорной комнате.
5. Беседа за чашечкой чая на тему профессиональных предпочтений.
6. Домашнее задание.
7. Завершение родительской встречи. Подведение итогов.

### **Тест «Эти загадочные профессии».**

*Уважаемые родители! Предлагаю вам проверить себя и выяснить, насколько хорошо вы ориентируетесь в мире новых профессий. Выберите один из вариантов ответа, который на ваш взгляд соответствует наиболее точному описанию предложенной профессии:*

Аквизитор -

▪ Сотрудник страховой компании, занимающийся договорами страхования;

▪ Репетитор для поступления в ВУЗы;

▪ Торговый агент.

1. Андеррайтер -

▪ Представитель торговой фирмы;

▪ Гарант за количество выпущенных ценных бумаг;

- Осуществляет технический анализ рынка.
- 2. Брокер -
  - Специалист по продвижению на рынок марки товара;
  - Специалист по обработке статистических данных;
  - Посредник при заключении сделок.
- 3. Девелопер –
  - Специалист по оформлению зданий;
  - Оформитель web-сайтов;
  - Специализированный риэлтор.
- 4. Импресарио –
  - Имиджмейкер;
  - Агент артиста;
  - Занимается микро-маркетингом.
- 5. Копирайтер –
  - Продавец, торгующий конфекцией;
  - Специалист по подбору и составлению красок;
  - Занимается трансформацией рекламных идей.
- 6. Пробрер –
  - Занимается продажей продукции через интернет;
  - Специалист по определению пробы драгоценных металлов;
  - Руководит работой персонала офиса.

*Правильные ответы:*

1 – 1. Аквизитор – сотрудник страховой компании, занимающийся заключением, возобновлением досрочно прекративших свое действие договоров страхования.

2 – 2. Андеррайтер – гарант, поручитель, берущий на себя обязательства за определенное количество вновь выпущенных акций, облигаций, ценных бумаг, покупку их для последующей продажи инвесторам.

3 – 3. Брокер – посредник при заключении сделок, который анализирует рынок товаров, услуг, ценных бумаг, находит потенциальных покупателей и продавцов, организует их взаимодействие, содействует проведению переговоров.

4 – 3. Девелопер – одна из специализаций риэлтора: заказывает проект, берет в аренду участок земли, «привязывает» проект к участку, согласовывает проведение коммуникаций и строит объект.

5 – 2. Импресарио – агент какого-либо артиста, действующий от его имени и в его интересах.

6 – 3. Копирайтер – занимается трансформацией рекламных идей, разработкой концепции рекламной компании, созданием эффектных рекламных текстов.

7 – 2. Пробрер – специалист по определению пробы драгоценных металлов (определяет количественный и качественный состав примесей). Работает в организациях по обработке драгоценных металлов.

### Тест для родителей «Профпригодность».

*Уважаемые родители! Для проведения теста «Профпригодность» предлагаю вам ответить на нижеприведенные вопросы. При ответе на вопросы теста необходимо выбрать один из трех вариантов ответа.*

#### **Вопросы:**

1. Часто ли вы выполняете работу, которую вполне можно было бы передать другим?
  - А) да
  - Б) редко
  - В) очень редко
2. Как часто из-за занятости вы обедаете наспех?
  - А) да
  - Б) редко
  - В) очень редко
3. Как часто ту работу, которую Вы не успели выполнить днем, Вы выполняете вечером?
  - А) редко
  - Б) периодически
  - В) часто
4. Что для вас характерно?
  - А) Вы работаете значительно больше других
  - Б) Вы работаете как все
  - В) Вы так организуете работу, что работаете меньше всех
5. Можно ли сказать, что физически вы были бы более крепким и здоровым, если были бы менее усердны в учебе или на работе?
  - А) да
  - Б) трудно сказать
  - В) нет
6. Замечаете ли Вы, что из-за усердия в работе мало уделяете времени общению с друзьями?
  - А) да
  - Б) трудно сказать
  - В) нет
7. Не характерно ли для Вас, что уровень работоспособности в последнее время стал несколько падать?
  - А) да
  - Б) затрудняюсь ответить
  - В) нет
8. Замечаете ли Вы, что в последнее время теряете интерес к знакомым и друзьям, которые не связаны с Вашей работой?
  - А) да
  - Б) затрудняюсь ответить
  - В) нет

9. Подстраиваете ли Вы свой образ жизни под нужды работы?  
А) да  
Б) когда как  
В) скорее всего, нет
10. Способны ли Вы заставить себя работать в любых условиях?  
А) да  
Б) когда как  
В) нет
11. Раздражают ли Вас люди, которые отдыхают в то время, когда Вы работаете?  
А) да  
Б) когда как  
В) нет
12. Как часто Вы увлечены работой?  
А) часто  
Б) периодически  
В) редко
13. Были ли в последнее время у Вас ситуации, что бы Вы не могли заснуть, думая о своих проблемах по работе?  
А) сравнительно часто  
Б) периодически  
В) редко
14. Какой темп работы для Вас наиболее характерен?  
А) я работаю медленно, но качественно  
Б) когда как  
В) я работаю быстро, но не всегда качественно
15. Работаете ли Вы во время каникул, отпуска?  
А) чаще всего да  
Б) иногда  
В) нет
16. Что для Вас наиболее характерно с точки зрения профессионального самоопределения?  
А) Я давно выбрал для себя профессию и стремлюсь профессионально самосовершенствоваться.  
Б) Я точно знаю, какая профессия мне больше всего подходит, но для того, чтобы овладеть ею, нет подходящих условий  
В) Я еще не решил окончательно, какая профессия мне больше всего подходит
17. Что бы вы предпочли?  
А) иметь очень интересную и творческую работу, пусть даже не всегда высокооплачиваемую  
Б) работу, где требуется большое трудолюбие и упорство, но и очень высокооплачиваемую  
В) работу, не требующую большого напряжения сил, но достаточно прилично оплачиваемую

18. Считали ли вас родители, учителя человеком усидчивым и прилежным?

- А) да
- Б) когда как
- В) нет

*При подсчете суммарного числа баллов следует иметь в виду, что ответы оцениваются:*

*А) 3 балла Б) 2 балла В) 1 балл*

Суммарное число баллов	Уровень способности к саморазвитию и самообразованию
18-25	1 – очень низкий
26-28	2 – низкий
29-31	3 – ниже среднего
32-34	4 – чуть ниже среднего
35-37	5 – средний
38-40	6 – чуть выше среднего
41-43	7 – выше среднего
44-46	8 – высокий
47-54	9 – очень высокий

*Лучшие результаты – это 7 и 8 уровень. 9 уровень – уровень трудолюбия и работоспособности часто имеют «трудоголики», склонные к истощению нервной системы. Поэтому, развивая в себе трудолюбие и работоспособность, важно, как и во всем, знать меру.*

### **Тест «Профорientация».**

*Предположим, что после соответствующего обучения, Вы можете выполнять любую работу. Но, если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли? В каждой паре выберите только одну возможность и запишите цифру от 1 до 5, стоящую после выбранного варианта:*

1.
  - А) Ухаживать за животными (1)
  - Б) Обслуживать машины, приборы (2)
2.
  - А) Помогать больным людям (3)
  - Б) Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин (4)
3.
  - А) Следить за качеством иллюстраций, плакатов, открыток (5)
  - Б) Следить за состоянием, развитием растений (1)
4.
  - А) Обрабатывать материалы, дерево, ткань и тп. (2)

- Б) Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать) (3)
- 5.
- А) Обсуждать научно-популярные книги, статьи (4)
- Б) Обсуждать художественные книги, пьесы, концерты (5)
- 6.
- А) Ухаживать за животными (1)
- Б) Тренировать товарищей в выполнении каких-либо действий (3)
- 7.
- А) Копировать рисунки, настраивать музыкальные инструменты (5)
- Б) Управлять каким-либо транспортом (2)
- 8.
- А) Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (3)
- Б) Художественно оформлять выставки, витрины, участвовать в подготовке концерта (5)
- 9.
- А) Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику, жилище) (2)
- Б) Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах (4)
- 10.
- А) Лечить животных (1)
- Б) Выполнять вычисления, расчеты (4)
- 11.
- А) Выводить новые сорта растений (1)
- Б) Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, дома, одежда, продукты питания) (2)
- 12.
- А) Разбирать споры между людьми (3)
- Б) Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (4)
- 13.
- А) Участвовать в работе кружков художественной самодеятельности (5)
- Б) Изучать простейшие организмы под микроскопом (1)
- 14.
- А) Налаживать медицинское оборудование (2)
- Б) Оказывать людям медицинскую помощь (3)
- 15.
- А) Составлять точные описания наблюдаемых явлений, событий (4)
- Б) Художественно описывать события (наблюдаемые или воображаемые) (5)
- 16.
- А) Делать лабораторные анализы в больнице (1)
- Б) Принимать, осматривать больных, беседовать с ними (3)
- 17.
- А) Красить и расписывать стены помещения, изделия (5)
- Б) Строить здания, собирать машины, приборы (2)
- 18.
- А) Организовывать походы в театр, экскурсии в музеи (3)

Б) Играть на сцене, принимать участие в концертах (5)

19.

А) Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду) (2)

Б) Делать чертежи, карты (4)

20.

А) Вести борьбу с болезнями растений

Б) Работать на компьютере, пишущей машинке (4).

**Комментарии к тесту:**

*Поработав с тестом, Вы можете определиться с выбором типа профессии. Каждая из цифр, стоящая после вопроса, соответствует определенному типу профессий:*

1. «ЧЕЛОВЕК - ПРИРОДА» - все профессии, связанные с экологией, природными явлениями, жизнеобеспечением человека в природе и живым миром и тп.

2. «ЧЕЛОВЕК – ТЕХНИКА» - все технические и гуманитарные профессии, связанные с политехникой.

3. «ЧЕЛОВЕК – ЧЕЛОВЕК»- все профессии, связанные с взаимодействием человека с человеком, человека с обществом и тп.

4. «ЧЕЛОВЕК – ЗНАК» - все профессии, связанные с коммуникациями и взаимоответственностью, взаимодействием человека с обществом и человека с человеком.

5. «ЧЕЛОВЕК – ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ» - все творческие профессии



**Программа коррекции психоэмоционального состояния младших школьников с применением телесно-ориентированных техник и метода биологической обратной связи «Золотой лучик»**  
*(фрагмент)*

Уровень программы: коррекционно-развивающая программа

Программе присвоен гриф «Рекомендовано Федерацией психологов образования России» для использования в образовательных учреждениях

Регистрационный номер: КП-37, 2015 год

Автор-составитель: педагог-психолог Сакулина М.Ф.

Младший школьный возраст – наиболее ответственный этап школьного детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка.

Основные достижения этого возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности и во многом являются определяющими для последующих лет обучения: к концу младшего школьного возраста ребенок должен хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы.

Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познания и деятельности. Основная задача взрослых в работе с детьми младшего школьного возраста – создание оптимальных условий для раскрытия и реализации возможностей детей с учетом индивидуальности каждого ребенка.

В настоящее время растёт процент детей младшего школьного возраста, подверженных стресс-зависимым состояниям и поведению, физическому и психическому стрессу, страдающих от чувства отчуждения, низкой самооценки, проблем адаптации к новым условиям жизни (начало обучения в школе, приёмная семья, новое ОУ и т.д.). Всё более частыми становятся обращения родителей, дети которых имеют проблемы в обучении, причинами которых являются различные проявления синдром гипервозбудимости и дефицита внимания, различные формы невротического нарушения поведения.

Широко распространены среди младших школьников психосоматические расстройства: вегетососудистая дистония, нарушения сердечной деятельности, нарушения дыхания. Высока частота проявления у соматически здоровых детей признаков переутомления, напряженности, тревоги, беспокойства, чувства страха. И, как следствие, жалобы родителей и педагогов на то, что ребенок невнимателен, вспыльчив, раздражителен, агрессивен по отношению к окружающим, не реагирует на замечания, «остро» реагирует на критику, плачет по поводу и без повода, быстро утомляется. В такой ситуации окружающие ребёнка люди не знают, как повлиять на сложившуюся ситуацию, теряются от потока замечаний и жалоб в адрес ребёнка. Отсюда возникает задача контроля за

эмоциональным развитием детей и при необходимости применения психокоррекционных программ.

Введение ФГОС позволило чётко обозначить обязательные требования при реализации основной образовательной программы. В соответствии этим ребёнок для успешного обучения должен владеть рядом универсальных учебных действий. Но не все младшие школьники могут адаптироваться к условиям современного обучения. Затруднять освоение учебной программы могут психосоматические, личностные, эмоциональные, внутрисемейные, поведенческие и другие проблемы ребёнка.

Таким образом, наличие нарушений в психоэмоциональном состоянии детей младшего школьного возраста обуславливает необходимость проведения коррекционной работы, направленной на гармонизацию развития личности ребёнка. «...Ничто (в психике человека) не остается неподвижным, неподатливым, а всё всегда может быть достигнуто, изменяться к лучшему, лишь бы были осуществлены соответствующие условия». Эти слова И. П. Павлова, в которые как нельзя лучше отражают высокий гуманистический смысл и направленность различных форм коррекционной помощи детям. В связи с этим в МОУ Центр «Гармония» г.Углич была создана программа коррекция психоэмоционального состояния детей младшего школьного возраста с применением телесно-ориентированных техник и метода БОС «Золотой лучик».

### **Новизна программы**

Использование комплексного подхода к коррекции психоэмоционального состояния детей позволяет более эффективно проводить данную работу, так как положительная динамика наблюдается за гораздо короткий срок, а значит остаётся время для автоматизации и закрепления полученных навыков саморегуляции. Кроме того, комплексный подход к построению занятий позволил расширить возможности в решении проблем, с которыми обращаются родители с детьми и сделать занятия более интересными и увлекательными для ребёнка.

Программа позволяет:

- активно привлекать родителей к участию в процессе коррекции: совместное выполнение домашних упражнений с ребёнком положительно отражается как на результатах коррекции, так и на взаимоотношениях в семье;
- оптимизировать коррекционно-развивающий процесс за счёт согласованной работы с логопедом (дефектологом), педагогом;
- формировать у ребёнка навыки самоконтроля, возможности управлять стрессом, закладывая основы положительного самосознания, т.е. те качества, которые ведут к психоэмоциональной устойчивости и способности к саморегуляции.

## **Цели, задачи и принципы реализации программы.**

Программа коррекции психоэмоционального состояния детей младшего школьного возраста с применением телесно-ориентированных техник и метода БОС «Золотой лучик» представляет из себя комплекс интегративных телесно-ориентированных психотехник - дыхательных, медитативных, массажа, растяжек, постизометрических и динамических релаксаций; арт-терапевтических техник – мандала, интегративный рисунок, а также психофизиологического тренинга с использованием метода биологической обратной связи, и имеет целью помощь в формировании эмоционально благополучной личности.

Современные условия обучения в соответствии с ФГОС предъявляют ребёнку ряд требований. Успешный ученик должен обладать совокупностью личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных универсальных действий. В реальности существуют некоторые препятствия: психосоматические, поведенческие, внутрисемейные и прочие проблемы, с которыми сам ребёнок и его родители справиться не могут.

Данная программа позволяет помочь младшим школьникам решить эти проблемы и стать гармоничной личностью и успешным учеником. Таким образом, можно выделить следующие **задачи** программы:

- формирование адаптивного типа взаимоотношения с внешней средой, помощь в оптимизации протекания адаптивного процесса у детей при поступлении в школу, перемене места обучения и др.;
- развитие умения находить равновесие между сосредоточенной активностью и спокойствием в обстановке учебных занятий, экзаменационных испытаний, конфликтных ситуациях;
- предоставление учащимся знаний и навыков, необходимых для поддержания хорошего физического и психического здоровья, повышения качества жизни;
- поднятие уровня академической успеваемости за счёт усиления мотивации и концентрации внимания;
- помощь в формировании у детей осознания личной ответственности за своё собственное физическое и психическое здоровье.

### **Основные направления работы по программе.**

1. Психодиагностика, направлена на выявление проблем в эмоциональном состоянии и наблюдение за динамикой развития ребенка в условиях целенаправленной коррекционной работы.

2. Психологическое консультирование, направленное на оказание помощи родителям и педагогам в решении проблемных вопросов эмоционального состояния младших школьников.

3. Коррекционная работа, направленная на гармонизацию и оптимизацию эмоционального состояния ребенка.

## **Взаимодействие с другими участниками образовательного процесса.**

### Взаимодействие с родителями.

Психологическая работа (как и педагогическая) с детьми не будет эффективна без помощи и поддержки родителей. Информация предлагается родителям в рекомендательной, а не в обязательной форме. Родители могут сами выбрать, что для них полезно. Такой стиль общения психолога с родителями позволяет эффективнее построить деловое сотрудничество в воспитании и развитии ребенка.

