

ФОНД ПОМОЩИ ОБЕЗДОЛЕННЫМ ДЕТЯМ И ДЕТЯМ, ЛИШЕННЫМ РОДИТЕЛЬСКОЙ
ЛАСКИ – ДЕТСКИЙ ФОНД «ВИКТОРИЯ»

Серия «Семья для ребенка»

**Межрегиональная Выездная Летняя Школа
для принимающих семей – 2010 г. Программа
проведения**

Сборник научно-методических материалов

Москва
2010

УДК 364.465(072)
ББК 60.5
М 43

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

Авторы-составители:

Гарифулина Э.Ш. – кандидат социологических наук, руководитель программы
«Семейные формы устройства детей-сирот»

Герасимова А.С. – кандидат психологических наук, менеджер

Рецензент:

Сабитова Г.В. – первый зам. директора Института семьи и воспитания
Российской академии образования, доктор педагогических наук.

**М 43 Межрегиональная Выездная Летняя Школа для принимающих семей –
2010 г. Программа проведения / Авт.-сост. Гарифулина Э.Ш., Герасимова
А.С. – М.: ООО «Издательство «Проспект», 2010. – 184 с. [24] – (Се-
мья для ребенка).**

ISBN 978-5-98579-199-6

В методическом пособии изложен успешный опыт проведения Межрегиональной Выездной Школы для принимающих семей. Основное содержание пособия составляют подробные планы проведения занятий в детских, родительских и смешанных детско-родительских группах. Планы занятий включают конкретные упражнения, конкретные задания, конкретные обращения к детям и родителям. В ряде случаев приводится информация, необходимая ведущим-тренерам для правильного понимания запущенных групповых процессов. Также в методическом пособии описываются правила и принципы организации Выездной Школы для принимающих семей, что должно стать надежным подспорьем при самостоятельной организации мероприятий данного формата. Приведенные в конце пособия данные анкетирования родителей (участников Выездной Школы для принимающих семей) подтверждают полезность данной формы обучения.

УДК 364.465(072)
ББК 60.5

ISBN 978-5-98579-199-6

© Детский фонд «Виктория», 2010
© Рисунок на обложке и иллюстрации: художник Дарья Герасимова



детский фонд
ВИКТОРИЯ

Уважаемые коллеги!

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

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

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

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

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

Методическое пособие «Межрегиональная Выездная Летняя Школа для принимающих семей – 2010 г. Программа проведения» содержит в себе уникальный передовой опыт по групповой работе с принимающими семьями. Практики, предложенные специалистами из разных регионов (Москва, Республика Адыгея, Республика Северная Осетия-Алания, Красноярский край, Пермский край, Калининградская область, Нижегородская область, Томская область, Алтайский край, Тверская область, Московская область, Санкт-Петербург, Республика Карелия, Брянская область) отражают разнообразие подходов и в тоже время свидетельствуют о единстве цели – содействие гармоничному функционированию принимающей семьи.

Благодарим за предоставленные материалы Адрову Анастасию Вячеславовну, Белову Лилию Артуровну, Бугулову Альбину Алибековну, Герт Наталью Ивановну, Гладышеву Татьяну Юрьевну, Гончаренко Анетту Валерьевну, Коробейникову Любовь Николаевну, Коровину Елену Брониславовну, Маранину Оксану Геннадьевну, Пачкову Елену Владимировну, Сиротюк Анастасию Сергеевну, Снегиреву Наталью Алексеевну, Старовойтову Наталию Анатольевну, Сулиму Людмилу Анатольевну, Тетерину Лилию Васильевну, Широких Ольгу Владимировну.

Программа «Семейные формы устройства детей-сирот»

Институт приемной семьи сегодня успешно развивается во многих субъектах Российской Федерации как одна из оптимальных форм жизнеустройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. «Мы по праву гордимся такими семьями» – отметил Президент Российской Федерации в ежегодном Послании Федеральному Собранию (30.11.2010 г.), говоря о семьях, в которых воспитываются не только собственные, но и приемные дети.

В настоящее время семейное жизнеустройство детей-сирот и детей, лишившихся родительского попечения, забота о приемных семьях являются приоритетными в деятельности не только государственных структур, наделенных соответствующими полномочиями. В эту работу активно включаются некоммерческие организации, бизнес-сообщества, благотворительные фонды.

В предлагаемом вниманию читателей сборнике освещается практика проведения Межрегиональной выездной летней школы для принимающих семей, которая стала традиционной в системе работы Фонда помощи обездоленным детям и детям, лишенным родительской ласки – Детского фонда «Виктория».

Актуальность сборника не вызывает сомнений: форма летней школы позволяет обеспечить особые условия для обучения родителей, вырвав их из привычного круга забот и проблем; но что самое главное – она создает уникальные возможности для развития и гармонизации детско-родительских отношений. Еще одним аргументом в пользу такой формы работы с приемными детьми выступает возможность проведения комплекса занятий с детьми, которые, пусть и косвенно, но носят коррекционно-развивающий характер. Вместе с тем летняя школа принимающих семей, являясь межрегиональной, способствует активному обмену опытом, тиражированию инновационных практик, методов и приемов работы, повышению уровня профессиональной компетентности специалистов и психолого-педагогической культуры родителей.

Материалы сборника четко структурированы: раскрыты общие подходы, вопросы организации и подготовки летней выездной школы, представлен комплекс научно-методического инструментария, используемого при проведении выездной школы, обозначены цели и описана логика построения каждого занятия. Восприятие материала облегчает его группировка по блокам, в которых представлены: совместные занятия для детей и родителей; занятия для родителей; занятия для детей (7–10 лет и 11–17 лет).

Программа выездной школы очень насыщена, а тематика занятий – актуальна и разнообразна: она охватывает такие острые проблемы, как предупреждение жестокого обращения с детьми, воспитание толерантного отношения к окружающим, использование ненасильственных методов воспитания детей, укрепление внутрисемейных связей и т.д. В целом удачен подбор упражнений, их диапазон настолько широк, что может быть востребован специалистами, работающими не только с принимающими, но и с другими группами семей, имеющих несовершеннолетних детей.

Сабитова Г.В.,

*первый зам. директора Института семьи и воспитания Российской академии
образования, доктор педагогических наук*

СОДЕРЖАНИЕ

1. Что такое Выездная школа для принимающих семей?	6
2. Вопросы организации и подготовки Межрегиональной Выездной Летней Школы для принимающих семей (МВЛШ)	9
3. МВЛШ: планы проведения занятий	13
3.1. Начало. Открытие МВЛШ	13
3.2. Совместные детско-родительские занятия	16
3.3. Занятия для родителей	30
3.4. Занятия для детей	88
3.4.1. Занятия для детей 11–17 лет	88
3.4.2. Занятия для детей 7–10 лет	120
3.5. Закрытие МВЛШ	133
4. Вместо заключения: анализ итоговых анкет родителей	136
5. Приложения	141

1. ЧТО ТАКОЕ ВЫЕЗДНАЯ ШКОЛА ДЛЯ ПРИНИМАЮЩИХ СЕМЕЙ?

Море... Солнце... Улыбки... Новые друзья, новые впечатления, а также новое понимание самого себя и формирование новых, эффективных навыков общения. Возможно ли все это одновременно? Возможно! Если речь идет о Межрегиональной Выездной Летней Школе (МВЛШ) для принимающих семей, которые с 2008 г. (ежегодно) проводит программа «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория» на берегу Черного моря.

20 июня 2010 г. закончилась МВЛШ, объединившая 18 принимающих семей из 18 регионов РФ. А это ни много ни мало 81 человек! Обучение с родителями и детьми проводили сотрудники программы и лучшие специалисты, не раз посещавшие семинары, организуемые программой «Семейные формы устройства детей-сирот».

Самые маленькие дети (6–10 лет) развивали на МВЛШ свои таланты и способности, учились понимать друг друга и дружить, успешно боролись со своими страхами. Дети постарше (11–13 лет) обучались способам совладения с внутренней агрессией, правилам поведения в общественных местах, навыкам построения отношений. Самые старшие дети (14–16 лет) рассуждали о том, что такое счастье. Под чутким и внимательным руководством специалистов подростки выстраивали собственную жизненную перспективу и готовились к взрослой жизни.

Время, которое ребята проводили на занятиях, было очень эмоционально насыщено, и это их по-настоящему сплотило. Уже через несколько дней все ходили «стайками», а в конце МВЛШ обменялись телефонами и электронными адресами, приготовившись дружить, невзирая на расстояния между городами и разницу в часовых поясах между федеральными округами.

Пока учились дети, занимались и взрослые, постигая день за днем новые премудрости психологии и педагогики. Родители обучались приемам бесконфликтного взаимодействия, обсуждали тему поощрения и наказания, обучались приемам сказкотерапии и способам предотвращения психологического «выгорания».

Обсуждения и споры затягивались порой до самой ночи. А утром всех опять ждали ослепительное южное солнце, синее-синее море и стайки дельфинов, время от времени появлявшиеся на горизонте бухты. Психоло-

гически принимающим семьям было очень важно вырваться из привычной среды, в которой некоторые негативные способы реагирования на сложные ситуации возникают автоматически, словно сами по себе. Смена обстановки должна была содействовать подвижкам в укоренившихся воспитательных установках и положительно влиять на формирование нового мировоззрения.

И конечно же иначе как «подарок судьбы» никто и не воспринимал, что вдруг оказался в прекрасном месте, где по-настоящему жаркий воздух и по-настоящему чистая вода! «А у нас уже почти не осталось чистых рек...» – с грустью вздыхала семья из Хабаровского края, глядя на бескрайние морские просторы. «Если бы вы знали, что за зиму мы в этом году пережили!» – вторили им сибиряки, пережившие в этом году 50-градусный мороз и добившиеся к концу МВАШ небывалого для своего округа загара.

Большое внимание в ходе проведения МВАШ было уделено непосредственно детско-родительским отношениям. Тут-то и всплыло наружу, как мало люди, живущие бок о бок, знают друг о друге. И когда психолог предложила детям нарисовать мир взрослых (исходя из своих представлений), а взрослым – мир детей (тоже своими глазами), то дальше всех ждал самый настоящий сюрприз! Родители и дети уставились на плакаты друг друга, не обнаруживая признаки узнавания. Но это было еще в самом начале обучения... В итоговых анкетах многие родители специально отмечали позитивное значение совместных детско-родительских занятий: «Занятия с детьми помогли лучше понять их душевное состояние, а дети увидели, что родители – это те люди, на которых не надо идти «с мечом»; «Получаешь огромный энергетический заряд, много узнаешь о своем ребенке того, о чем раньше не догадывался»; «Хотелось бы больше совместных мероприятий для детей и родителей»; «Дети раскрылись, изменились к лучшему. Я стала на многое, что раньше меня раздражало, смотреть проще».

Межрегиональная выездная летняя школа для принимающих семей – одно из важнейших ежегодных мероприятий программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория». При организации и проведении преследуется целый комплекс целей:

1. повышение уровня профессиональной родительской компетентности, психологических и правовых знаний;
2. развитие личностного и творческого потенциала детей; развитие коммуникативных навыков;
3. укрепление детско-родительских отношений;
4. повышение качества жизни принимающих семей;
5. повышение имиджа принимающей семьи;

6. выявление точек роста, определяющих дальнейшее развитие процесса поддержки и помощи принимающим семьям;

7. повышение профессиональных компетенций специалистов, работающих в сфере семейных форм устройства детей-сирот;

8. создание ассоциаций принимающих родителей в регионах РФ.

При разработке программы проводится серьезное обобщение опыта работы с принимающими семьями, накопленного в регионах. Выбираются лучшие приемы и практики. Благодаря этому МВЛШ становится уникальной стажировочной площадкой, на которой специалисты из регионов РФ серьезно повышают свой профессиональный уровень. Детский фонд «Виктория» всегда с удовольствием поддерживает региональные выездные школы для принимающих родителей, которые проводятся по образцу межрегиональных, но всегда характеризуются чем-то уникальным и своеобразным.

Самый главный результат проведения межрегиональных (в ряде случаев – региональных) выездных школ для принимающих родителей – это то, что по возвращении домой принимающие родители не только начинают применять в воспитании приемных и кровных детей полученные знания и навыки, но и активно вовлекаются в общественную жизнь, содействуя развитию семейных форм в своем регионе.

2. ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПОДГОТОВКИ МЕЖРЕГИОНАЛЬНОЙ ВЫЕЗДНОЙ ЛЕТНЕЙ ШКОЛЫ ДЛЯ ПРИНИМАЮЩИХ СЕМЕЙ (МВЛШ)

Берясь за организацию Выездной Школы для принимающих семей, нужно твердо рассчитывать силы, потому что объем работ, который необходимо охватить, очень значительный. Ниже коротко попытаемся описать направления работ:

1. Составление сметы мероприятия.

В смету должны быть заложены следующие основные расходы:

- а) оплата путевок (проживание и питание);*
- б) сумма налогов (которая ложится на родителей как получателей дохода);*
- в) оплата проезда к месту проведения мероприятия (трансфер);*
- г) канцелярские расходы;*
- д) доставка и размещение специалистов, которые будут проводить Школу;*
- е) аренда помещений для занятий, аренда оборудования.*

Утверждение бюджета гарантируется тем эффектом, которым Школы себя уже зарекомендовали.

2. Выбор места проведения Выездной Школы.

В Приложении № 1 приводится полный перечень характеристик, которые учитывались при выборе санатория/ туристической базы для проведения МВЛШ в рамках программы «Семейные формы устройства детей-сирот» в 2010 г. Дополнительно с организациями было обсуждено наличие мест для проведения обучающих занятий: холлы (просторные, светлые, хорошо проветриваемые или кондиционируемые), беседки, детские площадки. Расписание МВЛШ в 2010 г. предполагало в иные дни одновременное задействование пяти площадок.

При выборе места для проведения Выездной Школы для принимающих родителей необходимо учитывать, что это должно быть такое место, где хорошо и «учится», и хорошо отдыхается. Удобные помещения для проведения тренингов, наличие медицинского блока, конференц-зала и пр. должны по возможности сочетаться с ухоженной территорией, наличием спортивных и игровых площадок.

3. Предварительная работа с семьями.

Выбор семей преимущественно осуществлялся по рекомендации региональных специалистов, сотрудничество с которыми было налажено ранее. Ряд семей поехали на МВАШ как победители региональных конкурсов принимающих семей (например, семья из Республики Карелия).