Работа с родителями включает проведение в рамках программы

- Тематических родительских собраний
- Консультирование
- Тренинги
- Распространение среди родителей буклетов

### Взаимодействие со специалистами

Целью согласованного воздействия психолога с логопедом (дефектологом), педагогом является оптимизация коррекционно-развивающего процесса.

В рамках программы используются следующие формы работы:

- педконсилиум
- взаимоконсультирование
- взаимопосещение

### **Организация и формы работы.**

Программа коррекции психоэмоционального состояния ребёнка с применением телесно-ориентированных техник и метода БОС «Золотой лучик» состоит из 51 занятия (4 диагностических, 3 тематических и 44 тренинговых по 30 минут каждое. Программа рассчитана на детей 6-11 летнего возраста. Формы работы индивидуальная и групповая. Индивидуальные занятия проводятся 1-2 раза в неделю и, дополнительно к индивидуальным занятиям, проводятся групповые занятия. Занятия проводятся в кабинете компьютерных биотренажеров, а также в сенсорной комнате и комнате двигательной активности.

### **Этапы работы по программе.**

Программный комплекс состоит из четырех основных блоков:

- диагностического;
- установочного;
- коррекционного;
- блок оценки эффективности коррекционных воздействий.

### Диагностический блок.

Его цель – диагностика эмоциональной состояния ребенка, выявление факторов риска, формирование индивидуальной программы психологической коррекции.

### Установочный блок.

Цель: снижение уровня тревожности до рабочего, формирование желания сотрудничать с психологом и группой.

### Коррекционный блок.

Его цель – гармонизация и оптимизация эмоционального состояния ребенка, овладение определенными способами саморегуляции, которые помогут эффективно взаимодействовать с миром и с самим собой.

### Блок оценки эффективности коррекционных воздействий.

Блок оценки эффективности коррекционных воздействий, направлен на анализ изменений эмоционального состояния, личностных реакций у ребёнка в результате психокоррекционных воздействий.

## **Тематическое планирование по программе Диагностический блок программы.**

### 1. Характеристика развития эмоциональных процессов

*Графическая методика «Кактус» (М.А.Панфилова)*

Цель: исследование эмоционально-личностной сферы ребёнка, выявление наличия агрессии, её направленности и интенсивности, тревожности и неуверенности в себе.

*Проективная методика «Несуществующее животное» (М.З. Дукаревич)*

Цель: регистрация состояния психики, выявление наличия тревожности и агрессивности.

*Цветовой тест Люшера (М.Люшер)*

Цель: исследование эмоционального и физиологического состояния ребёнка.

### 2. Уровень развития саморегуляции

Физиологический критерий (по результатам работы на БОС- тренажёре)

Диагностика проводится в индивидуальной форме до начала работы.

После диагностики психологом заполняется индивидуальная карта развития ребёнка.

Анализируемые факторы диагностического блока были подобраны с учетом содержания коррекционного блока данной программ

## **Установочный и коррекционный блок**

№ п/п	Тема	Количество часов		Примечания
		Групповые занятия	Индивидуальные занятия	
1.	Знакомство.	2	1	
2.	Ориентирование в схеме тела.	1	1	
3.	Контакт с телом.	3	3	
4.	Знакомство с эмоциональными состояниями.	2	2	
5.	Проработка сегментов тела.	4	18	
6.	Психофизиологический тренинг.	-	5	
7.	Основы саморегуляции.	1	4	

**Блок оценки эффективности коррекционных воздействий.**

Оценка эффективности коррекционных воздействий осуществляется путём проведения заключительной диагностики и сравнительного анализа с данными первичной диагностики. Данные регистрируются в индивидуальной карте развития и сообщаются родителям вместе с рекомендациями.

**Ожидаемые результаты:**

- снятие переутомления, повышение работоспособности;
- положительный эмоциональный настрой, снижение уровня агрессивности и тревожности;
- овладение некоторыми приёмами саморегуляции и умение использовать их в стрессовых ситуациях;
- овладение детьми навыками, которые позволяют найти оптимальные способы поведения в конфликте;
- более высокий уровень академических достижений за счёт усиления мотивации и концентрации внимания;
- осознание ребёнком личной ответственности за своё собственное физическое и психическое здоровье.

**Способы проверки ожидаемых результатов:** заключительная диагностика детей младшего школьного возраста, заключительная структурированная беседа с ними и родительские отзывы, а также сравнительный анализ полученных результатов с результатами входящей диагностики.

## Родительское собрание с элементами тренинга

### «О чем тревожится ребёнок или как помочь тревожному ребёнку»

Автор-составитель: Сакулина М.Ф., педагог-психолог

**Цель:** дать представление о том, что такое тревожность и о последствиях повышенного уровня тревожности у ребёнка для его здоровья; помочь родителям выявить причины тревожности и дать рекомендации о способах преодоления детской тревожности.

**Оборудование:** ПК и мультимедийная система, бумага и ручки, карточки, буклеты, диск со спокойной музыкой, бейджи по количеству участников.

#### План собрания:

1. Организационный момент.
2. Ритуал приветствия.
3. Мини-лекция «Что такое тревожность»
4. Практическое задание «Портрет тревожного ребёнка»
5. Мини-лекция «Как выявить тревожного ребёнка»
6. Упражнение «Драка» (Е.Лютова, Г.Монина)
7. Мини-лекция «Как помочь тревожному ребёнку» и распространение буклетов с рекомендациями о взаимодействии с тревожным ребёнком.
8. Психологический практикум для родителей «Как помочь тревожному ребёнку».

Упражнения:

«Насос и мяч» (Е.Лютова, Г.Монина)

«Ласковый мелок» (Е.Лютова, Г.Монина)

«Штанга» (М.Чистякова)

«Воздушный шарик» (модификация Е.Лютова, Г.Монина)

9. Обратная связь.

10. Ритуал прощания.

#### Содержание родительского собрания:

1. Организационный момент.

(звучит спокойная музыка)

При встрече, пришедших на собрание родителей, психолог предлагает каждому написать на карточке своё имя.

2. Ритуал приветствия.

Сегодня мы собрались обсудить важный вопрос «Что такое тревожность? Как она влияет на здоровье ребёнка и ваше здоровье.» И, конечно, самый важный – «Как помочь своему ребёнку?»

Но сначала я предлагаю познакомиться и настроиться на рабочий лад.

Упражнение «Здравствуй, уважаемый...»

Цель: познакомить участников, настроить на плодотворную, командную работу, повысить концентрацию внимания.

Фоном звучит спокойная музыка.

Упражнение можно проводить как стоя в кругу, так и сидя.

Упражнение выполняется по кругу.

- Давайте поприветствуем друг друга. Приветствие обращено к вашему соседусправа. Поздоровайтесь с ним: «Здравствуй, уважаемый (называете имя)!» и сопроводите это каким-нибудь жестом (прыжок, хлопок, поклон, рукопожатие и др.).

Следующий участник также здоровается со своим соседом справа, повторяет жест, посвященный ему, и добавляет свой. И так по кругу. Новые жесты повторяться не должны.

Психолог должен в таком же формате поздороваться последним.

### 3. Мини-лекция «Что такое тревожность»

Тревожность — это индивидуальная психологическая особенность, которая заключается в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не располагают. Тревожность бывает ситуативная и общая. Слово «тревога» было известно в русском языке с первой половины XVIII века и обозначало «знак к битве». Тревога — это эпизодические проявления беспокойства и волнения. Позже появилось и понятие «тревожность». Тревожность — это индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения, обусловленное слабостью нервных процессов.

Вопрос о причинах возникновения тревожности в настоящее время остается открытым. Однако многие авторы в качестве одной из причин повышенного уровня тревожности дошкольников и младших школьников считают нарушение детско-родительских отношений.

Е. Ю. Брель (1996) проводила специальное исследование, направленное на выявление социально-психологических факторов, влияющих на формирование детской тревожности. Данное исследование позволило ей сделать вывод о том, что такие социально-психологические факторы, как неудовлетворенность родителей своей работой, материальным положением и жилищными условиями, оказывают существенное влияние на появление тревожности у детей.

А. И. Захаров (1997) считает, что у младших школьников тревожность еще не является устойчивой чертой характера и при проведении соответствующей психолого-педагогической коррекции относительно обратима.