Переговоры с семьями позволяют не только собрать всю необходимую информацию для проведения мероприятия, но и правильно настроить семьи. Очень важно на первом же этапе общения показать, что семьи едут не столько отдохнуть, сколько учиться. Для обеспечения эффективного включения в процесс родителям предлагается подготовить к МВАШ мини-презентации о своей семье и своем регионе, привести фотографии, которые можно будет использовать для изготовления коллажей (для праздничного концерта по случаю открытия Школы), а также «привезти» с собой «концертный номер» (для праздничного концерта по случаю закрытия Школы). Дополнительный смысл подобных мероприятий заключается в том, что они позволяют семьям лучше раскрыться и познакомиться друг с другом. Также нельзя не отметить, что необходимость подготовки к совместным выступлениям обуславливает выделение времени, когда все члены семьи собираются для общего дела:

а) запрос в ООП/Центру/Службы по семейному устройству детей-сирот (СФУ) для выбора семей;

б) личные переговоры с семьями (рассказ о формате мероприятий, сбор необходимых сведений о членах семьи), сбор потребностей, особых пожеланий, предложений;

в) составление списка семей;

г) составление договоров;

д) уточняющие переговоры с семьями (как добираться, где встречаются и пр.).

Для заключения договоров с семьями необходимы:

– Ф.И.О. всех членов семьи и даты их рождения.

– Номера паспортов всех взрослых (и лиц старше 14 лет)/Номера свидетельств о рождении всех детей (и лиц младше 14 лет).

– Данные на представителя семьи, на которого заключается договор: ИНН, Свидетельство пенсионного страхования, адрес прописки.

– Контактные телефоны (домашние, мобильные, рабочие).

4. Предварительная работа со специалистами.

а) отбор специалистов на общем собрании сотрудников программы;

б) переговоры со специалистами, обсуждение будущих тренингов и занятий;

в) составление программы.

Для участия в МВАШ отбирались специалисты, которые хорошо себя зарекомендовали в ходе обучающих мероприятий, проводимых Фондом (и смогли посвятить свое время данному мероприятию). Отобранной группе специалистов был направлен запрос и обозначены сроки предоставления необходимой информации по тренингам и семинарам, которые могут быть предложены для проведения МВАШ. Содержание запроса содержится в Приложении №2. Таким образом, предварительно составленные блоки программы получили наполнение конкретным содержанием: упражнениями, играми, тренингами. В ходе проведения МВАШ программа подверглась незначительным корректировкам (причины: опоздание одного специалиста к первому дню МВАШ из-за суточной задержки поезда, внезапное заболевание другого специалиста). В Приложении № 3 приводится окончательный вариант программы МВАШ по дням.

Одновременно с составлением программы производилось деление всей участников по группам. Для совместных родительско-детских занятий все участники – 18 семей (81 человек) – были разделены на 4 группы, которым были присвоены названия цветов. Так, в группу «Фиалки» вошли 5 семей (из Брянской области, Псковской области, Красноярского края, Республики Адыгея, Республики Северная Осетия – Алания) – всего 20 человек. В группу «Розы» вошли 4 семьи (из Саратовской области, Пермского края, Волгоградской области, Республики Карелия) – всего 21 человек. Группа «Ромашки» включала в себя 4 семьи (из Московской области, Тверской области, Нижегородской области, Приморского края) – всего 20 человек. В группу «Незабудки» вошли 5 семей (из Кемеровской области, Краснодарского края, Хабаровского края, г. Санкт-Петербурга, Калининградской области) – всего 20 человек. При составлении групп учитывалась необходимость формирования групп, где дети были более или менее близки по возрасту. Это не всегда оказывалось возможным, т.к. ряд семей сами по себе включали разновозрастных детей. Однако в целом было сделано все возможное в данном направлении, и детская часть групп «Фиалки» и «Розы» преимущественно состояла из подростков, в то время как группы «Незабудки» и «Ромашки» по большей части включали в себя детей младшего возраста. Такое деление концептуально помогло при составлении программы. Блоки занятий, проводимые в один день для «Фиалок», в другой день повторялись для «Роз». То же самое было возможно и с группами «Незабудки» – «Ромашки».

Кроме совместных родительско-детских занятий были предусмотрены занятия отдельно для родителей (была сформирована группа «Хочу все знать!» – всего 32 человека) и отдельно для детей (были сформированы следующие возрастные группы: «Капитаны» – дети 14–17 лет (всего 11 человек); «Первооткрыватели» – дети 11–13 лет (всего 13 человек), «Непоседы» и «Гости из будущего» – две группы детей 7–10 лет (по 13 и 12 человек соответственно).

Введение названий для групп впоследствии облегчало процесс распределения групп по местам проведения занятий (группа «Фиалки» переходит на террасу кафе «Старый якорь») и обсуждения на педагогических советах особенностей каждого прошедшего дня («Ну, после всего того, что рассказывали, к «Гостям из будущего» я просто боялась идти!»).

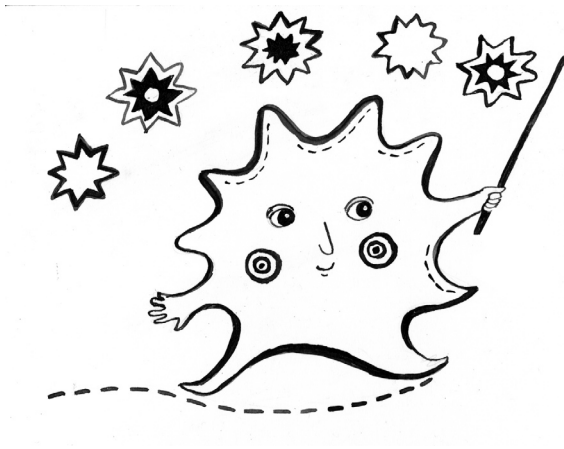
5. Закупка канцтоваров, подарков, организация доставки.

В заполненной заявке специалисты указывали, какие расходные материалы им необходимы для проведения мероприятий. В соответствии с комплексом запросов проводилась закупка канцтоваров: ватмана, альбомов для рисования, писчей бумаги, акварельных красок, аквагрима, цветных карандашей, цветной бумаги, ножниц, клеящих карандашей, веревок, лент и пр. Многие расходные материалы в заявках специалистов дублировались. Однако в ряде случаев приходилось дублировать и материалы для закупки – из-за того, что занятия с детьми и родителями проводились в параллельных группах. Кроме необходимых расходных материалов также для МВАШ были приобретены подарки для принимающих семей (они были вручены в ходе финального концерта). Родителям была предложена хорошо зарекомендовавшая себя книга Ю. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?». Детям дарились небольшие подарки в соответствии с возрастом и полом (теннисные ракетки, бинокли, украшения, игрушки и пр.). Для совместного родительско-детского досуга была предложена игра «Твистер».

Хорошим напоминанием о Школе станет подготовленный заранее именной сертификат, вручаемый всей семье после заключительного концерта, и конечно же фотографии с мероприятия, записанные накануне на диски.

Ниже приводятся планы занятий, которые проводились в ходе 3-й Межрегиональной Выездной Летней Школы для принимающих семей. Материал изложен тематически: 1. Начало. Открытие МВАШ; 2. Совместные детско-родительские занятия; 3. Занятия для родителей; 4. Занятия для детей; 5. Закрытие МВАШ.

Уточнить дату и время проведения данного занятия можно по программе, представленной в Приложении №4.



3. МВАШ: ПЛАНЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Начало. Открытие МВАШ

Цель: Создание позитивной обстановки. Знакомство участников. Сбор ожиданий

Упражнение (3.1)1. «Знакомство»

Цель упражнения: Создать позитивную обстановку. В максимально короткие сроки познакомить между собой большую группу участников.

Описание упражнения: Участники стоят по кругу (или сидят в зале). Ведущий поочередно называет те или иные имена и просит всех, кого так зовут, выйти в центр круга (или подойти к сцене). Так образуются группы из людей разных возрастов, людей из разных городов, членов принимающих семей и специалистов. Редкие имена (которые представляет только один человек) лучше объединять в одну группу. Самой многочисленной группе по завершении упражнения предлагается спеть песню на предложенную тему.

Упражнение (3.1)2. «Коллажи»

Цель упражнения: Позволить семьям представить себя. Оценить специалистам способы, в каких осуществляется совместная деятельность внутри каждой принимающей семьи.

Оборудование и материалы: Листы ватмана (по количеству семей), краски, цветные карандаши, кисти, краски, непроливайки, цветная бумага, журналы (которые можно разрезать), ножницы, фломастеры. Для проведения упражнения также необходимо наличие столов, за которыми будет удобно работать большим принимающим семьям над большим листом бумаги.

Описание упражнения: Семьям предлагается сделать коллаж, посвященный их семье, а также придумать девиз, отражающий главный принцип их жизни.

Упражнение (3.1)3. «Презентация семей»

Цель упражнения: Познакомиться поближе с семьями. Позволить семьям самим представить себя.

Оборудование и материалы: По запросу семей предоставляется все необходимое для их презентации. Это может быть магнитофон, проектор и пр. Данную информацию желательно собрать до отъезда на МВЛШ.

Описание упражнения: Семьи в произвольной форме представляют себя и свой регион. Это, может быть, презентация в Power Point, стихотворение собственного сочинения, танец, сценка, видео-ролик и пр.

Упражнение (3.1)4. «Поиск сокровищ»

Цель упражнения: Определить зону интересов участников, а также выяснить уровень компетентности и комплекс личностных особенностей, влияющих на решение проблемных вопросов.

Описание упражнения:

Шаг 1. Выбор вопросов:

Участники разбиваются на небольшие группы и придумывают 2–3 вопроса в рамках обсуждаемой темы, на которые хотели бы получить ответы и соответственно задать другим группам (5 минут).

Шаг 2. Сбор предварительных ответов:

Участники в своей группе сами же «набрасывают» и фиксируют ответы на свои вопросы (7 минут).

Шаг 3. Выбор ролей:

Ведущий предлагает внутри каждой группы выбрать несколько «пиратов» («искателей сокровищ») – не более $\frac{1}{3}$ группы, но не менее двух человек. Оставшиеся участники становятся «хранителями клада» (экспертами).

Шаг 4. Поиск:

«Пираты» по сигналу ведущего передвигаются по группам (по часовой стрелке) и задают вопросы экспертам (5–10 минут на каждую группу).

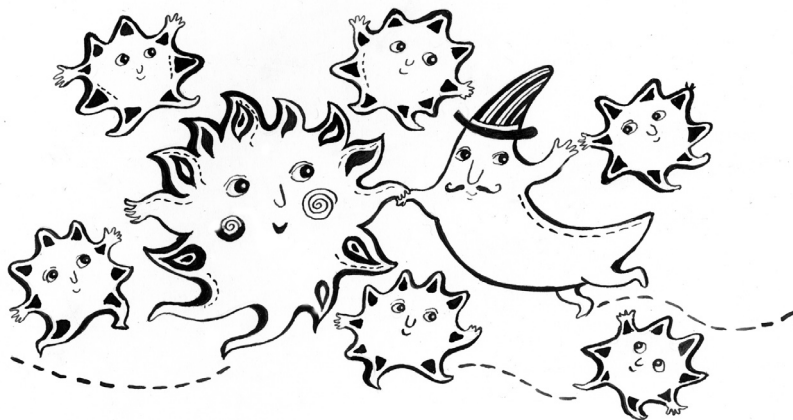
Эксперты, остающиеся на месте, отвечают на вопросы «пиратов» – участников других групп. «Пираты» фиксирует ответы «хранителей».

Шаг 5. Завершающий этап:

«Пираты» возвращаются на исходное место (в «родную группу»), где вместе с экспертами записывают полученные идеи и новую информацию на флип-чарте, добавляя к тому, что было наработано на Шаге 2 (10 минут).

Шаг 6. Презентация:

Группы в свободной форме представляют свою работу остальным участникам (по 5 минут на каждую презентацию).



3.2. СОВМЕСТНЫЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ЗАНЯТИЯ

3.2.1. Тренинг эффективных детско-родительских отношений (обращение к нравственным аспектам взаимодействия детей и родителей)

ПАЧКОВА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА, директор и психолог МОУ «Гурьевский районный центр психолого-медико-социального сопровождения «Доверие» Калининградской области.

Цель занятия: Развитие умения эффективного взаимодействия в семье на основе нравственных ценностей.

Упражнение (3.2.1)1. Знакомство «Имя +...»

Цель упражнения: Знакомство группы.

Описание упражнения: Каждый участник называет свое имя и прилагательное, которое его характеризует. Следующий участник повторяет имя предыдущего участника и прилагательное и называет свое имя и прилагательное.

Упражнение (3.2.1)2. «Правила работы в группе»

Цель упражнения: Выработка правил, облегчающих работу в группе.

Описание упражнения: Участники вырабатывают совместные правила поведения в группе (возможные варианты: «Не бегать», «Не перебивать другого» и пр.).

Упражнение (3.2.1)3. «Ценности семьи»

Цель упражнения: Осмысление ценностей и традиций собственной семьи. Знакомство с другим опытом.

Описание упражнения:

1-й вариант – ведущий дает общие представления о нравственно-ценностных категориях и их роли в каждой семье, затем участники (дети и родители) рассказывают о ценностях и традициях своей семьи.

2-й вариант – семьи выполняют рисунок на ватмане, где отражают жизненный путь семьи в виде географической карты (вселенной, земного шара, материка...) с названием объектов «ценности семьи» (напр., счастье, здоровье, дружба, любовь...)*.

**Примечание.* Данное упражнение может использоваться при условии, если занятие длится не менее 3–4 часов.

Упражнение (3.2.1)4. Притча «Булочка»

Цель упражнения: Сформировать умение отличать добрый поступок от «медвежьей услуги». В отношении детско-родительских отношений – показать родителям «обратную сторону» установки «все лучшее – детям».

Описание упражнения: Ведущий рассказывает собравшимся притчу: «Муж и жена прожили вместе 40 лет. Каждое утро жена разрезала пополам булочку и отдавала мужу верх, а себе брала нижнюю часть. Ей очень хотелось попробовать верх булочки, но, любя своего мужа, она отдавала ему лучшее. В день 40-летия их совместной жизни она наконец-то не вытерпела и забрала себе верхнюю часть булочки, а мужу дала нижнюю. Неожиданно муж сказал: «Какое счастье съесть нижнюю часть булочки, и наконец-то мое желание сбылось».

Обсуждение:

- Как вы думаете, почему жена отдавала мужу верх булочки?
- Почему муж никогда не говорил, чего бы ему хотелось на самом деле?
- Назовите аналогичные примеры из вашей жизни?

Упражнение (3.2.1)5. «Квадратура круга»

Цель упражнения: Развитие умения работать в команде (семье), формирование принятия результата совместных действий.

Описание упражнения: Участники разбиваются на «четверки» (или участвует вся семья, в составе больше четырех человек, но тогда сложнее выполнять упражнение), получают шнур (2–3 метра, и чем длиннее, тем сложнее выполнить задание). С закрытыми глазами группа должна сложить квадрат

(если группа разбита на «четверки», специально оговаривается, что вершины квадрата должны находиться у каждого участника). После выполнения задания все открывают глаза и оценивают результат.

Обсуждение в группе:

- Как принимались отдельные предложения?
- Кто руководил?
- Кто чувствовал себя обойденным?
- Как организовывался «контроль качества»?
- Какая была атмосфера?
- Как было принято решение, что задание выполнено?
- Как это упражнение соотносится с взаимодействием в семье?

Упражнение (3.2.1)6. «Скульптура семьи»

Цель упражнения: Актуализация представлений о структуре семьи и всех ее членов.

Описание упражнения: Работа ведется в подгруппах – семьях. Выбирается скульптор, который создает из всех членов группы (семьи) скульптурный ансамбль, отражающий его видение «семьи». «Материал» пассивен и позволяет лепить все, что захочет скульптор. Скульптор занимает сам удобную позицию в своей скульптуре. Скульптура «замирает». Ведущий просит побыть некоторое время в данной позиции, запомнить свои ощущения и чувства, а затем скульптором становится другой член семьи. Можно задавать очередность: сначала папы скульпторы, затем мамы, затем дети. Другой вариант – решить членам семьи, кто будет первым, и т.д.

Обсуждение в группе:

- В какой позиции было удобнее – «скульптора» или «материала»?
- Что вы чувствовали, когда были тем или иным элементом скульптуры?*

*Упражнение несет в себе несколько аспектов: диагностический, коррекционный и развивающий. Как правило, у участников-родителей возникают вопросы, которые затем требуют консультативного сопровождения.

Упражнение (3.2.1)7. «Добродетели» (заключительное)

Цель упражнения: Позитивное моделирование будущего развития личности.

Оборудование и материалы: Карточки, где на одной стороне написано название той или иной добродетели: счастье, любовь, простота, вера, надежда, нежность, самодисциплина, милосердие, сотрудничество, терпение и т.д. (авторы рекомендуют давать описание добродетелей в христианской традиции).

Описание упражнения: Ведущий подводит итоги занятия и дарит каждому участнику карточку, где называется и дается описание добродетели. «Я хочу каждому из вас подарить то, что каждый из вас выберет сам. Это как гадание на картах – каждый выбирает то, что ему необходимо в данный момент». Каждый участник выбирает себе карту и, раскрывая ее, узнает что-то новое о себе.

* Данное упражнение может обсуждаться в подгруппах (семьях) и в общей группе или стать ритуалом прощания в конце каждого занятия.

3.2.2. Тренинг для родителей и детей

СТАРОВОЙТОВА НАТАЛИЯ АНАТОЛЬЕВНА, психолог, зав. приемным отделением, Санкт-Петербургское государственное учреждение «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Дом милосердия»

Цель занятия: Диагностика и развитие доверия.

Упражнение (3.2.2)1. «Снежный ком»

Цель упражнения: Знакомство группы.

Описание упражнения: Группа рассаживается по кругу. Один из участников представляется остальным и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, позитивным образом характеризовать человека и по возможности содержать преувеличение, например: «гениальный Геннадий, очаровательная Ольга, буйный Борис» и т. д. Следующий по кругу игрок повторяет имя и эпитет предыдущего участника, и добавляет свою комбинацию. Третий повторяет оба варианта и потом представляется сам. Так происходит дальше по кругу. Задача последнего игрока назвать все варианты. Если у него возникают трудности, группа может ему подсказывать.

Обсуждение в группе:

- Какие эпитеты вас впечатлили больше всего?
- Какие имена было труднее всего запомнить?

Упражнение (3.2.2)2. «Солнце светит для тех, кто....»

Цель упражнения: Развитие чувства сплоченности, снятие напряжения.

Оборудование и материалы: Магнитофон, запись легкой подвижной музыки.

Описание упражнения: Группа рассаживается по кругу. Доброволец убирает свой стул в сторону, а сам становится в центр круга. Его цель – снова сесть на освободившийся стул. Для этого он произносит следующие слова: «Солнце светит для тех, кто...

- носит голубые джинсы...
- любит бывать на море...
- не курит», и т.п.

Те участники, для кого справедливо сказанное, меняются местами, ведущий занимает свободный стул. Участник, не успевший сесть, становится следующим ведущим. Хорошо, если члены группы вспомнят как о сильных, так и о слабых сторонах человеческого характера, пристрастиях, недостатках, успехах и неудачах и т. п.

Обсуждение в широте:

- Что стало для меня неожиданностью?
- Чувствуете ли вы, что нашли достаточно «родственных душ»?
- Радует ли вас, что между вами так много общего?

Упражнение (3.2.2)3. «Волк и семеро козлят»*

Цель упражнения: Исследование личностных особенностей в процессе взаимодействия; распознавание вербальных и невербальных сигналов в общении.

Оборудование и материалы: Заранее заготовленные маленькие карточки по числу участников группы. На одной трети карточек написано: «волк», на другой – «коза», на третьей – «козленок».

Описание упражнения: Участникам раздаются роли так, чтобы случайным образом группа разделилась на «волков», «коз», «козлят». «Козлята» остаются в зале, а «волки» и «козы», не показывая никому своих карт, выходят за дверь и затем по одному заходят, пытаясь убедить козлят, что они козы и им надо открыть дверь. Козлята решают пускать, или нет пришедшего. После того, как все попробовали проникнуть в дом, происходит открытие карточек. Так «козлята» и другие участники игры узнают, какие «козы» были признаны подозрительными, и каким волкам, наоборот, удалось проникнуть на заветную территорию.

Обсуждение:

- Чему больше верили козлята: словам, тону слов или жестам, мимике?
- Чему больше в жизни мы верим, общаясь с людьми?

**Комментарии.* С первого раза игра кажется не очень интересной, но с каждой следующей попыткой азарт нарастает. Более сложный вариант, когда козлята не знают, сколько волков, а сколько коз. Например, может быть 4 козы и ни одного волка, и наоборот.

Упражнение (3.2.2)3. «Тропа доверия»

Цель упражнения: Диагностика и развитие доверия в группе, осознание ответственности за группу, группы как единого целого.

Оборудование и материалы: Повязки для завязывания глаз.

Описание упражнения: Каждая семья становится железнодорожным составом, в котором выбирается один на роль паровоза (лидер), остальные – вагончики. «Вагончикам» завязываются глаза. Все берутся за плечи друг друга. Лидер ведет команду через препятствия. Потом игроки могут меняться местами.

Обсуждение в группе:

- Что вы чувствовали, когда были паровозом?
- Что вы чувствовали, когда были вагончиком?
- В какой роли вы чувствовали себя лучше, комфортнее?

Упражнение (3.2.2)4. «Волна»

Цель упражнения: Развитие доверия в группе, осознание ответственности за группу, группы как единого целого.

Описание упражнения: Группа выстраивается в два ряда так, чтобы участники стояли напротив друг друга. Расстояние между рядами должно быть таким, чтобы стоящие напротив участники могли коснуться вытянутых рук партнера. Один из участников (вначале ведущий) стартует в 4–5 метрах от игроков (можно дальше) и пробегает между их рядами. Когда он бежит, у него создается впечатление, что он пробегает через препятствие. Незадолго до того, как бегущий игрок доберется до стоящих, те должны поднять руки. А как только он пробежит мимо них – снова опустить их. Бегущий по возможности не должен менять темп движения. До игры необходимо обсудить вопросы безопасности: все должны быть постоянно на чеку, чтобы бегущий не получил травмы. Руки лучше поднимать раньше, чем слишком поздно. Вначале лучше, чтобы ведущие сами пробежали через ряды в медленном темпе.

Обсуждение:

- Что вы чувствовали, когда пробегали через «волну»?
- Удалось ли получить удовольствие?
- Что мешало?
- Что вы чувствовали, когда были «волной»?

Упражнение (3.2.2)5. «Коридор добрых слов»

Цель упражнения: Взаимопонимание в группе, оказание поддержки, актуализация и канализирование добрых чувств.

Оборудование и материалы: Повязки для завязывания глаз.

Описание упражнения: Родители встают в пары, образуя коридор. Дети медленно, с завязанными глазами, проходят через коридор. Родители шепотом, на ушко, говорят каждому что-то хорошее. Затем через подобный коридор проходят и родители.

Обсуждение:

- Что я чувствовал, когда шел через коридор?
- Что я чувствовал, когда говорил что-то приятное?
- Легко ли было найти для каждого свое доброе слово?
- Что нового и важного я испытал?

3.2.3. Тренинговое занятие для родителей и детей младшего школьного возраста «Наша семья»

МАРАНИНА ОКСАНА ГЕННАДЬЕВНА, педагог-психолог, КГОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Краевой центр психолого-медико-социального сопровождения «Семья плюс» (Алтайский край)

Цель занятия: Создание условий для формирования чувства близости между родителями и детьми, создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания.

Упражнение (3.2.3)1. «Колокол»

Цель упражнения: Создание положительного настроения на работу в группе.

Оборудование и материалы: Колокольчик.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий: «В одном старом городе жители каждое утро выходили на площадь и здоровались друг с другом, когда на площади начинал бить большой колокол. Здоровались каждый раз по-разному. Когда колокол бил один раз, они пожимали друг другу руку; два раза – обнимались; три раза – похлопывали друг друга по плечу. Давайте попробуем здороваться так, как жители этого города». Далее ведущий звонит в колокольчик разное количество раз, и участники здороваются друг с другом обозначенным образом.

Упражнение (3.2.3)2. «Имя по кругу»

Цель упражнения: Знакомство участников группы друг с другом.

Оборудование и материалы: Мяч.

Описание упражнения: Передавая мяч по кругу, участники по очереди называют свои имена и рассказывают, что они обозначают или почему их назвали именно этим именем.

Упражнение (3.2.3)3. «Незаконченное предложение»

Цель упражнения: Сбор представлений участников о том, что такое семья.

Оборудование и материалы: Мяч.

Описание упражнения: Участники, передавая по кругу мяч, продолжают предложение «Семья для меня – это...». Ведущий фиксирует на флип-чарте ответы участников.

Обсуждение:

- Что было общего?
- Какой ответ понравился больше всего?
- Какой ответ вызвал удивление? И т.д.

Упражнение (3.2.3)4. «Хорошо ли мы знаем друг друга?»

Цель упражнения: Создание позитивного настроения, сплочение группы.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий стоит в центре круга с мячом. Бросая мяч любому участнику, ведущий задает вопрос, касающийся любого из членов семьи участника (важное условие: член семьи, фигурирующий в вопросе, должен присутствовать в аудитории). Член семьи подтверждает или опровергает верность ответа. Если участник правильно ответил на вопрос, он сам становится ведущим.

Примерные вопросы:

- Назови любимый цвет твоей мамы.
- Какая любимая марка машины у папы?
- Какие фрукты любит ваша дочь? И т.д.

Обсуждение:

- Что нового узнали о своих детях (родителях)?
- Какие вопросы вызвали удивление?
- Какие из вопросов вызвали затруднение? И т.д.

Упражнение (3.2.3)5.

1-й вариант: Коллективная работа «Семейный герб и девиз»

Цель упражнения: Сплочение семьи, повышение самооценки, семейная диагностика.

Оборудование и материалы: Цветная бумага, краски, кисточки, фломастеры, маркеры, карандаши простые и цветные, ножницы, журналы для коллективной работы, клеящие карандаши, листы ватмана.

Описание упражнения: Ведущий рассказывает о том, что люди с давних пор составляют гербы своей семьи из разных символов, которые отражают в лаконичной форме жизненную философию, главную ценность семьи. Дальше участникам в группах «родители–дети» предлагается на листах ватмана, используя все средства выразительности, изобразить герб своей семьи. Рядом с гербом предлагается написать свой жизненный девиз. Девиз должен быть кратким и отражать суть жизненных устремлений, позиций, идею или цель семьи. После завершения работы каждая семья презентует свой герб. Участники группы могут задавать вопросы.

Обсуждение:

- Насколько легко (трудно) было выполнять задание?
- Все ли идеи нашли воплощение в коллективной работе?
- Чей герб вызвал наибольший интерес? Почему? И т.д.

2-й вариант: Коллективная работа «Мир детей глазами взрослых» – «Мир взрослых глазами детей»

Цель упражнения: Постигание мира других.

Описание упражнения: Участники делятся на две команды: команда взрослых и команда детей. Придумывают название своей команде и приступают к работе. Детям предлагается представить мир взрослых (их интересы, дела, ценности) и отразить на ватмане, используя разные средства выразительности. Взрослых просят представить и отобразить мир детей. Затем каждая команда презентует свою работу. Команды могут задавать вопросы друг другу.

Обсуждение:

- Возникали ли затруднения при выполнении задания (если да, то какие)?
- Что удивило (порадовало, огорчило) при выполнении и обсуждении задания?
- Что нового узнали о своих детях (родителях)?

Упражнение (3.2.3)6. «Пирамида любви»

Цель упражнения: Эмоциональное сближение участников группы.

Описание упражнения: Все участники садятся в круг. Ведущий называет то, что он любит, и кладет свою руку, затем каждый из участников называет то, что он любит, и кладет руку поверх руки ведущего. (Выстраивается пирамида из рук.)

Упражнение (3.2.3)7. «Аплодисменты по кругу»

Цель упражнения: Повышение самооценки каждого участника, закрепление позитивного эмоционального состояния.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий произвольно выбирает любого участника, подходит к нему и аплодирует ему, затем они вдвоем выбирают следующего и вдвоем дарят аплодисменты и т.д. В конце упражнения – бурные овации всем участникам занятия.

3.2.4. Тренинг для родителей и детей младшего возраста «Я, ты, он, она – вместе дружная семья»

ГЕРТ НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА, психолог КГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского», Красноярский край

Цель занятия: Создать условия для обогащения индивидуального опыта ребенка социокультурными представлениями о модели благополучной семьи, способствовать выработке навыков ролевого поведения.

Упражнение (3.2.4)1. «Солнышко»

Цель упражнения: Рефлексия на тему личных достоинств.

Оборудование и материалы: Альбомные листы, фломастеры.

Описание упражнения: Участникам предлагается нарисовать солнышко со множеством лучей, в центре которого написать свое имя, а затем на каждом лучике подписать свои лучшие качества, умения.

Информация от ведущего (для родителей и детей): «Сегодняшнее занятие будет посвящено пониманию, пониманию себя и других, ведь без этого чувства невозможно жить вместе в одной группе, классе, семье. Если нет понимания, то будут постоянные ссоры, размолвки, и тогда даже близкие и родные люди могут стать чужими друг другу. Как вы считаете, что самое главное в понимании себя и других людей? Наверное, умение чувствовать, сопереживать, улавливать настроение другого человека... Все это невозможно без хорошо развитой интуиции, внимания, воображения. Давайте потренируемся в развитии этих качеств.