Однако именно в дошкольном возрасте начинает формироваться так называемая школьная тревожность. Принято считать, что она возникает вследствие столкновения ребенка с требованиями обучения и кажущейся невозможностью им соответствовать. Причем большинство первоклассников переживает не из-за плохих отметок, а из-за угрозы испортить отношения с учителями, родителями, сверстниками.

Тревожности могут быть подвержены как мальчики, так и девочки, но специалисты считают, что в дошкольном возрасте более тревожными являются мальчики, к 9—11 годам — соотношение становится равномерным, после 12 лет происходит резкое повышение уровня



тревожности у девочек. При этом, тревога девочек по своему содержанию отличается от тревоги мальчиков: девочек больше волнуют взаимоотношения с другими людьми (ссоры, разлуки и т. д.), мальчиков — насилие во всех его аспектах (Кочубей Б. И., Новикова Е. В., 1988).

Чаще всего тревожность развивается тогда, когда ребенок находится в состоянии (ситуации) внутреннего конфликта. Он может быть вызван:

1. негативными требованиями, предъявляемыми к ребенку, которые могут унижить или поставить в зависимое положение;
2. неадекватными, чаще всего завышенными требованиями;
3. противоречивыми требованиями, которые предъявляют к ребенку родители и/или школа.

Работу с тревожными детьми целесообразно проводить в трех основных направлениях: во-первых, по повышению самооценки ребенка; во-вторых, по обучению ребенка способам снятия мышечного и эмоционального напряжения; и в-третьих, по отработке навыков владения собой в ситуациях, травмирующих ребенка. И, конечно работа должна вестись не только психологом с ребёнком, но и родителями как с ребенком, так и над собой.

#### 4. Практическое задание «Портрет тревожного ребёнка»

Группа делится на 3-4 подгруппы. Каждой подгруппе выдается карточка «Портрет „особого” ребенка» (см. приложение № 4.1) на которой перечислены индивидуальные особенности всех разных категорий детей. Участники подгрупп совместно выбирают черты, которые свойственны тревожным детям, дополняют этот список, таким образом, составляют портрет ребенка. Затем каждая подгруппа зачитывает составленную характеристику, после чего проводится общее обсуждение.

Надо отметить, что некоторые индивидуальные особенности и поведенческие проявления, зафиксированные в карточке нельзя четко отнести к какой-либо одной категории. Поэтому в процессе обсуждения могут возникать разногласия. Задача психолога состоит в том, чтобы дать возможность высказаться каждому желающему участнику. И лишь затем выступать в роли эксперта.

После того, как портрет составлен, основные характеристики ребенка данной категории фиксируются на доске или на стенде.

#### 5. Мини-лекция «Как выявить тревожного ребёнка»

Одной из отличительных черт тревожных детей является их чрезмерное беспокойство. Причем, иногда они боятся даже не самого события, а его предчувствия. Иногда у ребенка существуют совершенно конкретные страхи: страх темноты, высоты, одиночества и т. д. Тревожные дети требовательны к себе, часто имеют заниженную самооценку.

*Затем психолог знакомит участников группы с критериями определения тревожности у ребенка.*

Критерии определения тревожности у ребёнка.

- Постоянное беспокойство.
- Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чём-либо.

- Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи)
- Раздражительность.
- Нарушения сна.

Можно предположить, что ребёнок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении.

*Предлагается анкета (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.).*

#### 6. Упражнение «Драка» (Е.Лютова, Г.Монина)

Мы уже говорили о том, что многое зависит от вас самих. Не секрет, что многие родители сами испытывают мышечное напряжение, поэтому упражнения на релаксацию могут быть полезны как для вас, так и для вашего ребёнка. Я предлагаю упражнение, которое поможет снять напряжение.

#### Упражнение «Драка»

Цель: упражнение помогает расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

- Представьте, что вы с другом поссорились. Вот - вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-крепко стисните зубы. Сожмите как можно сильнее кулаки, до боли вдавите пальцы в ладони. На несколько секунд заатайте дыхание.

Задумайтесь: а, может, и не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади! Встряхните кистями рук. Почувствовали облегчение?

7. Мини-лекция «Как помочь тревожному ребёнку» и распространение буклетов с рекомендациями о взаимодействии с тревожным ребёнком.

Совершенно очевидно, что ни один родитель не стремится к тому, чтобы его ребенок стал тревожным. Однако порой действия взрослых способствуют развитию этого качества у детей.

Нередко родители предъявляют ребенку требования, соответствовать которым он не в силах. Малыш не может понять, как и чем угодить родителям, безуспешно пробует добиться их расположения и любви. Но, потерпев одну неудачу за другой, понимает, что никогда не сможет выполнить все, чего ждут от него мама и папа.

Он признает себя не таким, как все: хуже, никчемнее, считает необходимым приносить бесконечные извинения.

Чтобы избежать пугающего внимания взрослых или их критики, ребенок физически и психически сдерживает свою внутреннюю энергию. Он привыкает мелко и часто дышать, голова его уходит в плечи, ребенок приобретает привычку осторожно и незаметно выскальзывать из комнаты. Все это отнюдь не способствует развитию ребенка, реализации его творческих способностей, мешает его общению со взрослыми и детьми, поэтому родители тревожного ребенка должны сделать все, чтобы заверить его в своей любви (независимо от успехов), в его компетентности в какой-либо области (не бывает совсем неспособных детей).

Прежде всего, родители должны ежедневно отмечать его успехи, сообщая о них в его присутствии другим членам семьи (например, во время общего ужина). Кроме того, необходимо отказаться от слов, которые унижают достоинство ребенка («осел», «дурак»), даже если взрослые очень раздражены и сердиты. Не надо требовать от ребенка извинений за тот или иной поступок, лучше пусть объяснит, почему он это сделал (если захочет). Если же ребенок извинился под нажимом родителей, это может вызвать у него не раскаяние, а озлобление.

Полезно снизить количество замечаний. Предложите родителям попробовать в течение одного только дня записать все замечания, высказанные ребенку. Вечером пусть они перечитают список. Скорее всего, для них станет очевидно, что большинство замечаний можно было бы не делать: они либо не принесли пользы, либо только повредили вам и вашему ребенку.

Нельзя угрожать детям невыполнимыми наказаниями: («Замолчи, а то рот заклею! Уйду от тебя! Убью тебя!»). Они и без того боятся всего на свете. Лучше, если родители в качестве профилактики, не дожидаясь экстремальной ситуации, будут больше разговаривать с детьми, помогать им выражать свои мысли и чувства словами.

Ласковые прикосновения родителей помогут тревожному ребенку обрести чувство уверенности и доверия к миру, а это избавит его от страха насмешки, предательства.

Родители тревожного ребенка должны быть единомышленны и последовательны, поощряя и наказывая его. Малыш, не зная, например, как сегодня отреагирует мама на разбитую тарелку, боится еще больше, а это приводит к стрессу.

Родители тревожных детей часто сами испытывают мышечное напряжение, поэтому упражнения на релаксацию могут быть полезны и для них. Но, к сожалению, наши отношения с родителями не всегда позволяют открыто сказать им об этом. Не каждому можно порекомендовать обратить внимание прежде всего на себя, на свое внутреннее состояние, а потом предъявлять требования к ребенку. В таких ситуациях можно сказать родителям: «Ваш ребенок часто бывает скованным, ему было бы полезно выполнять упражнения на расслабление мышц. Желательно, чтобы вы выполняли упражнение вместе с ним, тогда он будет делать их правильно».

Распространение буклета.

Родители, которые следуют таким рекомендациям, через некоторое время отмечают приятные ощущения в теле, улучшение общего состояния. Вот потому, прежде чем оказывать помощь ребенку, взрослый должен позаботиться о себе. Поэтому мы сейчас попробуем освоить несколько упражнений, которые вы сможете выполнять вместе со своими детьми.

**8. Психологический практикум для родителей «Как помочь тревожному ребёнку».**

Фоном звучит спокойная музыка

Упражнение «Ласковый мелок»

Цель: *снятие мышечных зажимов, развитию ощущений.*

Существует хорошее развлечение — рисовать или писать на спине друг у друга различные картинки или буквы, а затем отгадывать, что было изображено.