Сегодня наше занятие мы начнем с необычного приветствия: вместо рукопожатия мы будем передавать друг другу по кругу разные предметы, но не настоящие, а воображаемые. Таким образом, потренируем наше воображение, разовьем актерские способности и «разогреемся».

Упражнение (3.2.4)2. «Передай по кругу»

Цель упражнения: Снятие зажимов у участников. Развитие воображения и актерских навыков.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Я начинаю и передаю своему соседу слева перышко. Обратите внимание, как я это делаю. Перышко легкое, воздушное, почти невесомое...» Участники передают друг другу воображаемое перышко.

Ведущий продолжает: «А теперь передадим друг другу чашку, полную воды. Делать это нужно осторожно, чтобы не расплескать жидкость...» Участники передают друг другу воображаемую чашку, полную воды.

Ведущий: «И наконец, последний предмет – горячий пирожок...» Участники передают друг другу воображаемый горячий пирожок.

Обсуждение:

- Интересно ли вам было выполнять это упражнение?
- Что больше всего понравилось передавать?
- Ваше воображение вам помогло?

Упражнение (3.2.4)3. «Курочка Ряба»

Цель упражнения: Вовлечь группу в обсуждение важных вопросов, отталкиваясь от знакомого материала (известной сказки).

Описание упражнения: Психолог говорит: «А сейчас я вам предлагаю отправиться в сказку, где речь пойдет об одной семье и домашней птице. Догадались, какая это сказка? («Курочка Ряба»). А давайте вспомним, что там была за семья:

- Как вы думаете, почему дед и бабка жили одни? Были ли они счастливы?
- Какую семью можно назвать дружной, счастливой?
- А что такое вообще семья? Кто есть в семье?

Давайте, теперь все вместе вспомним и расскажем сказку «Курочка Ряба». Только уговор: «Пусть каждый произносит только одну фразу». Один участник начинает, остальные по одной фразе продолжают рассказывать. Когда сказка рассказана до конца, начинается ее обсуждение.

Анализ сказки:

1. Характерологический анализ героев:

- Кто из героев, по-вашему, добрый (самый добрый) и почему?
- В каких словах, поступках проявляется доброта героев сказки?
- Каким мы представляем себе доброго человека: щедрый, любящий помогать другим, умеющий сочувствовать, сопереживать, сострадать и т.п.?
- Кого из ваших близких вы можете назвать добрым человеком, и почему?

2. Проблемный анализ:

– Дед и бабушка хотели разбить яйцо, но почему они плачут, когда это сделала мышка?

– Как вы считаете, о чем эта сказка? С точки зрения деда, бабушки, курочки?

– Почему дед с бабушкой не смогли правильно использовать подарок судьбы?

3. Речевой анализ:

– Придумайте шуточные вопросы: бабушке, деду, яйцу...

– Составьте длинное предложение со словом «яйцо».

– Вспомним, кто еще (кроме курицы) вылупливается из яйца?

4. Анализ взаимосвязей и зависимостей:

– Чем похожи и чем отличаются простое и золотое яйцо (форма, вес, цвет)?

– Зависит ли ценность предмета от его стоимости, при каких условиях ценность может меняться?

5. Анализ морали:

– Какой урок дает нам эта сказка?

– Почему дед с бабушкой были несчастны, не смогли воспользоваться подарком, плакали?

– А у вас случалось такое, когда жизнь вам преподносила подарок, а вы не сумели им воспользоваться и только позже поняли смысл этого подарка?

Давайте придумаем продолжение сказки: «Добрая курочка снесла золотое яйцо. Оно было волшебным... и из него появилась девочка (дальнейшие события лучше придумывать сообща)... она стала внучкой и помощницей деду и бабушке (осознавание семейных ролей, семейных связей и т.п.).»

Упражнение (3.2.4)4. «Шифровальщик 7-«Я».

Цель упражнения: Анализ семейных ролей.

Описание упражнения: Психолог говорит: «Давайте расшифруем слово «семья», как в ребусе, что оно означает – это 7-«Я». Кто это?

– Какие социальные роли выполняют разные люди в семье?

– Могут ли люди выполнять сразу несколько социальных ролей?

(Например, женщина – мать, хозяйка, жена, дочь, сестра и т.п.; мужчина – защитник, добытчик, хозяин, друг, помощник, отец, сын и т.п.; ребенок – сын, дочь, помощник, внук и т.п.)

– Как вы считаете, без чего не может существовать ни одна семья? (Предполагаемые ответы: без любви и дружбы, взаимоподдержки.)

– Какие социальные роли выполняли вы в своей семье?
– Все ли у вас получалось или возникали проблемы?
– Какие проблемы у вас возникали и как вы с ними справлялись?
(Обсуждение различных ролей и тех обязанностей, которые накладыва-
ют на человека эти роли.)

Упражнение (3.2.4)5. «Я сам – Мы вместе»

Описание упражнения: Групповой анализ обязанностей детей в семье.

Оборудование и материалы: Лист писчей бумаги, ручки.

Описание упражнения: Психолог говорит: «Мы говорили о ролях и обя-
занностях членов семьи, об обязанностях взрослых А какие обязанности
могут выполнять в семье дети? Что-то они могут делать самостоятельно,
а с чем-то могут справиться только с помощью взрослых? Давайте запол-
ним таблицу – сначала колонку «Я сам», а затем «Мы вместе». Участники
делятся на группы и работают коллективно. Когда работа в группах закон-
чена, дети зачитывают то, что записали в своих таблицах.

Информация от ведущего (для родителей и детей): Обязанности маль-
чиков и девочек похожи. Обратите внимания на то, что то, что вы не може-
те выполнить сейчас самостоятельно и делаете только с помощью взрос-
лых, в будущем вы сможете делать сами.

Упражнение (3.2.4)6. «Все вместе»

Цель упражнения: Отработка принципов командной работы.

Описание упражнения: Психолог говорит: «Теперь вам задание на сме-
калку и сообразительность, а также на отработку навыка решать трудности
совместными усилиями.

1. Встаньте, но постарайтесь, чтобы на полу стояло как можно меньше
ног. Придумайте, как это сделать!

2. Теперь сидя попробуйте сделать так, чтобы каждый сидел на коленях
у другого, но при этом у него на коленях тоже кто-нибудь должен сидеть.
Получается, что не должно остаться свободных коленок!»

Обсуждение:

– Сложно ли вам было выполнить упражнение?

– Какое из заданий было самым сложным; интересным; веселым?

Почему?

– Что вам понадобилось сделать, чтобы успешно выполнить все зада-
ния? (Договориться, найти общее решение – подвести к этому. Оказыва-
ется не всегда так легко договориться, чтобы найти единственно верное
решение, которое поддержат все члены группы.)

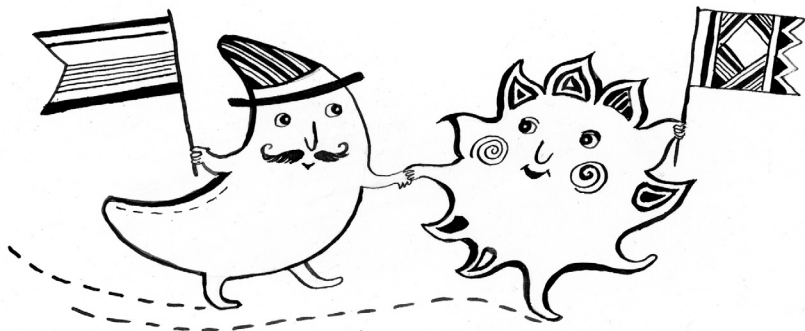
Упражнение (3.2.4)7. «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались...»

Цель упражнения: Отдача позитивной энергии.

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

Обсуждение занятия:

- Что нового вы узнали для себя?
- Как вы считаете, пригодится ли вам в жизни то, чему вы сегодня научились?
- Где, в каких ситуациях это может помочь?



3.3. ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

3.3.1. Тренинг для принимающих родителей «Слушать и слышать или несколько аспектов счастливого родительства»

АДРОВА АНАСТАСИЯ ВЯЧЕСЛАВОВНА, психолог ГОУ «Детский дом № 37» г. Москвы

Цель занятия: Осознание и представление индивидуального жизненного пути каждой приемной семьи.

Упражнение (3.3.1)1. Притча «О бабочке» (погружение в тренинг)

Цель упражнения: Подведение к теме, что все в этой жизни, в конечном счете зависит от самого человека.

Психолог говорит: «В древности жил-был один мудрец, к которому люди приходили за советом. Всем он помогал, люди ему доверяли и очень уважали его возраст, жизненный опыт и мудрость. И вот однажды один завистливый человек решил опозорить мудреца в присутствии многих людей. Завистник и хитрец придумал целый план, как это сделать: «Я поймаю бабочку и в закрытых ладонях принесу мудрецу, потом спрошу его, как он думает, живая у меня в руках бабочка или мертвая. Если мудрец скажет, что живая, я сомкну плотно ладони, раздавлю бабочку и, раскрыв руки, скажу, что наш великий мудрец ошибся. Если мудрец скажет, что бабочка мертвая, я распахну ладони, бабочка вылетит живая и невредимая, а я скажу, что наш великий мудрец ошибся». Так и сделал завистник: поймал бабочку и пошел к мудрецу. Когда он спросил мудреца, какая у него в ладонях бабочка, мудрец ответил: «Все в твоих руках».

Далее ведущий спрашивает у участников, какое впечатление на них произвела притча, и подводит к мысли, что каждый человек – хозяин своей судьбы.

Упражнение (3.3.1)2. «Алфавит» (мозговой штурм)

Цель упражнения: Актуализация семантического пространства главного разбираемого понятия.

Описание упражнения: Это упражнение проводится в форме мозгового штурма всей группой и построено на принципах ассоциаций. Ведущий записывает на доске слово крупными буквами, а участники должны придумать как можно больше слов-ассоциаций к предложенному ведущим слову. При этом первая ассоциация должна начинаться с первой буквы главного слова, вторая – со второй буквы и т.д.

В данном тренинге используются слова из разбираемой темы. Рекомендуемые слова: СЕМЬЯ, РОДИТЕЛЬ, РЕБЕНОК.

Например, слово РЕБЕНОК.

Примеры ассоциаций:

Р – радость, резвиться

Е – егза

Б – баловство, беспокойство

Е – единство

Н – непоседа

О – очаровательный, осторожность

К – капризы, карапуз и т.д.

Обратная связь: По завершении этого упражнения необходимо провести обсуждение тех ассоциаций, которые предлагали участники группы.

Информация от ведущего (для родителей):

«Среди педагогических качеств, наиболее важных для родителей, выделяются знание психологии детей и умение слушать. Для понимания людьми друг друга необходимо такое качество, как умение заинтересованно слушать собеседника, не критикуя и не навешивая ярлыки. Поэтому сегодня мы попробуем поделиться своим опытом и услышать опыт других семей».

Упражнение (3.3.1)3. «Снежинка»

Цель упражнения: Наглядная демонстрация того, что все люди – разные.

Оборудование и материалы: Листы бумаги А4.

Описание упражнения: Участникам раздается лист бумаги А4. По просьбе ведущего все закрывают глаза и выполняют озвучиваемую инструкцию:

«Согните лист пополам. Теперь еще раз пополам. Оторвите верхний правый угол. Оторвите нижний правый угол...» (И т.д.)

Обсуждение: Что получилось? Узоры у всех разные, хотя инструкция звучала для всех одинаково. Мораль такова: в процессе общения, казалось бы, однозначная информация воспринимается по-разному, что ведет к непониманию друг друга, появлению в связи с этим напряжения, а значит, возникает опасность конфликта.

Упражнение (3.3.1)4. «Контакт глазами»

Цель упражнения: Формирование личных контактов между участниками группы.

Описание упражнения: Участники сидят в кругу. Дается задание – безмолвно встретиться глазами с одним из участников и кивнуть ему, тот в ответ должен также кивнуть. Таким образом, в кругу создаются пары участников. Эти пары могут быть названы «Друзья по семинару» – «друзья по семинару» оказывают друг другу моральную поддержку в ходе прохождения обучения.

Упражнение (3.3.1)5. «Представь меня как родителя» (работа в парах)

Цель упражнения: Знакомство участников группы, отработка навыков презентации и самой презентации.

Описание упражнения: Группа предварительно разбивается на пары – «друзья по семинару». Каждой паре дается задание: в течение трех минут рассказать своему собеседнику о себе, отвечая на вопрос: «Какой я родитель?» Когда один из пары говорит, второй должен слушать и запоминать. Затем в паре участники меняются местами. После этого все участники снова образуют общий круг и проводится представление друг друга. Для этого один человек из пары встает за своим собеседником, кладет ему руки на плечи и рассказывает о нем, какой он родитель (например, «Владимир строгий отец, но справедливый...»). Таким образом, каждый участник должен быть представлен.

Упражнение (3.3.1)6. «Метро»

Цель упражнения: Дать представление участникам группы о различных моделях жизненных ситуаций приемных семей.

Оборудование и материалы: Лист бумаги А3/ А4 (по количеству семей), фломастер (по количеству семей, все фломастеры разного цвета), флип-чарт, листы для флип-чарта.

Описание упражнения: Каждая семья (супружеская пара) получает лист бумаги (А4 или А3) и фломастер одного цвета. Таким образом, у каждой

семьи свой определенный цвет, отличный от других. На флип-чарте ведущий рисует в центре круг, в котором записывает общую цель: «счастливая приемная семья» – это конечная станция метро. Каждому участнику предлагается подумать о трех ключевых событиях, которые привели его на конечную станцию метро, и на отдельном листе изобразить эту графическую линию с этапными событиями («остановками»). Затем все «ветки метро» вырезаются и соединяются на общем плакате в схему метро. Каждая семья презентует «свою ветку».

Обсуждение:

- Каким общим опытом вы обладаете?
- Выявили ли вы какие-то факторы, которые привели нескольких из вас в это метро?
- С какими трудностями столкнулось большинство семей на пути к заданной цели?
- Чем отличаются ваши пути? Насколько различаются те дороги, которые привели вас в эту аудиторию?

Обсуждение занятия: Нарботанный группой материал используется для освещения проблем становления эффективной приемной семьи. Участники делятся впечатлениями от занятия, своими чувствами и настроением.

Использованная литература:

1. Модули специальных сессий программы обучения «Дети и молодежь группы риска» Псковская область, Ленинградская область, Республика Адыгея: Учебно-методическое пособие/Под общ. ред. И.И. Осиповой. Майкоп: Качество, 2006.
2. Чугунова Э.И. Тренинг продуктивного взаимодействия родителей и детей / Тренинг тренеров. Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул» (ИП Васильев И.В.), 2005.

3.3.2. Тренинг для родителей «Поощрения и наказания» (тренинг проходил в два дня, здесь приводится целиком как единое занятие)

КОРОВИНА ЕЛЕНА БРОНИСЛАВОВНА, педагог-психолог, руководитель Службы по устройству детей в семьи, ТОГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Детский дом № 4» г. Томска

Цель занятия: Помочь родителям осознать свои правила в отношении наказаний и поощрений детей, влиянии их на ребенка.

Задачи:

- расширение представлений у принимающих родителей о возможных поощрениях и наказаниях; осознание принимающими родителями рисков, связанных с использованием того или иного воспитательного приема;
- формирование негативного отношения к физическим наказаниям;
- активизация группы, повышение уровня доверия.

Информация от ведущего (для родителей): Сегодня мы с вами будем говорить о поощрении и наказании в воспитании ребенка. Давайте попробуем сформулировать, что мы вкладываем в эти понятия (*участники предлагают свои варианты*). Ведущий резюмирует: поощрение – это действия, направленные на закрепление желаемого поведения ребенка; наказания – целенаправленные воздействия взрослого, направленные на прекращение/прерывание нежелательного поведения ребенка.

Упражнение (3.3.2)1. «Групповое обсуждение»

Цель упражнения: Побудить группу говорить на темы, связанные с наказанием и поощрением.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие поощрения и наказания применялись в ваших родительских семьях?
2. Как вы к ним относились в детстве?
3. Как вы к ним относитесь сейчас?
4. Какие из них оказали на вас наибольшее воздействие?
5. Какие из наказаний и поощрений, которые применялись в ваших родительских семьях, вы перенесли в свою семью?

Упражнение (3.3.2)2. «Списки поощрений и наказаний»

Цель упражнения: Анализ плюсов и минусов, существующих в двух типах воспитания.

Описание упражнения: Все участники делятся на две подгруппы. Первая подгруппа составляет максимально возможный перечень поощрений, вторая подгруппа – наказаний.

Сначала анализируется список поощрений, напротив каждого пишутся возможные риски при его применении. Затем анализируется список наказаний, напротив каждого пишутся возможные риски при его применении.

Выделяются правила применения поощрений и наказаний, определяется степень эффективности в зависимости от возраста ребенка.

Упражнение (3.3.2)3. «Положительное и отрицательное подкрепление»

Цель упражнения: Наглядная демонстрация влияния наказания и поощрения на поведение человека.

Описание упражнения: Выбирается один доброволец, который должен будет дважды выполнить определенное действие. Члены группы между собой договариваются, какие именно действия тот должен выполнить (например, взять ручку со стола, дотронуться до одного из участников).

1-й этап. Если доброволец движется в правильном направлении, то члены группы хлопают, если в неправильном – молчат (положительное подкрепление).

2-й этап. Если доброволец движется в правильном направлении – все молчат, если в неправильном – топают ногами (отрицательное подкрепление).

По окончании упражнения проводится анализ: что чувствовал доброволец, когда ему хлопали, и что он чувствовал, когда ему топали. Делается вывод о значении положительного и отрицательного подкрепления.

Упражнение (3.3.2)4. «Индивидуальные истории участников»

Цель упражнения: Актуализация детского опыта, связанного с наказанием и поощрением.

Описание упражнения: Выбирается один или несколько желающих рассказать о каком-нибудь случае физического наказания, пережитого в родительской семье.

Вопросы к рассказчику:

- Какие чувства вы пережили в детстве по отношению к себе, своим родителям в момент наказания?
- Что именно в ситуации наказания повлияло на вас больше всего?
- Имели ли место подобные проступки в поведении ваших детей?
- Как вы на них реагировали? Что именно в ситуации наказания повлияло больше всего на ваших детей?

Упражнение (3.3.2)5. «Физическое наказание: за и против»

Цель упражнения: Приведение максимального количества «плюсов» и «минусов» физического наказания.

Описание упражнения: Члены группы делятся на две подгруппы: первая – сторонники физического насилия, вторая – противники. Каждая группа обосновывает свои аргументы «за» или «против» физического наказания.

Информация от ведущего (для родителей):

«К сожалению, в семьях, и не только в российских, очень терпимо относятся к физическим наказаниям. Родители оправдывают свое поведение тем, что хотят блага для ребенка. Вспоминают, что их самих били, и поэтому они стали хорошими людьми. При этом многие забывают (человеку свойственно забывать травмирующие его переживания), какое страшное чувство обиды на родителей они переживали. Боль, страх, унижение, ненависть к другим и к самому себе – это еще не весь перечень чувств избиваемого ребенка. Ребенок воспринимает телесное наказание как проявление гнева или нелюбви со стороны родителей, а не как результат своего проступка.

Поведение родителей является для ребенка моделью для подражания. Родители, демонстрируя ребенку свою несдержанность, не могут научить его самообладанию, не прививают ему умения справляться с отрицательными эмоциями. Один из очень нежелательных результатов частого битья – то, что ребенок начинает видеть в нем способ излить накопившийся гнев и разрешить возникшую проблему. Физическое наказание становится разрешением для ребенка вести себя по отношению к другим агрессивно. Если тебя кто-то злит, то ты можешь с ним физически расправиться.

Дети, в отношении которых часто используются физические наказания, вообще не оценивают это как что-то страшное, нежелательное, они к нему привыкают, воспринимая его как агрессивную реакцию взрослых. Таким образом, для них оно вообще теряет свою функцию прерывания нежелательного поведения. **Большинство детей, оставшихся без попечения родителей, пережили в своей жизни столько насилия, что физические наказания только подкрепляют у них нежелательное поведение.** В отношении любого ребенка, в том числе и приемного, физическое наказание совершенно недопустимо и бесполезно. Приемные дети имеют за своими плечами печальный опыт пренебрежения со стороны взрослых и нередко насилия. Позиция жертвы для них привычна. Один приемный отец рассказывал, что был потрясен реакцией ребенка на легкий, как ему казалось, шлепок. Мальчик 8 лет, рыдая, кричал ему: «Меня все бьют! И ты меня бьешь! Почему?» Этот же мальчик отличился тем, что сжег цыплят в печке, сломал руку своему сверстнику.

Нередко дети сами, не осознавая, что делают, провоцируют приемных родителей на наказание. Этим можно объяснить и многие случаи воровства, обмана, иногда даже вандализма по отношению к игрушкам и вещам в доме. Некоторые приемные дети провоцируют наказания, чтобы доказать себе и другим, что родители «плохие». Другие – потому что в своей

кровной семье они могли обратить на себя внимание только таким образом. За проявление внимания и любви (бьет – значит, любит) они готовы заплатить собственной безопасностью. Ребенок пытается защитить себя, как правило не осознавая, что делает. Например, он пытается подражать своим поведением человеку, которого сам боится, и начинает вести себя так же. Присваивая себе эту роль, подражая его поведению, ребенок в своем восприятии преобразуется из того, кому угрожают, в того, кто угрожает. Или переносит свой гнев с наказавшего его человека (недоступный объект) на другого – более слабого (доступный объект). В одном из детских домов четырехлетний ребенок, находясь в гостях в будущей патронатной семье, получил довольно сильный шлепок от приемной матери за какую-то провинность. Его реакция была очень быстрой и однозначной: не смея ответить ей тем же, он утопил ее любимого котенка в деревенском туалете.

Физические наказания недопустимы ни в отношении родного ребенка, ни в отношении приемного. На самом деле воспитательное воздействие оказывает на ребенка не сам факт наказания, а эмоциональная реакция родителей на проступок. Эту реакцию можно выразить разными способами, не прибегая к физическому наказанию».

Упражнение (3.3.2)6. Материал из книги С. Соловейчика «Педагогика для всех»

Цель упражнения: Предоставить информацию, которая поможет родителям сознательнее относиться к выбранному типу воспитательного воздействия; направить обсуждение.

Описание упражнения: Ведущий читает статью: «Поставим мысленный эксперимент. Предположим, некий мальчик дурно вел себя во дворе: побил маленького соседского мальчишку. Тот пожаловался своему отцу, отец отправился к соседу – «приструни, мол, своего», и наш отец берет за ремень. Он порет сына, приговаривая:

– Не бей маленьких! Ты у меня на всю жизнь запомнишь, как маленьких бить!

Вопрос: чему учит отец? Бить маленьких или не бить маленьких?

Теперь мы можем ответить: неизвестно, научит ли он тому, чему хочет научить, но бить другого – научит наверняка.

Нравственной цели (не посягай) отец учит безнравственными средствами (посягая), и мы должны признать, что он не воспитывает ребенка, как он думает, а развращает его душу, учит безнравственности, учит посягать на человека.

Наши цели ребенку, как правило, недоступны. Он не может понять, отчего нельзя стукнуть пристававшего к нему соседского мальчишку, зачем надевать теплую куртку, когда еще тепло, зачем есть, когда не хочется, зачем спать, если не спится, зачем сидеть за уроками, если все равно ничего не понятно, – всех этих целей ребенок не понимает. Но средства, которыми мы своих целей пытаемся достичь, вполне ребенку доступны. Замечание, брань, крик, ремень – что тут непонятного? Школа обучения средствам открывается на первой минуте после рождения.

Воспитание – это обучение средствам для достижения своих и общих целей.

Мама говорит неудачному (на ее взгляд) сыну:

– Пожалей маму! Я больше не могу с тобой! Ну, ради отца с матерью! Неужели тебе мать не жалко?

Маме кажется, что она учит чуткости. На самом деле работает школа эгоизма: мама учит жаловаться, учит думать о себе, учит добиваться своего, вызывая жалость, учит беспомощности, унижению, навязчивости. И эти, а не другие уроки будут восприняты и обращены против матери же.

Грубовато обращаясь с младенцем, я учу его грубости, и больше ничему. Какая бы у меня ни была важная цель: здоровье ребенка, его будущее, его жизнь, но учу я его одной лишь грубости. Ее он воспринимает, а не мою цель.

Требуя от ребенка, я учу его требовать от родителей, от людей, от жизни. Не тому учу и не другому, а только требовать, наступать, из горла вырывать – дай! Делай, как я велю!

Добиваясь верха – учу добиваться верха.

Прошу – учу просить.

Уступаю – учу уступать.

Добиваюсь своего увлекая, шутя, с выдумкой – учу тому же своего ребенка.

В глаголах «грубить», «просить», «требовать», «посягать», «уступать» выражены такие же действия, как в глаголах «пилить», «читать», «стирать», «косить». Физическим действиям мы учим наглядно, душевным – незаметно. Нам кажется, что ничего значительного не происходит, но процесс обучения идет – мы учим добиваться своих целей определенными душевными движениями, как учат строгать определенными физическими движениями».

Обсуждение:

– Что в статье вас затронуло больше всего?

– Какие выводы для себя вы сделали?

Упражнение (3.3.2)7. Групповой анализ исследования

Цель упражнения: Обсуждение данных психологов о восприятии поощрения и наказания детьми разных возрастов.

Оборудование и материалы: Распечатанные таблички с результатами исследования, проведенного с приемными детьми.

Таблица 1. Результаты исследования

Возраст ребенка, лет	Наиболее желаемое поощрение	Самое страшное наказание
3 – 5	«Полюбить», сладкое	Когда кричат, стучают
5 – 8	Когда хвалят	Стоять в углу, когда со мной не разговаривают
9 – 11	Поход на прогулку, в гости вместе с (приемными) родителями	Когда не отпускают гулять с друзьями. Когда мне не доверяют
12 – 13	Лучшее поощрение – это доверие. Самое лучшее поощрение – это чтобы исполнили мое желание	Самое страшное наказание, когда со мной не разговаривают. Самое страшное наказание, если меня не отпустят на улицу с друзьями
14 – 15	Хвалят, говорят «молодец», дарят подарки	Самое страшное наказание – уйти из семьи. Отдадут обратно в детский дом

Обсуждение: Как видно из таблицы, дети практически независимо от возраста считают самым страшным наказанием лишение внимания (когда не разговаривают). В качестве наказания они воспринимают проявление недоверия, запрет на общение со сверстниками. Чем старше ребенок, тем больше он ценит семью, воспитывающую его. **Самым страшным для подростка становится угроза отторжения.** В качестве поощрения дети предпочитают словесную поддержку, совместное проведение досуга. И опять звучит проблема доверия. **Доверие родителей становится самым желаемым поощрением, недоверие – самым страшным наказанием.** Компетентность приемных родителей (как, впрочем, и родных) определяется умением использовать адекватные методы поощрений и наказаний. Наиболее действенным наказанием нередко является модель так называемого тайм-аута. Так как для ребенка одной из наиболее действенных форм вознаграждения является отношение других, т.е. социальное подкрепление при помощи внимания, похвалы, подбадривания или совместной деятельности, то при

нежеланных формах поведения целесообразно использовать в целях наказания лишение внимания. Изъятие из ситуации, внезапная утрата внимания часто служат единственной возможностью для воздействия и завершения конфликта, особенно при агрессивных спорах и приступах ярости.

Информация от ведущего (для родителей):

«Ниже я приведу Вам ряд положений бихевиористов (это школа в психологической науке, ее еще называют «школой научения») о правилах применения поощрений и наказаний. Вас же попрошу дома (в качестве домашнего задания) дополнить этот список. Итак:

1. Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения (его все равно получишь). Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закрепляли положительное для родителя поведение ребенка), они должны быть четко увязаны с действиями ребенка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятерку теряет свою роль «быть поощрением».

2. Наказание должно быть значимо для ребенка, иначе оно теряет смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Если ребенка наказывают, оставляя дома, а он при этом и не хотел идти в гости, то вряд ли это событие можно считать наказанием.

3. Ребенок может принимать участие в вопросах выбора поощрений и наказаний. Дети подчас бывают очень справедливы в поиске подходящего для себя наказания, чувствуя доверие, которое оказали им родители. Осуществляя выбор, они к тому же лучше запоминают, что может последовать за определенным поведением, и это повышает их ответственность.

4. Лучше использовать поощрения, чем наказания. Ученые давно доказали в экспериментах на животных, что те лучше поддаются выработке условных рефлексов, если в качестве подкрепления используется не наказание (например, удар током), а поощрение (что-нибудь вкусненькое). Если нужно поведение поощрять, а ненужное игнорировать, то необходимые навыки формируются быстрее, чем если используются и поощрения, и наказания.

5. Поощрения должны исполняться. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимые обещания. Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребенка, им лучше выбрать реальное выполнимое поощрение, так как поощрения обязательно должны исполняться. Приемлемыми наказаниями служат запреты, лишение чего-либо, игнорирование, отсутствие улыбки на лице матери и т.д.».

Д/з: Составить список правил применения поощрений и наказаний.

Обсуждение занятия:

– Что нового/полезного в отношении применения поощрений и наказаний вы узнали?

– Как это поможет вам в дальнейшем?

Использованная литература:

1. *Ослон В. Н.* Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья. М.: Генезис, 2006. 368с. (ребенок-сирота: семейное жизнеустройство и социализация).