Взрослый говорит ребёнку следующее: «Мы с тобой будем рисовать друг другу спине. Что ты хочешь, чтобы я сейчас нарисовал? Солнышко? Хорошо». И мягким прикосновением пальцев изображает контур солнца. Похоже? А как бы ты нарисовал на моей спине или руке? А хочешь я нарисую тебе солнце «ласковым» мелком? И взрослый рисует, едва касаясь поверхности тела. «Тебе приятно, когда я так рисую? А хочешь, сейчас белка нарисуют солнце своим «ласковым» хвостиком? А хочешь я нарисую другое солнце, или луну, или что-нибудь еще? После окончания игры взрослый нежными движениями руки «стирает» все, что он нарисовал при этом слегка массируя спину или другой участок тела.

#### Упражнение «Насос и мяч»

Цель: снять мышечное напряжение.

Один из вас – большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. «Мяч» стоит обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперёд, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). «Насос» начинает надувать «мяч», сопровождая это движением рук (они качают воздух) и звуком «с». С каждой подачей воздуха «мяч» надувается всё больше. Услышав первый звук «с», «мяч» вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямляется туловище, после третьего – у мяча поднимается голова, после четвёртого – надуваются щёки и даже руки отходят от боков. Мяч надут. «Насос» перестал накачивать. Шланг насоса выдёргивается и с силой из «мяча» выходит воздух со звуком «Ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение.

Затем играющие меняются ролями.

#### Упражнение «Штанга»

Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребёнку почувствовать себя успешным.

Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжёлая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола и поднимем её над головой. Сделали вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи защитили вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы чемпионы. Можете поклониться зрителям. Вам все хлопают, поклонитесь ещё раз, как чемпионы.

Упражнение можно выполнить несколько раз.

#### Упражнение «Воздушный шарик»

Цель: снять напряжение, успокоить ребёнка.

Упражнение может выполняться как в положении стоя, так и в положении сидя.

Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щёки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нём. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу.

Упражнение можно повторить 3 раза.

#### **9. Обратная связь.**

Проводится шеринг.

Участникам предлагается оценить насколько полезной была информационная и практическая части собрания. Что особенно понравилось или не понравилось. Что чувствовали в ходе нашей работы.

#### **10. Ритуал прощания.**

Фоном звучит спокойная музыка

#### Упражнение «Рукопожатие»

Цель: закрепить положительные эмоции, сбросить напряжение.

- Мы все сегодня плодотворно поработали и все заслужили благодарность. Пока я считаю до пяти, вы должны успеть поблагодарить друг друга рукопожатием.

Психолог считает до четырёх интенсивно, затем замедляет счёт («... четыре с четвертью, четыре с половиной, четыре...»), для того чтобы все участники успели поблагодарить друг друга.

## **Программа психологической профилактики деструктивного суицидального поведения у детей и подростков «Крылья» (фрагмент)**

**Разработчик программы:** Шухаева Е.А., педагог-психолог.

**Целевые группы:** дети и подростки 5-11 классов.

### **Актуальность программы**

По данным Всемирной организации здравоохранения, самоубийства (суициды), занимают четвертое место как причина смертности после сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и травматизма. Подростковый суицид на втором месте по завершённому суициду в мире. По данным Росстата в 2010 году зарегистрировано 23,4 случая суицида на 100 тысяч населения, в 2012 году – 22,9 случая. Проявление суицида в масштабе 1:100 (на 1 завершённый суицид приходится 100 попыток суицида или деструктивно суицидального поведения).

Актуальность нашей программы заключается в том, что в настоящее время проблемы суицидального поведения все чаще проявляются в Ярославской области. За период 2010-2013гг. участились попытки суицида среди детей 12-16 лет в городах Любим, Данилов, Углич. В Ярославской области зафиксировано 3 случая суицида подростков в 2010г., в 2013г – 5 случаев, а на 06.01.2014 г уже 2 случая.

Работая с детьми и подростками в школах на сплочение класса, на снятие агрессивности, все чаще при диагностике эмоциональных состояний и личностных особенностей детей и подростков выявляется собственное обесценивание, негативное отношение к некоторым сверстникам, затрудненная адаптация в коллективах. Очень часто звучат фразы: «Жизнь надоела, устал от жизни», происходит обесценивание жизни, чаще проявляется деструктивное суицидальное поведение детей и подростков.

В настоящее время помощь в социальной адаптации детям с нестабильным и суицидальным поведением, их родителям в г. Угличе и Угличском районе осуществляет только центр «Гармония», поэтому для специалистов центра встал вопрос о разработке профилактической программы. В этом плане программа «Крылья» по оказанию психологической помощи детям и подросткам с деструктивным суицидальным поведением обретает особую значимость.

Программа направлена на то, чтобы помочь ее участникам глубже узнать свои личностные особенности, оценить и применить свои возможности, а так же привлечь ресурсы ближайшего окружения, специалистов для решения своих кризисных ситуаций. Уметь разграничивать деструктивное и конструктивное самоутверждение, найти свой имидж, управлять волевыми процессами, применять элементы релаксации.

### **Почему эта программа кажется специалистам Центра необходимой?**

Программа оказания психологической помощи детям и подросткам, с учетом проблемной ситуации, предотвращение суицидов определяется рядом обстоятельств: право на жизнь является основным и неотъемлемым правом человека, в связи, с чем родители, педагоги и сам человек несут ответственность за сохранение жизни и здоровья. Помощь психологов – помочь принять ответственность за свои мысли и действия.

**Новизна** программы «Крылья» заключается в том, что основным в программе является оценка личностного отношения ребенка к жизни, ситуации. Профилактика и коррекция деструктивного суицидального поведения детей и подростков происходит через раскрытие их внутренних и внешних ресурсов.

**Цель программы:** профилактика деструктивного суицидального поведения у детей и подростков.

**Для достижения цели были поставлены задачи:**

1. Выявить и изучить особенности поведения у детей и подростков
2. Повысить социально-психологические компетентности подростков.
3. Развить способности производить значимые изменения в своей жизни, способности адекватно и наиболее полно познавать себя и других людей, адекватно реагировать на происходящее
5. Помочь овладеть приемами межличностного взаимодействия, навыками релаксации
6. Раскрыть внутренние и внешние ресурсы детей и подростков

**Программа основана на общепринятых психолого-педагогических принципах:**

1. Принцип доверия (становление и поддержание доверительных отношений)
2. Принцип научности (процесс психологической помощи должен опираться на научные представления о феномене суицида)
3. Принцип комплексности (принцип предполагает оказание психологической помощи при взаимодействии самого ребенка, родителей, педагогов, специалистов Центра).

**Научные, методологические основания и основные методы программы**

Научными основаниями для изучения причин подросткового деструктивного суицидального поведения послужили труды А.В. Крылова, Е.В. Ермакова, Е. М. Вроно, теоретические работы А.Г. Амбрумовой, В.А. Тихоненко о социальной дезадаптации личности.

Методологическими основаниями профилактической программы стали работы А.Г. Холмогоровой, Н.Г. Гаранян о многомерной модели психологического здоровья личности.

*Основные методы программы «Крылья»:*

1. Позитивная динамическая терапия (техники использования психотерапии и самопомощи («Семейная позитивная динамическая психотерапия» В.Ю. Слабинский))

2. Метод беседы (позволяет развивать мышление, речь, общую осведомленность)

3. Арт-терапия (метод позволяет дать выход эмоциям, стимулирует психологические процессы)

4. Аутотренинг (метод направлен на снятие эмоционального напряжения, на закрепление пройденного материала)

5. Метод релаксации (метод направлен на снятие эмоционального напряжения).

### **Оборудование и материалы, используемые в процессе реализации программы:**

1. Оборудование и материалы: бланки с заданиями, бумага для рисования, ручки, цветные карандаши. Учебный класс, либо релаксационный кабинет, где имеется мягкий ковер, удобные кресла, диски с музыкой для работы.

2. Личностные опросники, анкеты суицидального риска, проективная методика Люшера, проективные тесты

### **Структура и содержание программы**

Программа «Крылья» содержит теоретические основы суицидального поведения и основных психотерапевтических направлений, применяемых в программе, а также комплекс диагностического инструментария, позволяющие даже начинающим психологам организовать работу по её реализации.

Программа включает в себя упражнения и мероприятия, позволяющие варьировать меры воздействия на несовершеннолетних в зависимости от их личностных особенностей, образовательного уровня, наличия деструктивного поведения и других факторов с учетом необходимого, возможного, эффективного времени работы.

Программа рассчитана на 18 часов, регулярность занятий 1 раз в неделю, цикл – 4 месяца, продолжительность занятий – 1 учебный час.