2. *Комарова Е.И.* Кнут или пряник? Поощрения и наказания как методы воспитания ребенка. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. 155 с.

3. *Соловейчик С.Л.* Педагогика для всех. М.: Изд-во «Первое сентября», 2000.

3.3.3. Тренинг для родителей «Приемы бесконфликтного взаимодействия с детьми».

КОРОВИНА ЕЛЕНА БРОНИСЛАВОВНА, педагог-психолог, руководитель Службы по устройству детей в семьи, ТОГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Детский дом № 4», г. Томск

Цель занятия: Анализ факторов воспитания и стиля общения взрослых, провоцирующих детей на ответное агрессивное поведение. Сформировать у родителей представления о приемах бесконфликтного взаимодействия с ребенком.

Задачи:

– расширение представления у принимающих родителей о путях выхода из конфликтной ситуации;

– познакомить родителей с несколькими приемами бесконфликтного общения с детьми («Я-сообщение», «Активное слушание», «Позитивный настрой»), отработать их в практических упражнениях;

– активизация группы, формирование позитивного отношения друг к другу.

Информация от ведущего (для родителей):

Нужно понимать, что так называемое трудное поведение детей зачастую провоцируют сами родители. Ниже мы приводим характеристики родительского стиля общения, которые нацеливают ребенка на борьбу и мстительное поведение:

1. противоречивость требований к ребенку со стороны родителей;
2. собственные частые негативные эмоциональные состояния взрослых и отсутствие навыков контроля и саморегуляции с их стороны;
3. использование наказаний детей как способа отреагирования и разрядки взрослым собственных негативных эмоций (гнева, раздражения, злости, досады);
4. постоянное использование «Ты-сообщений» («ты неправильно сделал...», «как ты смеешь так со мной разговаривать?..» и т. п.);
5. вербальные оскорбления детей;
6. игнорирование чувств ребенка, его желаний и интересов.

Теперь немного поговорим по теории конфликта (ведущий сопровождает свой рассказ прорисовкой графика на флип-чарте, с обозначением всех зон конфликта):

По своей структуре конфликт имеет две стороны: внешнюю (видимую) и внутреннюю (скрытую). Видимая сторона конфликта проявляется в поведении конфликтующих сторон. Скрытая сторона связана с их эмоциональным состоянием, с теми чувствами, которые переживают конфликтующие, с их мотивами и интересами. Эта сторона конфликта, как правило, остается «за кадром», часто не проговаривается в ходе конфликтного взаимодействия, но непосредственно влияет на его протекание.

Динамика конфликта:

I – стадия нарастания конфликта (нарастание эмоционального возбуждения), но конфликт еще можно предупредить.

II – стадия реализации конфликта (крайняя эмоциональная возбужденность, демонстрация силовых приемов), нельзя разумно повлиять на конфликт – «стихия должна выплеснуться».

III – стадия затухания конфликта (исчерпание эмоциональных сил), анализ конфликта, поиск выхода.

Когда чувство достигает определенного уровня интенсивности, то его уже нельзя подавить, оно обязательно должно достичь своего пика (так же, как и конфликт, если он не предупрежден на I стадии).

Этот уровень интенсивности, когда чувство уже нельзя сдерживать, совладать с ним (проконтролировать), называют «точкой невозврата». Начиная с этой «эмоциональной» точки, уже нельзя вернуться в прежнее

состояние (так же, как и конфликт нельзя остановить, если он перешел во II стадию), не пережив до конца внутреннее актуальное эмоциональное состояние «здесь и теперь»; невозможно избавиться от переживаемого чувства, невозможно его проигнорировать: «выбросить в окно» и перестать переживать.

Начиная с «точки не возврата», уже не человек владеет чувством, своим эмоциональным состоянием, а эмоции полностью овладевают человеком; и человек входит «в весьма опасную зону – зону, где нет места мысли» (Д. Элиум, 1996).

В «зоне, где нет места мысли», всякая способность к рассуждению, осмыслению, логическому анализу исчезает. «Есть только чувство, и именно в этой зоне человек чувствует себя наиболее живым и уязвимым».

После того как чувство достигло своего пика, оно ослабевает и идет на спад (по аналогии с конфликтным взаимодействием – происходит затухание конфликта на III стадии).

Когда чувство разрешилось, человек снова может здраво рассуждать («зона ясного видения»).

Динамика конфликта является лишь видимым отражением тех глубинных естественных законов, по которым развиваются эмоции: зарождение, кульминация, спад. Конфликтная ситуация случается тем чаще и тем острее, чем более выражено игнорирование чувств, внутреннего мира участников по отношению друг к другу, когда эмоции не проговариваются и остаются закрытыми, а участники ориентируются только на внешнее поведение.

Конфликтное общение – это не только столкновение интересов и мотивов, это еще и неконструктивная форма выражения своего чувства (которое лежит в основе любого конфликта), которое пытается отреагировать себя, чтобы прийти к разрешению. Как только чувство услышано и понято, оно позитивно разрешается, и конфликтная ситуация, как правило, снимается.

Приемы эффективного, конструктивного взаимодействия с детьми требуют от взрослого:

1. умения говорить с ребенком о своих чувствах и переживаниях на языке внутреннего «Я», на языке «Я-сообщений»;
2. умения «активно слушать» внутренний мир ребенка, мир его чувств;
3. умения оценивать не личность ребенка, а его нежелательные действия;
4. умения видеть в словах и действиях ребенка позитивный настрой и благие намерения;
- 5) саморегуляции своего эмоционального состояния.

Упражнение (3.3.3)1. «Я-высказывание» – «Ты-высказывание»

Цель упражнения: Овладение навыком «Я-высказывания».

Информация от ведущего (для родителей): «Я-высказывание» – это прием и способ, с помощью которых взрослый сообщает ребенку о своих чувствах и отрицательных переживаниях, а не о нем и не о его поведении, которое это переживание вызвало (в отличие от «Ты-высказывания»). «Я-высказывание» всегда начинается с личных местоимений: «я», «мне», «меня». Помимо того что «Я-сообщения» говорит о чувствах взрослого и его переживаниях, оно имеет еще некоторое назначение:

- 1) это послание вашего внутреннего «Я», и оно адресовано внутреннему «Я» ребенка и устанавливает с ним контакт;
- 2) сигнализирует о границах дозволенного в необходимой для ребенка форме;
- 3) предоставляет ребенку свободу выбора. Ребенок сам решает, что ему делать «в свете новой информации»;
- 4) предполагает уверенное поведение (раскрывает свое внутреннее «Я») вместо агрессивного поведения.

Оборудование и материалы: Писчая бумага, ручки.

Описание упражнения: Всем участникам предлагаются три конфликтные ситуации:

1. Дети громко разговаривают во время обеда.
2. Вы поздно пришли с работы, а ребенок не выполнил часть домашнего задания.
3. Вам необходимо сделать определенную работу дома (например, подготовиться к уроку, написать доклад), а ваш ребенок постоянно отвлекает вас: задает вопросы, просит почитать, показывает свои рисунки.

Участники делятся на пары и предлагают друг другу свои варианты «Ты-сообщений» и «Я-сообщений» по этим трем ситуациям. Потом идет обмен впечатлениями. Очень важно прочувствовать то эмоциональное состояние, которое возникает на «Ты-сообщение» и на «Я-сообщение», и обсудить его.

Упражнение (3.3.3)2. «Анализ чувств»

Оборудование и материалы: Ручки, заранее заготовленные таблицы (по количеству участников) следующего содержания:

Таблица 2. Анализ чувств

Ситуация	Я чувствую	Я хочу	Я собираюсь сделать (в случае игнорирования замечаний ребенком)
Варианты «Я-высказывания»		Варианты ответа ребенка на «Я-высказывание»	

Описание упражнения: Психолог предлагает участникам следующее:

1) подумайте (вспомните) о реальной ситуации во взаимодействии с ребенком, которая вызывает ваше беспокойство;

2) послушайте, какие чувства и переживания у вас откликаются (возникают);

3) определите четкую позицию: что вы хотите;

4) определите, что вы собираетесь сделать, если ребенок проигнорирует ваше пожелание; лучше, если у вас будет несколько вариантов;

5) запишите ваши мысли и чувства в таблицу;

6) ниже предложите несколько (не менее 5) последовательных «Я-высказываний», которые приблизили бы вас к решению ситуации. После каждой вашей фразы укажите и возможные реплики вашего ребенка. Добейтесь в вашем диалоге желаемого результата с помощью «Я-высказываний»;

7) проиграйте в парах, в ролевой игре данное «Я-сообщение» для лучшего закрепления навыка;

8) обменяйтесь впечатлениями.

Информация от ведущего (для родителей):

«Ребенок может проигнорировать ваше высказывание по следующим причинам:

1. Возможно, он уже «вырос» из этих правил и требований, которые вы для него когда-то установили (ложиться не позднее 22:00, а сыну уже 19 лет); в этом случае необходимо пересмотреть правила.

2. Возможно, вы зашли в его территориальные воды, вторглись в проблемы, которые он хочет решать сам. Лучше всего в таких случаях задать себе вопрос: «Касается ли меня лично то, что он делает?» И если вас лично это не касается, передайте ему право заботиться о себе самому. Все равно ваши волнения здесь не помогут, скорее наоборот».

3. Возможно, ребенок манипулирует вами, меряется силами и не хочет сдавать позиции. В этом случае в контекст «Я-сообщений» необходимо включить предупреждение о возможных санкциях («цивилизованная конфронтация»), чтобы ребенок начал с вами считаться (санкции должны быть реальными и выполнимыми и не носить характер мнимых угроз. Например, молодая мама в «маршрутке» говорит 4-летней дочери: «Если ты не прекратишь свои капризы, то я тебя сейчас высажу»). Предупреждение о санкциях надо делать для того, чтобы ребенок сам сделал выбор, сам принял решение и нес за него ответственность.

Развитие навыков «активного слушания»

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

«Активное слушание» – это способ сообщить ребенку, его внутреннему «Я», что вы слышите его чувства, они вам небезразличны и вас волнуют. Это способ установить контакт с ребенком и сказать ему: «Я понимаю тебя, и я принимаю то, что ты переживаешь».

«Активное слушание» – это проявление заботы, а также бережного отношения к внутреннему миру ребенка.

Пример: рассказ папы 7-летнего мальчика:

«Мы с сыном торопились на автобус. Автобус был последний, и на него никак нельзя было опоздать. По дороге Денис попросил купить шоколадку, но я отказался. Тогда обиженный сын стал отставать, смотреть по сторонам, останавливаться для каких-то «неотложных дел». Передо мной стал выбор: опаздывать нельзя, а тащить упирающегося сына мне тоже не хотелось. И тут я вспомнил! «Денис, – обратился я к сыну, – ты расстроился из-за того, что я не купил тебе шоколадку, расстроился и обиделся на меня». В результате произошло то, что я меньше всего ожидал, – Денис миролюбиво вложил свою руку в мою, и мы быстро зашагали к автобусу».

Услышать чувство – это проявить сочувствие, и крайне маловероятно, что сочувствие подтолкнет кого-либо к неподчинению, мести, сопротивлению. Наоборот, в ответ на сочувствие мы переживаем благодарность и готовность идти навстречу.

Пример:

Одна мама рассказывала, что однажды, придя с работы в 9 часов вечера, застала сына за выполнением задания по математике, которое у него не получалось. Ребенок сидел с подавленным видом, бледный и в ответ на ее приветствие слабо кивнул. По словам мамы, она почувствовала, что он сильно устал. Мама подошла к ребенку и сказала ему: «Ты очень устал, отложи этот учебник, я вижу, у тебя нет сил, чтобы делать это задание. Ничего страшного не случится, если ты его сегодня не сделаешь». Последующее для нее было неожиданным – ребенок бросился к ней, обнял, сказал: «Спасибо» и заплакал. Она почувствовала, что это были слезы признания и благодарности. На следующее утро он сам проснулся пораньше (что было впервые) и очень быстро сделал задание.

Упражнение (3.3.3)3. «Парафраз»

Цель упражнения: Научиться понимать нюансы парафраз.

Оборудование и материалы: Специально заготовленные таблички, которые раздаются родителям. Таблички следующего содержания:

Таблица 3. Варианты парафразы

Описание ситуации ребенком	Варианты парафразы
Сегодня на уроке математики я не поняла одно задание и сказала об этом учителю, а он мне ответил, что нужно быть внимательнее	Если я тебя правильно поняла, тебе не удалось разобраться с одним заданием по математике и ты хотела, чтобы учитель помог тебе. А он не помог – это очень обидно. Если я тебя правильно поняла, ты была очень невнимательна на уроке и поэтому не сумела справиться с заданием
Когда я выходил из школы, мальчишки толкнули меня. Я упал и испачкал брюки. Я ведь не хотел их пачкать, так получилось	Если я тебя правильно поняла, ты опять подрался с мальчишками, но не сумел постоять за себя, к тому же все брюки испачкал. Если я тебя правильно поняла, тебе неприятно, что мальчишки толкнули тебя, и ты переживаешь за испачканные брюки, опасаясь, что я буду тебя ругать

Ведущий просит внимательно изучить розданные таблички: «В колонке слева приведено высказывание ребенка. В правой колонке разные варианты «парафраз». Выберите из них тот, в котором смысл услышанного передается наиболее точно».

Упражнение (3.3.3)4. «Учимся активно слушать друг друга»

Цель упражнения: Отработка навыка активного слушания.

Описание упражнения: Выполнять в парах, можно – по кругу:

- 1) сначала один участник рассказывает о какой-то ситуации или говорит несколько фраз, отражающих, описывающих ситуацию;
- 2) другой участник с помощью приема «парафраз» проверяет, правильно ли он понял собеседника;
- 3) затем партнеры меняются ролями;
- 4) в конце упражнения необходимо поделиться своими впечатлениями с партнером:
 - что мешало выполнить задание;
 - что помогло;
 - что вы чувствовали, когда ваш собеседник неточно понимал смысл ваших слов;
 - что вы чувствовали, когда вашему собеседнику удавалось точно передать смысл услышанного.

Упражнение (3.3.3)5. «Учимся активно слушать ребенка»

Цель упражнения: Отработка навыка адекватной оценки чувств ребенка с последующей отработкой адекватного ответа.

Оборудование и материалы: Специально заготовленные таблички-пустографки, ручки.

Таблица 4. Работа с заданной ситуацией

Ситуация и слова ребенка	Чувства ребенка	Ваш ответ
3-летний ребенок хотел убрать мамину тарелку, а она у него разбилась. ребенок начинает плакать		
Отец возвращается с работы, сын бросается к нему и говорит: «Пап, ты знаешь, я сегодня всю контрольную по математике решил!»		
Ребенок не успевает сделать уроки и пропускает очередную серию мультфильма		
Ребенок на уроке пытается сделать задание, у него не получается. «Я не буду делать это задание», – говорит он учителю		

Описание упражнения: Ведущий говорит: «В левой колонке даны описания различных ситуаций. Впишите в среднюю колонку те чувства, кото-

рые, по вашему мнению, испытывает ребенок в этом случае, а в правую – варианты своих ответов ребенку».

Упражнение (3.3.3)6. «Конкретные примеры»

Цель упражнения: Углубленный анализ конкретной жизненной ситуации с собственным ребенком.

Оборудование и материалы: Специально заготовленные пустографки, ручки.

Таблица 5. Работа с реальной жизненной ситуацией

Ситуация	Чувства моего ребенка	Мой ответ с названием чувств моего ребенка

Описание упражнения: Ведущий говорит:

1) подумайте (вспомните, представьте) ту ситуацию, которая типична в ваших взаимоотношениях с ребенком и вызывает беспокойство;

2) если таких ситуаций несколько, начинать лучше с наименее напряженной;

3) мысленно послушайте, что говорит ваш ребенок;

4) постарайтесь понять, какие чувства он переживает (запишите их);

5) вместо того, что вы обычно говорите ребенку, составьте ваш ответ, в котором вы называете чувства ребенка (запишите его);

6) для лучшей наработки навыка и осмысления необходимости данной «техники» проиграйте в парах ситуацию, «как обычно» она происходит и с учетом «активного слушания», где партнер исполняет роль ребенка и, наоборот, где вы исполняете роль ребенка. Обменяйтесь впечатлениями.

Упражнение (3.3.3)7. «Горячий стул»

Цель упражнения: Сформировать у участников позитивный настрой.

Описание упражнения: Участники сидят в кругу, в центр круга ставится стул. Один из участников садится на него, а все остальные должны говорить ему только хорошие пожелания, называть его положительные качества. Когда все высказались, у сидящего на «горячем стуле» спрашивают: как вы себя сейчас чувствуете? Приятно ли вам было слышать хорошие слова в свой адрес? Что хочется сделать прямо сейчас, после стольких хороших слов?

Информация от ведущего (для родителей):

Дети нуждаются в положительном к себе отношении взрослых, поскольку представление детей о себе формируется во взаимодействии со взрослым. Это важно еще и потому, что способ восприятия ситуации взрослым влияет на саму ситуацию, даже если эта ситуация – проблема, возникшая между взрослым и ребенком. Сохраняя положительный настрой в отношении вашего ребенка, вы окажете позитивное влияние на проблему, которая существует между вами.

Положительный настрой – это не только установка, но и психологический прием, который складывается из следующих взаимосвязанных составляющих:

- умение слушать и слышать ребенка;
- умение увидеть за его деструктивными действиями положительные намерения;
- умение сказать ребенку об этом, т. е. озвучить его положительные намерения (подобно тому, как в «активном слушании» озвучиваются чувства ребенка);
- умение сообщить ребенку: «с тобой все в порядке» и «я люблю тебя» (пример с разбитой тарелкой).

«Родителям важно осознать, что их ребенок изначально является положительным, ответственным, хорошим человеком и что они (дети), как и все другие, неизменно хотят в своей жизни справедливости, любви, взаимопомощи между людьми» (Р. и Дж. Байярд, 1995).

Упражнение (3.3.3)8. «Учимся понимать намерения»

Цель упражнения: Отработка навыка понимания намерений детей.

Оборудование и материалы: Специально заготовленные таблички, ручки.

Таблица 6. Понимание намерений-1

Ситуация, слова ребенка	Намерения ребенка
Ребенок сломал замок в ящике с инструментами отца, когда хотел починить велосипед, и сказал об этом отцу	1. Желание быть правдивым 2. Желание самому принимать решения 3. Желание действовать самостоятельно 4. Быть ответственным за свои вещи (велосипед)
Мать заходит в комнату ребенка и говорит ему: «Быстро переоденься, оставь свои дела. Ты сейчас поедешь с нами на рынок за продуктами». Сын отвечает: «Как вы мне надоели. Вы все время мне указываете, что я должен делать!»	1. Я хочу сам распоряжаться собой 2. Я хочу, чтобы с моими делами считались 3. Я хочу, чтобы мое мнение тоже учитывалось при принятии решений 4. Я хочу заниматься тем, что мне интересно

Таблица 7. Понимание намерений-2

Ситуация, слова ребенка	Намерения ребенка
Ребенок подрался в школе с мальчиками, когда те спрятали его сменную обувь. Матери он признался, что нервничал и переживал из-за того, что мог опоздать на урок	1. 2. 3.
Ваш ученик имеет манеру отвлекать других учеников на уроке. В ответ на замечание говорит, что ничего плохого он не делает, хочет просто помочь другому лучше понять объясняемый материал	1. 2. 3.

Описание упражнения: В левой колонке табл. 6 даны описания ситуации и слов ребенка, в правой – «положительные намерения» ребенка. Выберите намерение, которое, на ваш взгляд, является главным для ребенка (их может быть несколько).

В левой колонке табл. 7 даны описания ситуации и слов ребенка. Напишите в правой колонке то намерение, которое, на ваш взгляд, является главным для ребенка (их может быть несколько).

Обсуждение занятия:

- Что нового/полезного для себя вы узнали?
- Как это поможет вам в дальнейшем?
- Какие из предложенных приемов вы планируете применить на практике?

Использованная литература:

1. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Серия: Психологический практикум. – Ростов н/Д: Феникс, 2003.
2. Хаггинс-Купер Л. 52 легких способа укрощения строптивого ребенка/ Пер. с англ. А.В. Кривяковой. М.: ЗАО «Центрполиграф», 2008. 191с. (52 идеи на каждую неделю года).

3.3.4. «Моя Галактика»

ГЛАДЫШЕВА ТАТЬЯНА ЮРЬЕВНА, психолог ГКОУ ЦПМСС,
г. Кунгур

Цель занятия: Актуализация и гармонизация представлений о своей семье и своем месте в ней.

Упражнение (3.3.4)1. «Моя Галактика»

Цель упражнения: Помочь участникам проанализировать собственное отношение к собственной семье и подумать о направлении коррекции отношений в семье.

Оборудование и материалы: Магнитофон, диск с записью релаксационной музыки; синие листы бумаги, цветная бумага, клеевые карандаши.

Описание упражнения: Психолог говорит: «Каждый вечер на ночном небе зажигаются звезды. На первый взгляд кажется, что все они одинаковы, но вот прошла минута-две, и мы замечаем, что одна звезда больше остальных, другие светят ярче, третьи отличаются светом, который шлют на землю: голубой, розовый, белый.

Каждый человек – как звезда: на первый взгляд у нас много похожего, но если приглядеться – все мы уникальны, неповторимы, каждый единственный в своем роде. И у каждого есть свой мир, в котором он живет, – своя Галактика.

А сейчас закройте глаза и представьте, что только-только начало темнеть, звезд еще не видно. Вы продолжаете вглядываться в ночное небо. Вдруг на небе зажглась первая звезда. Приблизьте ее к себе, чтобы получше рассмотреть: она больше других звезд, меньше или такая же? Какого цвета ваша звезда? Какой свет она излучает – теплый или холодный? А теперь уменьшите свою звезду до размеров теннисного мячика. Положите ее на ладонь. Она чудесна, не правда ли? Пошлите ей свое тепло, нежность, шепните ей: «Ты прекрасна».

А теперь отпустите ее на небо, проследите ее путь и, когда она займет свое место на ночном небе, улыбнитесь ей, чтобы она знала: вы всегда рядом с ней. А теперь откройте глаза.

Посмотрите, у вас есть кусочек Вселенной (синий лист)! Но на нем не видно пока ни одной звезды. Теперь вы создадите свою Галактику, где будет столько звезд, сколько вы посчитаете нужным. Вырежьте из цветной бумаги звезды разных размеров и разного цвета, приклейте их на альбомный лист. Замечательно! У вас получилась своя Галактика.

А теперь найдите среди всех звезд ту, которая вас больше всего привлекает, – свою звезду. Подпишите ее: «Я». Теперь попробуйте найти звездочку своего малыша. Подпишите ее. Найдите звезду вашего супруга, напишите его имя. Всем оставшимся звездам также дайте имена своих родных, близких, знакомых – всех тех, кто вас окружает. В вашей Галактике не должно быть ни одной безымянной звезды.

С психологической точки зрения вы создали мир, в котором вы живете, выразили эмоциональное отношение к вашему социальному окружению.

А теперь давайте проанализируем: вначале обратите внимание на то, где находится звездочка «Я»: в центре листа, сверху, внизу, сбоку. Это говорит о вашей самооценке, об отношении к себе; об этом говорит и размер звезды.

Если ваша звезда самая большая, находится в центре листа или выше – это говорит об эгоцентризме, о желании всегда быть в центре внимания, о высокой самооценке.

Если же ваша звездочка маленькая, находится где-то в уголке, вдали от других звезд, вам следует задуматься о том, не принижаете ли вы собственную значимость, какие у вас отношения с окружающими, может быть, вы избегаете общения с другими людьми?

Цвет вашей звезды говорит о вашем эмоциональном состоянии, а также о вашем восприятии окружающих людей на эмоциональном уровне:

Зеленый цвет говорит о том, что вы видите себя или другого человека добросовестным, спокойным.

Синий – уравновешенный, несколько холодный.

Красный – дружелюбный, общительный, энергичный, уверенный, раздражительный.

Розовый – нежный, чувствительный, уязвимый.

Оранжевый – гибкий, добрый, отзывчивый, художественно одаренный, но поверхностный, преобладает хорошее настроение, интересы неустойчивые, потребность в увлечениях.

Желтый – очень активный, открытый, общительный, веселый.

Фиолетовый – беспокойный, эмоционально напряженный, имеющий потребности в душевном контакте.

Коричневый – зависимый, чувствительный, расслабленный.

Черный – молчаливый, эгоистичный, враждебный, отвергаемый.

Серый – вялый, пассивный, неуверенный, безразличный.

А теперь посмотрите, где находится звездочка вашего малыша? Какого она размера? Цвета? Используя те знания, которые вы получили раньше, попробуйте проанализировать ваше восприятие ребенка: значимая ли он фигура в вашем мире или нет, как вы воспринимаете его на эмоциональном уровне?

Звездочка вашего малыша находится рядом с вами или где-то далеко? А может, ваша и его звезда рядом, а все остальные подальше? Подумайте, о чем это говорит. А если звездочка вашего ребенка далеко от вас, то чьи звезды окружают его? Подумайте, как эти люди влияют на вашего малыша.

А теперь проанализируйте точно таким же образом звезду вашего мужа. Она находится рядом с вашей и вашего ребенка? Замечательно! А если нет?

Какую роль играет ваш муж в семье? Не отстранился ли он от своих обязанностей? Достаточно ли времени он проводит с семьей?

Посмотрите все звезды, которые есть в вашей Галактике. Обратите внимание на звезды черного и серого цвета. Подумайте, кому и почему они достались. Какие отношения у вас с этими людьми? Почему? Нужны ли вам такие отношения?

Нравится ли вам ваша Галактика? Хотели бы вы в ней что-то изменить?

Для тех, кто хочет изменить свой мир, сейчас предоставится возможность создать идеальный образ вашей Галактики. Используя полученные знания, создайте новую Галактику – такую, какой бы вы хотели ее видеть: свой идеальный окружающий мир, где все цельно, гармонично, совершенно».

Участники тренинга, пожелавшие сделать другой вариант Галактики, подходят к столу и создают заново свою Галактику.

Затем психолог просит участников положить две свои Галактики рядом, внимательно посмотреть на них и выбрать ту, которая больше всего нравится, ту, которую они заберут домой. Ее можно повесить дома на стену и каждый день обращаться к ней, а первый вариант оставить у психолога, оставляя с ним все свои проблемы.

Психолог говорит: «Каждое утро и каждый вечер по пять минут, глядя на вашу Галактику, повторяйте слова Луизы Хей:

В бесконечном потоке жизни,
Частицей которого я являюсь,
Все прекрасно, цельно, совершенно.
Я живу в согласии и гармонии со всеми,
Кого я знаю.
В глубине моей души –
Неиссякаемый источник любви.
Я разрешаю ей выйти на поверхность,
И любовь заполняет мое сердце, мое тело,
Мой разум, сознание, все мое существо.
Я излучаю любовь,
И она возвращается ко мне многократно умноженной.
Чем больше любви я получаю, тем больше отдаю.
Этот кладёзь неистощим.
Я наполняю свой дом флюидами любви.
И кто бы ни зашел, включая и меня,
Ощутит любовь и будет ею согрет.
В моем мире все прекрасно».

3.3.5. «Сказка – ложь, да в ней намек»

ГЕРТ НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА, психолог КГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского»

Цель занятия: Демонстрация работы со «сказкой» как важным культурно-историческим источником в процессе воспитания.

Упражнение (3.3.5)1. «Самопрезентация»

Цель упражнения: Знакомство группы.

Описание упражнения: Участникам предлагается по очереди сообщить остальным членам группы свое имя и то, чем они любят заниматься.

Упражнение (3.3.5)2. «Ассоциативный ряд к термину «сказкотерапия»

Цель упражнения: Выявление эмоционального отношения и установки относительно работы со сказкой.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «В фокусе нашего внимания – сказка, сказкотерапия. Когда мы говорим это, у нас возникает ряд ассоциаций, чувств.

Пусть каждый скажет, с чем ассоциируется слово «сказкотерапия». Какой образ подсказывает ваше воображение?»

После первого ряда произвольных ассоциаций можно сделать следующее:

- если сказкотерапия — это помощь, то какая?
- если это работа, то какая?
- если это ...

Групповое обсуждение.

В ходе обсуждения ведущий задает вопрос: «Для чего мы делали это упражнение?»

Важно заметить, что ассоциации были выражением определенного эмоционального состояния, отношения, вызванного словом «сказкотерапия».

Информация от ведущего (для родителей):

«Наверное, нет человека, который бы не любил сказки. Те из нас, кто не заинтересован классическими вариантами сказочных историй, смотрят боевики, фильмы ужасов, читают детективы, любовные романы, фэнтези. Но что это, если не современные сказки?

– Как вы думаете, почему это происходит?»

(Участники высказывают свое мнение.)

Психолог продолжает: «Конечно, вы правы. Знание испокон веков передавалось через притчи, истории, сказки, легенды, мифы. Знание сокровенное,

глубинное, не только о себе, но и об окружающем мире. И именно сегодня, в наше информативное время, к нему интуитивно тянутся люди. Перечитывают и интерпретируют Библию, ищут скрытый смысл в сказках и мифах.

Древнее знание многих поколений предков зашифровано в привлекательных образах и интригующих ситуациях. Рассматривая сказку с различных сторон, на разных уровнях, можно найти ответ и решение многих жизненных проблем.