Группа формируется по 8-12 человек в соответствии с возрастом: 12-14 лет (5-7 класс), 15-16 лет (8-9 класс) и 17-18 лет (10-11 класс).

### **Содержание программы**

Программа рассчитана на реализацию психологического воздействия в рамках *двух блоков*:

Первый блок разработан для непосредственной работы с несовершеннолетними по укреплению жизненной позиции (Приложение 2).

Второй блок включает набор информации для группового и индивидуального консультирования педагогов и родителей, памятки по профилактике жестокого обращения с детьми (Приложение 3, 4).

### **Этапы групповой работы с детьми и подростками:**

1. Мотивирующий этап – подготовительный



Цель: замотивировать детей и подростков на участие в тренинге, с помощью которого они смогут узнать о своем эмоциональном мире, о своем поведении, своих возможностях и о поведении окружающих людей. Провести психодиагностику.

#### 2. Этап работы в эмоциональной сфере

Цель: научить школьников понимать свои эмоции, переживания. Помочь научить конструктивному самоутверждению.

Работа тренинговой группы направлена на формирование гармоничного контакта со средой и окружающими людьми и на раскрытие внутреннего потенциала, психических особенностей.

#### 3. Этап работы в когнитивной сфере

Цель: помочь детям осознать связь негативного мышления и эмоций. Обучить гибким, позитивным способам мышления.

Работа группы проходит в когнитивно-экзистенциальном направлении, направленном на осознание смысла жизни, ее ценности как таковой, возможности самораскрытия в любви к близким людям, творчестве, помощи окружающим.

#### 4. Этап работы в поведенческой сфере

Цель: освоить и закрепить конструктивные формы поведения и реагирования. Расширить знания форм поведения.

Работа группы проходит на основе анализа жизненного сценария, работы с внутренним потенциалом, гармонизации функционального состояния.

### Учебно-тематический план работы по программе «Крылья»

№ п /п	Наименование разделов и тем	Формы и методы работы	Количество часов
1	Мотивирующий этап и психодиагностика Темы: «Оценка уверенности в себе», «Характер человека»	Мини-лекции, диагностика	2
2	Этап работы с эмоциями. Тема: «Управление негативными эмоциями»	Мини-лекции, арт-упражнения, ролевые игры	2
3	Этап работы с мышлением (когнитивная сфера). Темы: «Уверенность в себе», «Репетиция поведения»	Мини-лекции, арт-упражнения, ролевые игры, сказкотерапия	4
4	Этап работы в поведенческой сфере. Темы: «Постижение мудрости в межличностных отношениях», «Жизненный путь», «Обучение релаксации»	Мини-лекции, арт-упражнения, ролевые игры, сказкотерапия, аутотренинг и релаксация	8
5	Подведение итогов по проведенной работе	Мини-лекции, диагностические задания, срез-анкетирование, контрольная диагностика эмоционального состояния	2

### **Технологии, методики, инструментарий, которые используются в процессе реализации программы «Крылья»**

Для определения участников группы профилактической программы используется методика диагностики суицидального риска, адаптированная Т.Н. Разуваевой. Она была модифицирована с целью применения её при исследовании депрессивного расстройства у подростков 13-16 лет. Так же был использован тест Шмишека, применено измерение уровня тревожности М. Прихожана, дополнительные проективные тесты. Эти методики позволяют исследовать субъективные переживания учащихся, которые они испытывают в значимых для них состояниях.

В результате диагностируется уровень эмоционального состояния у подростков по следующим шкалам: состояние уровня депрессии; состояние суицидального риска; акцентуации характера. Для профилактики деструктивного суицидального поведения нас интересует - состояние субдепрессии, повышенной тревожности, низкой адаптации.

После тестирования с каждым подростком, попавшим в «группу риска» проводится частично стандартизированная беседа<sup>1</sup> и наблюдение. Целью беседы является: 1) подтвердить достоверность результатов, полученных в процессе диагностики; 2) получить информацию о подростке и о его семье для работы в профилактической программе.

Для достижения положительных результатов в работе по коррекции суицидального поведения подростков используются следующие *методы*:

- Мини-лекции;
- Элементы сказкотерапии;
- Релаксационные техники;
- Техники арт-терапии;
- Ролевые игры

Профилактическая программа опирается на мнение специалистов суицидологов (Амбрумова А.Г., Гаранян Н.Г и др.) о многомерности модели психического здоровья личности. В соответствии с этой моделью психическое здоровье понимается не как некоторое статичное состояние, а как сложный процесс жизни личности, в котором сбалансированы коммуникативные, когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты. Поэтому работа по данной программе была выстроена в нескольких направлениях: в эмоциональной сфере, когнитивной сфере и поведенческой.

### **Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы.**

1) Отказ родителей (законных представителей) от диагностики эмоционального состояния учащегося и от психологической работы с ним

(перед обследованием подростков родители (законные представители) дают письменное согласие на психодиагностику и занятия с подростком, в том числе и коррекционные) (Приложение 3)

2) Личный отказ (нежелание) подростка участвовать в групповых занятиях. В случае отказа, подростку предлагается индивидуальная форма работы, при категорическом отказе педагог-психолог даёт необходимые рекомендации подростку и его родителям (законным представителям), а также ведёт наблюдение за учащимся с целью определения дальнейших действий.

3) Серьёзные нарушения психосоматического состояния подростка. При выявлении таковых педагог-психолог рекомендует родителям учащегося консультацию психиатра.

#### **Способы гарантии прав участников программы:**

1. Договор на оказание психологической помощи
2. Согласие родителей на психологическое обследование детей
3. Заявление на зачисление в группу
4. Правила работы в группе
5. Консультации для родителей и учителей по личным запросам

#### **Сроки и этапы реализации программы:**

Программа реализуется в течение четырех месяцев, проходит в 4 этапа.

1 этап. Диагностический: проведение диагностики детей (изучение актуального состояния детей в начале работы по программе «Крылья»)

2 этап. Развивающий: проведение профилактических и коррекционных занятий с детьми

3 этап. Контрольно-диагностический: проведение диагностического обследования детей по завершению работы по программе «Крылья»

4 этап. Консультативный: индивидуальные консультации для педагогов и родителей в течение реализации программы по личному запросу. Знакомство с информацией буклетов по профилактике суицидального поведения, жестокого обращения с детьми.

#### **Планируемые результаты реализуемой программы:**

Комплекс мероприятий, направленных на *первичную профилактику* деструктивного суицидального поведения детей и подростков, охватывает три основных аспекта личности: эмоциональный, когнитивный и поведенческий. *Программа «Крылья» поможет приобрести учащимся:*

##### 1. В эмоциональной сфере:

- Эмоциональную поддержку со стороны группы и психолога, что приведёт к ощущению собственной ценности, росту открытости, активности и спонтанности;

- Навыки более точного понимания, вербализации, других способов выражения своих чувств и эмоциональных состояний, в том числе негативных;

- Развитие эмпатии.

### 2. В познавательной сфере:

- Повышение уровня собственной значимости несовершеннолетних;
- Решение детьми и подростками личностно-значимых проблем;
- Понимание ситуаций, вызывающих деструктивное состояние: напряжение, тревогу и другие негативные эмоции;

- Понимание связи между негативными эмоциями и появлением деструктивного поведения;

- Формирование адекватного отношения к значимой проблеме;

- Развитие позитивного мышления.

### 3. В поведенческой сфере:

- Формирование и закрепление конструктивных форм поведения и реагирования на основе полученных знаний и достижений;

- Навыки более открытого, свободного общения.

Таким образом, групповая работа по программе «Крылья», направлена на снятие деструктивной симптоматики, выработку и закрепление адекватных форм эмоционального реагирования и поведения.

Результативность и эффективность реализуемой программы выполняется путем психологической диагностики, проводимой дважды.

- Входящая диагностика детей с целью определения акцентуаций характера, эмоционального состояния детей, уровня их самозначимости, тревожности, адаптации к классу, школе.

- Контрольная диагностика проводится после окончания занятий по программе «Крылья» на заключительных занятиях с целью определения результативности работы.

### **План занятий по программе**

**ЗАНЯТИЕ №1 Тема «Оценка уверенности в себе» (входящая диагностика)**

Цель: замотивировать детей и подростков для работы в тренинговой группе и провести диагностику эмоционального и личностного состояния учащихся.

#### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

1. Знакомство. Принятие правил работы в группе
2. Мини-лекция на тему «Уверенность в себе»
3. Провести диагностику, используя методики: анкетирование на предмет выявления деструктивного поведения детей, проективный тест.

#### **1) Диагностическая анкета о критических ситуациях подростков**

Инструкция: Для заполнения анкеты вам необходимо ответить на все вопросы. Помните, что здесь не может быть правильных или неправильных ответов. Самое главное – ваши ответы, которые окажут большую помощь.

1. Предположим, к вам обратились ваши родные, друзья или одноклассники с просьбой в трудной для них ситуации (ссоры, конфликты, споры, разногласия) помочь найти выход из нее:

Как бы вы поступили?

---

2. В вашей жизни были случаи, когда возникало несколько неприятных для вас событий в одно и то же время, а вы были их участниками или очевидцами. Отметьте крестиком, какие это были события. Начинайте свой ответ словами «У меня были...», «Я переживал...». **Постарайтесь выбрать:**

- ссоры, конфликты с друзьями;
- конфликты, спор, разногласия с одноклассниками;
- ссоры, конфликты между родителями; между родителями и родственниками;
- неприятности во взаимоотношениях с учителями;
- неприятные переживания (сожаление) из-за того, что совершил, сделал или собираюсь сделать;
- неприятности в учебе – неуспеваемость;
- конфликты с братом или сестрой;
- конфликты с милицией;
- конфликты с родителями;
- неприятные внутренние переживания – одиночество, «что-то тревожит», - если что-нибудь другое, пожалуйста, напишите: \_\_\_\_\_

3. С левой стороны шкалы укажите, как давно произошли неприятные для вас события, а справа – вероятность их повторения в будущем.

4. Случаи, когда вы были участником неприятных для вас событий. Отметьте, что вы чувствовали после этого. Начинайте свой ответ словами: «После неприятных событий, которые я видел, в которых участвовал или о которых слышал и думал, я чувствовал...»:

удовлетворение 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 неудовлетворение

веселье 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 тоску

возбуждение 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 подавленность отсутствие страха,

опасение 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 страх, опасение

спокойствие 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 беспокойство

уверенность 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 неуверенность

самостоятельность 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 беспомощность

успокоение 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 легкую тревожность

расслабление 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 напряжение

бодрость 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 усталость  
беззаботность 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 озабоченность  
свободу 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 занятость

5. Отметьте (х), какие мысли, желания вы испытывали после неприятных для вас событий, случившихся почти в одно и то же время. (Вы были их очевидцем или участником.) Начинайте свой ответ со слов «После неприятных для меня событий, я чаще всего...»:

- Испытывал чувство гнева, злости на себя или на окружающих;
- Возникло желание что-нибудь пнуть, сломать, разрушить, ударить кого-нибудь;
- Возникло желание «выплеснуть» эмоции, зло;
- Оценивал людей и их работу только с худшей стороны, «придирался к ним»;
- Оценивал, «оглядывался» на прожитые годы, на свое прошлое;
- Оценивал перспективы будущего – строил планы на будущее;
- Подводил итог тому, что я сделал в прошлом, подводил итог своей жизни, прожитых лет;
- Появлялись мысли типа «заснуть и не проснуться», «если бы со мной произошло что-нибудь, и я умер...» и т.д.

6. После того, как вы пережили несколько неприятных для вас событий одновременно, отметьте крестиком (х), как вы чувствовали себя после этого. Начинайте свой ответ словами «После неприятных событий, которые я пережил, я испытывал...»:

- комфорт 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 дискомфорт
  - удовольствие 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 неудовольствие
  - спокойствие 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 тревожность
  - радость 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 уныние
  - что все измениться безысходность,
  - в лучшую сторону 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 безвыходность
  - уверенность в себе 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 неуверенность в себе
  - мир вокруг меня 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 окружающий мир не изменился
- стал «мрачным»
- что бывает и хуже 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 хуже некуда
  - чувство, сто не один 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 одиночество
  - самостоятельность 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 беспомощность
  - надежду на изменение 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 безнадежность
  - удовлетворение от
  - того, что я делаю 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 неудовлетворение
  - расслабление 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 напряжение
  - спокойствие 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 возбуждение

что мое самочувствие не изменилось 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 ухудшение самочувствия

хороший сон 3 – 2 – 1 – 0 – 1 – 2 – 3 плохой сон

### **Обработка результатов анкетирования**

**Вопрос 2** – показывает сферы возникновения критических ситуаций у подростков.

**Вопрос 3** – лексическая шкала удаленности критической ситуации в психологическое прошлое подростка и ее ожидание в будущем.

**Вопрос 4** – диагностирует состояния, свидетельствующие о наличии переживания критической ситуации:

к субдепрессивным состояниям относятся: неудовлетворение, тоска, подавленность;

к состояниям фобического круга относятся: страх, опасение, беспокойство, неуверенность, беспомощность, легкая тревожность;

к состояниям нервно-психического (эмоционального) напряжения относятся: усталость, озабоченность, напряженность, занятость.

**Вопрос 5** – диагностирует ситуационные реакции: оппозиции и отрицательного баланса, а также внутренние суицидальное поведение.

**Вопрос 6** – диагностирует ситуационные реакции:

эмоционального дисбаланса: дискомфорт, неудовольствие, тревожность, уныние;

пессимизма: безысходность, безвыходность, незначительность своих возможностей, «мрачное» мировосприятие, чувство, что «хуже уже некуда»;

демобилизации: одиночество, беспомощность, безнадежность, неудовлетворение от деятельности;

дезорганизации: напряжение, возбуждение; ухудшение самочувствия, плохой сон.

### **2) Тест для выявления суицидальных настроений**

Данная методика позволяет оценить склонность человека к суицидальным действиям. Данный подход позволяет оценить ситуацию с суицидальным поведением.

Инструкция:

Вам предлагается ответить на данные вопросы. Варианты ответов могут быть: "да", "иногда", "нет".

1. В последнее время у меня отвратительное настроение.
2. Все валится у меня из рук.
3. Очень часто я никого не хочу видеть.
4. Жизнь для меня бесполезна.
5. Мне часто не хочется жить.
6. Чувство обиды и горечи постоянно со мной.



Ключ:

Оценка состояния определяется путем суммарного подсчета баллов. Ответ "да" - 2 балла, "иногда" - 1 балл, "нет" - 0 баллов. При получении 5 и более баллов - прогноз считается неблагоприятным.

4) Завершение занятия

#### **ЗАНЯТИЕ №8 Тема «Репетиция поведения»**

Цели и задачи: снятие излишнего самоконтроля, научить узнавать собственные сложности. Персональное осмысление своих возможностей и смысла жизни, проработка позитивного будущего.

##### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

1) Приветствие

2) Анализ притчи «Ворона и Павлин»

Притча «Ворона и павлин» (Носсрата Пезешкеяна)

В парке дворца на ветку апельсинового дерева села черная ворона. По ухоженному газону гордо расхаживал павлин. Ворона прокаркала: «Кто помог такой нелепой птице появиться в нашем парке? С каким самомнением она выступает, будто это султан собственной персоной! Взгляните только, какие у нее безобразные ногти, а ее оперение – что за отвратительный синий цвет. Такой цвет я бы никогда не стала носить. Свой хвост она тащит за собой, будто лисица». Ворона замолчала, выжидая. Павлин помолчал какое-то время, а потом ответил, грустно улыбаясь: «Думаю, что в твоих словах нет правды. То плохое, что ты обо мне говоришь, объясняется недоразумением. Ты говоришь, что я гордец, потому что хожу с высоко поднятой головой, так что перья на плечах у меня поднимаются дыбом, а двойной подбородок портит мне шею. На самом деле, я – все что угодно, только не гордец. Я прекрасно знаю все, что уродливо во мне, знаю, что ногти кожисты и в морщинах. Как раз это больше всего и огорчает меня, потому-то я и поднимаю так высоко голову, чтобы не видеть своих безобразных ног. Ты видишь только то, что у меня некрасиво, и закрываешь глаза на мои достоинства и мою красоту. Разве тебе это не пришло в голову? То, что ты называешь безобразным, как раз больше всего нравится людям...»

При обсуждении обращается внимание группы на то, что все имеет позитивные и негативные стороны, что у каждого есть позитивные качества, дети учатся видеть в себе и друг друге не только «ужасные ноги», но и «красивые перья».

3) Мини-лекция с элементами дискуссии о классе, ценности жизни, позитивном будущем

5. Упражнение «Я»

**Упражнение «Я».** «- Наше Я – одна из самых больших загадок. Иногда это Я обладает большим здравым смыслом, иногда – в нем звучит голос обиды, иногда – проявление собственного самолюбия, иногда – это голос озарения и творческой фантазии. А бывает – это проявление беззаботности и безрассудства. Некоторые же действия мы совершаем вопреки своей воле.

Как же разобраться в этой многоликости собственного Я? Вполне возможно, что Я создается слоями, так же как земная кора. Совершив такую экскурсию в глубь собственного Я. Это Я можно изобразить в виде дерева с разными веточками и глубокими корнями. Одна из верхних веточек – внешнее Я. Нарисуйте ее, придумайте символ для этого Я. Это может быть и графический символ, а может быть и какое-то слово. Пожалуйста.

Друга веточка – Я в учебе. Изобразите словом или символом это Я. Другая веточка – Я в семье. Изобразите и этот символ. Еще одна веточка – ваше Я в кругу друзей и знакомых. Изобразите его. Можно изобразить также несколько веточек вашего Я в разном окружении и в разных ситуациях, учитывая хобби, интересы, разные виды деятельности. Пожалуйста.

Получилась весьма причудливая крона. Каждый листочек на ней отображает вашу многоликость. Теперь можно изобразить корни. Изобразите в масштабе (будьте самокритичны!) ваши самобытные качества: настойчивость, доброту, романтизм, фантазию, интересы, слабости, несовершенства, склонности, привязанности, чувство юмора – весь набор ваших фундаментальных качеств. Пожалуйста.

Нарисуйте дерево вашего Я. Если веточки прошуршат одобрение, а корни прочно держат дерево гордой верхушкой вверх, проглядывается какая-то гармония». Можно обсудить рисунки со всеми.

А что скажут ваши друзья в шутку или всерьез?

А теперь давайте выложим ваши рисунки в общий коллаж. Посмотрите, вы все разные, но вы вместе. Это ваш класс и вы сможете поддержать себя и друг друга.

6. Ритуал прощания

**Упражнения для несовершеннолетних, склонных к аутоагрессивному поведению**

**Упражнение №1. «Кто Я?»** «У каждого человека есть собственная теория о том, что делает его уникальным, отличает от других людей. При этом возникает вопрос: «Разделяют ли другие мою точку зрения?» Детям группы предлагается разделить лист бумаги на три графы по вертикали: в 1-ой графе ответить на вопрос: «Кто я?» Для этого быстро написать 10 слов-эпитетов, писать следует в том порядке, в каком они приходят в голову. Во второй графе написать, как на этот же вопрос ответили бы ваши

родители, знакомые (любой значимый другой). В 3-й графе на тот же вопрос отвечает кто-то из группы. Для этого все кладут свои подписанные листочки на стол, они перемешиваются, затем каждый, не глядя, берет листочек со стола и пишет о том человеке, чей листочек ему попался. Затем листочки снова складываются на стол и каждый забирает свой.

При обсуждении результатов данной процедуры обращается внимание на следующие аспекты:

- повторяется ли какое-либо качество, слово во всех трех графах;
- о чем это может говорить (например, об открытости человека в общении);
- насколько хорошо человек сам себя знает (количество слов в 1-й графе);
- отношение к самому себе (соотношение позитивных и негативных эпитетов);
- совпадают или не совпадают Я-концепции и представления других об этом человеке;
- из чего складываются представления других о человеке (здесь возможно обсуждение вопроса ответственности человека за презентацию себя другим людям) и т.д.

Упражнение №2 Упражнение «Я». «Наше Я – одна из самых больших загадок. Иногда это Я обладает большим здравым смыслом, иногда – в нем звучит голос обиды, иногда – проявление собственного самолюбия, иногда – это голос озарения и творческой фантазии. А бывает – это проявление беззаботности и безрассудства. Некоторые же действия мы совершаем вопреки своей воле.

Как же разобраться в этой многоликости собственного Я? Вполне возможно, что Я создается слоями, так же как земная кора. Совершим такую экскурсию в глубь собственного Я. Это Я можно изобразить в виде дерева с разными веточками и глубокими корнями. Одна из верхних веточек – внешнее Я. Нарисуйте ее, придумайте символ для этого Я. Это может быть и графический символ, а может быть и какое-то слово. Пожалуйста.

Другая веточка – Я в учебе. Изобразите словом или символом это Я. Другая веточка – Я в семье. Изобразите и этот символ. Еще одна веточка – ваше Я в кругу друзей и знакомых. Изобразите его. Можно изобразить также несколько веточек вашего Я в разном окружении и в разных ситуациях, учитывая хобби, интересы, разные виды деятельности. Пожалуйста.

Получилась весьма причудливая крона. Каждый листочек на ней отображает вашу многоликость. Теперь можно изобразить корни.

Изобразите в масштабе (будьте самокритичны!) ваши самобытные качества: настойчивость, доброту, романтизм, фантазию, интересы, слабости, несовершенства, склонности, привязанности, чувство юмора – весь набор ваших фундаментальных качеств. Пожалуйста.

Нарисуйте это дерево вашего Я. Обсудите рисунки со всеми. Если веточки прошуршат одобрение, а корни прочно держат дерево гордой верхушкой вверх, проглядывается какая-то гармония».

А что скажут ваши друзья в шутку или всерьез?

Упражнение №3. Совершение кругов, или идти по кругу. Известная психотехника, согласно которой клиент по просьбе ведущего (техника применяется в групповой работе) обходит всех участников по очереди, и либо что-то говорит им, либо совершает какие-то действия с ними. Члены группы при этом могут отвечать. Техника используется для активизации членов группы, поощрения их к риску нового поведения и свободы самовыражения. Часто предлагается начало высказывания с просьбой завершить его, например: "Пожалуйста, подойдите к каждому в группе и завершите следующее высказывание: "Я чувствую себя неудобно потому, что..." Клиент может пройти по кругу и обратиться к каждому участнику с волнующим его вопросом, например, выяснить, как его оценивают другие, что о нем думают, или выразить собственные чувства по отношению к членам группы. Прием позволяет более дифференцировано определять собственные переживания и связи с окружающими.

Многократное повторение фразы, выражающей какое-либо глубокое убеждение, может способствовать изменению его значения и содержания для клиента.

Упражнение №4. Техника "наоборот" (перевертыш). Техника заключается в том, чтобы клиент сыграл поведение, противоположное тому, которое ему не нравится. Скажем, застенчивый стал вести себя вызывающе; приторно вежливый - грубо, тот, кто всегда соглашался, занял бы позицию непрестанного отказа. Техника направлена на принятие клиентом себя в новом для него поведении и на интегрировании в "Я" новых структур опыта.

Упражнение №5 Упражнение «Контраргументы». «Мы уже убедились, что каждый из вас обладает сильными качествами, которые помогают решать жизненные проблемы. Сегодня мы будем разбираться в своих недостатках, привычках, которыми вы недовольны.

Разделите лист бумаги на две половинки. Слева, в колонку «Недовольство собой» запишите все то, чем вы недовольны в себе именно сегодня, сейчас, в том числе с учетом результатов прошедших занятий.

<b>Недовольство собой</b>	<b>Контраргументы</b>

На эту работу вам отводится 5 минут. После того как вы заполните всю левую часть таблицы, приступайте к правой колонке. На каждое «Недовольство собой» приведите контраргументы, т.е. то, что можно противопоставить – чем вы и окружающие вас люди довольны уже сегодня, что принимают в вас, и запишите в колонке «Контраргументы». На второй этап работы также отводится 5 минут. Затем вы объединитесь в малые группы по 3-4 человека и обсудите свои записи».

*Искренне надеемся, что материалы, собранные в сборнике, окажутся настоящими точками опоры для вас - специалистов, работающих с замещающими семьями, и данное пособие станет вашим надежным помощником и добрым советчиком в нелегком, но благородном деле оказания помощи и поддержки замещающим семьям.*

*В добрый путь!*

*С уважением,  
специалисты Службы сопровождения  
опекунов (попечителей)  
несовершеннолетних лиц «ОПОРА» г. Углич*

*Адрес: 152613, Ярославская область, г. Углич, ул. З.Золотовой, д.42  
т./факс: (48532) 5-05-11, 5-31-29  
e-mail: [garmoniy.uglich@mail.ru](mailto:garmoniy.uglich@mail.ru)  
сайт: [garmoniya.edu-uglich](http://garmoniya.edu-uglich).*

Тираж 100 экз.

Типография ГОБУ ЯО  
«Ярославская школа-интернат №6»