Сказка как «слоеный пирог» – в каждом слое свой смысл. Когда мы читаем сказку, следим за увлекательным сюжетом, наше бессознательное уже «обнюхивает» «слоеный пирог смыслов» и выбирает самый «вкусный» для себя. То есть тот «слой», тот смысл, который наиболее созвучен мироощущению на данный момент, тот, который может дать ответ на внутренний вопрос.

Поэтому сегодня мы предлагаем вам окунуться в сказку, пережить чудесные превращения и совершить путешествие с героями сказок.

Упражнение (3.3.5)3. «Сказки, которые мы выбираем» (техника работы с жизненным сценарием)

Цель упражнения: Прояснение и анализ жизненных сценариев.

Описание упражнения: Участникам группы предлагается вспомнить любимую в раннем детстве детскую сказку или историю и любимого героя из этой сказки. Затем они объединяются в пары или тройки по принципу сходства сюжетов и обсуждают следующие вопросы:

- Чем их больше всего привлекает любимый персонаж?
- Каковы основные жизненные цели и задачи этого персонажа?
- В чем заключается смысл жизни данного персонажа и каково его предназначение?
- Есть ли у него дети или перспектива их появления?
- Кто его друзья, а кто враги и что они делают в его жизни?
- Какие аналогии существуют между историей этого персонажа и их собственной жизнью?

Затем идет обсуждение наработанного в подгруппах, в общем круге. Особое внимание уделяется обнаруженным в процессе работы над сказками аналогиям со своей жизнью.

(В процессе работе с жизненным сценарием посредством сказки соединяются как детские воспоминания взрослых людей, так и их нынешние проекции на сказочных персонажей. Тем не менее подобная работа значительно увеличивает их осознанность в отношении своей жизненной стратегии и жизненных планов, особенно касающихся детей и их воспитания.)

Упражнение (3.3.5)4. «Подарок Фей»

Цель упражнения: Осознание личностных полоролевых смыслов, анализ влияния родительских установок.

Задание 1. «Волшебная палочка»

Оборудование и материалы: Изготовленная волшебная палочка, ватман, фломастеры.

Описание упражнения: Ведущий говорит, погружая в сказочную ситуацию: «Жили-были король с королевой. Это были добрые и справедливые правители. Их любил и уважал народ. Одно было плохо – у них не было детей, не было наследников. Долго они горевали по этому поводу, но однажды произошло чудо: королева родила двух чудесных малюток. Король решил устроить большой праздник по этому поводу, на который пригласил всех волшебников и фей, чтобы они одарили новорожденных подарками. Подарки эти были необычными: разнообразные качества личности, необходимые в жизни.

Эти феи и волшебники – мы с вами. У вас есть великолепная возможность наполнить смыслом жизнь принца и принцессы, подарив им по одному самому важному, на ваш взгляд, качеству.

Вот вам в руки волшебная палочка, которая освещает светом уникальности каждое ваше пожелание.

Каждый из участников, получая палочку, говорит: «Пусть принц будет... Пусть принцесса будет...»

(Ведущий записывает качества-пожелания на флип-чарте.)

Задание 2. «Полоролевые портреты»

Цель упражнения: Актуализация представлений о реальных и идеальных мужских и женских типах.

Оборудование и материалы: Ватман (2 листа), фломастеры.

Описание упражнения: Участники делятся на две группы: мужскую и женскую. Они должны последовательно описать четыре портрета. Для этого используется лист ватмана, разделенный на четыре части. Сначала работа идет на левой стороне листа, потом – на правой. В верхней левой части листа предлагается дать характеристику реальному представителю противоположного пола (мужчинам: «Опишите реальную, типичную женщину»; женщинам: «Опишите реального, типичного мужчину»), в нижней левой части листа предлагается дать характеристику реальному представителю своего пола. Далее, в верхней правой части листа предлагается дать характеристику идеальному представителю противоположного пола (муж-

чинам: «Опишите идеальную женщину»; женщинам: «Опишите идеального мужчину»); а в нижней правой части листа — идеальному представителю своего пола.

Таблица 8. Реальный/ идеальный – мужчина/ женщина

Реальная женщина	Идеальная женщина
Реальный мужчина	Идеальный мужчина

После выполнения работы в группах листы ватмана развешиваются рядом с листами, где написаны качества принца и принцессы.

Психолог продолжает рассказывать сказку: «Долго ли коротко, прошло 18 лет. Старый король умер, и принц должен взойти на престол.

– Как вы думаете, каким должен быть настоящий правитель, глава рода?

– А теперь давай посмотрим на портрет нашего принца. Какими качествами вы его наделили? Сможет ли он достойно осуществить свое предназначение – главы рода, главы государства?

(Идет анализ тех качеств, которые необходимы мужчине для реализации его предназначения.)

– А в современной жизни, изменилось ли предназначение мужчины быть главой семьи, защитником, добытчиком?

– Посмотрите, насколько соответствуют качества портрета реального мужчины для реализации этих целей?

(Обсуждение наработанного материала.)

И принцесса также должна выполнить свое женское предназначение.

– В чем оно состоит, по вашему мнению? И насколько ей помогут в этом те качества, которые вы подарили?

– Так, а теперь реальная женщина, каково ее предназначение, насколько оно изменилось и какие качества необходимы для реализации этих целей?

(Обсуждение в группе.)

– Давайте сравним портреты идеальные и реальные. Насколько они различаются и в чем состоит это различие? Рассмотрим взгляды мужские и женские на представителей противоположного пола. Чего, по вашему мнению, не хватает современному мужчине и современной женщине для самореализации в жизни?

(Общая дискуссия.)

– Посмотрите на портреты принца и принцессы, ведь это, по сути, желаемые портреты детей. Что нужно сделать, чтобы реальные портреты не так сильно отличались от идеальных?

Сказка может оказать незаменимую помощь и при воспитании необходимых качеств и при коррекции имеющихся отклонений

Информация от ведущего (для родителей):

«Сказочные истории являются лучшим способом передачи ребенку знаний о мире.

С помощью сказки можно наиболее точно объяснить ребенку, что такое хорошо и что такое плохо, потому что почти все сказочные герои делятся на добрых и злых. Благодаря сказкам ребенок учится понимать и разграничивать добро и зло, любовь и ненависть, дружбу и предательство.

Несмотря на то что сказка является развлечением, дети с ее помощью познают реалии современного мира. Сказка учит ребенка размышлять, проявлять яркие и сильные человеческие чувства.

Основные идеи народных сказок:

Окружающий мир – живой, необходимо бережное к нему отношение.

Ожившие объекты окружающего мира имеют право на собственную жизнь (готовность к принятию другого).

Разделение добра и зла, победа добра над злом.

Самое ценное дается через испытания (целеполагание и терпение).

Вокруг нас множество помощников. Но они приходят на помощь тогда, когда мы сами уже не можем помочь себе.

Функции сказки:

1. Функция зеркала. Содержание сказки становится тем зеркалом, которое отражает внутренний мир человека, облегчая тем самым идентификацию с ним.

2. Функция модели. Сказки отражают различные конфликтные ситуации и предлагают возможные способы их решения или указывают на последствия отдельных попыток решения конфликтов. Таким образом, они помогают учиться при помощи модели.

3. Функция опосредования. Сказка (притча) выступает в качестве посредника между рассказчиком и слушателем, снижая тем самым сопротивление. Сказка звучит менее назидательно, чем прямые указания, как нужно поступать

4. Функция хранения опыта. После окончания работы с клиентом при помощи сказки она продолжает действовать в повседневной жизни человека.

5. Функция возвращения на более ранние этапы индивидуального развития.

Сказка помогает вернуться к прежней непосредственности. Она вызывает изумление и удивление, открывая доступ в мир фантазии, образного

мышления, непосредственного и никем не осуждаемого вхождения в роль, которую предлагает им содержание. Сказка способствует пробуждению детских и творческих сил.

6. Функция альтернативной концепции. Сказка предлагает альтернативную концепцию, которую слушатель может либо принять, либо отвергнуть.

7. Функция изменения позиции. Сказка вызывает у взрослого или у ребенка новое переживание, в его сознании происходит изменение позиции».

Информация от ведущего (для специалистов):

«Возможности работы со сказкой:

– Рисование по мотивам сказки. В рисунке проявляются свободные ассоциации, в дальнейшем возможен анализ полученного графического материала.

– Обсуждение поведения и мотивов действий персонажа. Прочтение сказки служит поводом к обсуждению ценностей слушателя, выявляет систему его оценок в категориях «хорошо – плохо».

Упражнение (3.3.5)5. «Проигрывание эпизодов сказки группой»

Цель упражнения: Проигрывание эпизодов даст каждому участнику возможность почувствовать некоторые эмоционально значимые для себя ситуации и проиграть эмоции.

Описание упражнения: Выбирается та сказка или тот эпизод, которые уже упоминались в ходе занятия (возможен выбор и другого материала). Большую пользу может принести сказка – метафора или притча, несущие в себе вариант решения. Распределяются роли, и сказка проигрывается участниками группы.

Упражнение (3.3.5)6. «Анализ скрытых жизненных уроков на примере сказки»

Цель упражнения: Демонстрация способа работы с известной сказкой в контексте воспитания.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Давайте попробуем расшифровать скрытые жизненные уроки на примере одной из сказок. Попытайтесь понять, каковы основные идеи сказки, т. е., что с ее помощью нам хотели передать наши предки, какой опыт, о чем предупредить. Возьмем, например, известную всем сказку «Колобок». Мы уверены, что содержание ее всем знакомо.

Итак, помните, как начиналась сказка?

Жили-были дед да баба. Бедно жили, ели не досыта. Попросил дед бабу испечь колобок. Вроде и не из чего печь, а вот по амбару помела, по сусекам поскребла, и нашлась мука для колобка.

– Как выдумаете, что же нам этим хотели сказать? Почему дед с бабушкой голодные и в амбарах у них пусто?

– Да, похоже, сказка учит нас делать запасы. В жизни бывают разные ситуации, поэтому принято делать заготовки впрок.

– Каким образом это можно сделать в нашей реальной жизни? (Лес, дача, подсобное хозяйство и т.п.)

Везде в разных странах люди любят ходить в лес по грибы, ягоды, но только в России делают заготовки впрок – бочками огурцы, капусту, ведрами варенье, всякие салаты.

– Как вы думаете, зачем? Этот вопрос постоянно задают иностранцы. Ведь в магазине все можно купить. Наша страна постоянно испытывает какие-то потрясения, катаклизмы: революции, войны, перестройки, новое время. Люди оказываются без работы, без зарплаты, но при этом находят выход из проблемных ситуаций. Жизненный опыт показывает: «На бога (на правительство, на государство) надейся, а сам на площадь», т.е. имей запасы и не пропадешь.

– Но что же было в сказке дальше? Испекла бабушка Колобок, получился он румяный, красивый. Положила она его на окно. А Колобок вдруг ожил, спрыгнул с окошка и покатился по лесной дорожке.

– Кто такой Колобок? Что значит его символический образ?

– Что же скрывается за этим событием?

– Почему главный герой совершает свой поступок?

– Зачем ему это нужно?

– Чего он хотел на самом деле?

– А что, по-вашему, несет в себе символический образ дороги?

Итак, суть данного отрывка:

Может, нельзя было оставлять Колобка без присмотра? Колобок ожил, заскучал в одиночестве и покатился по дорожке. Кто же так себя может вести? Конечно, ребенок! Похоже, сказка намекает на детский характер – так скучно находиться в одиночестве и так хочется узнать что-то новое, пойти куда-то одному, показать всем, какой ты взрослый и самостоятельный!

С одной стороны, сказка учит не оставлять детей без присмотра, с другой стороны помнить о том, что каждому хочется быть самостоятельным.

– Что происходит дальше? Кого же встречает Колобок на лесной дорожке?

Сначала зайца, потом волка, медведя и лису.

Какое послание несет каждый герой сказки с точки зрения символического образа. Кто такой «Заяц», «Медведь», «Волк», «Лиса»?

В жизни встречаются разные люди: есть доброжелательные, но есть и опасные, готовые воспользоваться неопытностью. И если судьба свела тебя с такими людьми, это значит, что возникла ситуация, которая требует «преодолеть трудность».

Как вы это делаете в своей жизни?

Давайте вспомним, как сказки учат преодолевать препятствия. Может, мы откроем что-то новое для себя.

– Можно позвать на помощь друзей. Но были ли друзья у Колобка? Нет. Кроме того, пока зовешь на помощь, даже быстрый заяц успел бы его схватить и съесть. Похоже, этот способ в данной ситуации не подходит.

Еще есть чудесный способ преодоления трудностей – хитрость. Помните Кота в сапогах? Как он сказал Людоеду: Никогда не поверю, что ты сможешь превратиться в маленькую мышь. И тот «купился». За что сумел зацепить Кот великана. Прочтите «подтекст», что сказал кот Людоеду («Ты – слабак, не сможешь это сделать»), и этим спровоцировал его на превращение.

– А мог ли Колобок применить хитрость? Как бы это выглядело?

– Какой же способ преодоления трудностей выбирает Колобок в сказке? Он поет песенку: «Я от бабушки ушел, я от дедушки ушел...»

– Чему же здесь учит нас сказка?

В первую очередь не пугаться сразу, если кто-то тебе угрожает. Презентовать себя, попробовать установить контакт. Песня – это своего рода возможность договориться.

В дальнейшем, при новой встрече, он снова поет песенку и убегает. Бывают ситуации, когда лучше всего убежать от опасности.

– У вас бывали такие случаи?

Но почему же все-таки Колобка съели и его способ не помог в четвертом случае?

Попав в сложную ситуацию, нужно быть всегда начеку, потому что не всегда опасные люди прямо сообщают о своих намерениях. Бывает, они прячут истинное лицо и истинное желание, говоря сладкие речи. И мы должны быть очень внимательными, для того чтобы разгадать замысел таких людей. Давайте попробуем расшифровать истинное содержание речей Лисы.

Данный жизненный урок нужно усвоить всем – и взрослым, и детям. Стереотипность поведения не приводит к успеху – это раз. Во-вторых, хвастовство, самоуверенность кружит голову. И, в-третьих, нужно уметь слушать и распознавать людей и их намерения.

Как видите, о каких важных вещах можно узнать из простой сказки; сколько жизненных уроков получить. Такой анализ сказки можно проводить с детьми, склонными к самовольному уходу из дому, вместо нудных нотаций и нравоучений.

Большая часть сказок, притч, известных с давних времен, затрагивает основополагающие нравственные проблемы, актуальные во все времена. Изложенные простым, доступным языком, они позволяют на понятных детям примерах обсуждать сложные нравственные проблемы. Без излишнего назидания, обсуждая поступки героев, можно подвести ребенка к пониманию основ этического, нравственного поведения, к осознанию того, «что такое хорошо и что такое плохо». С другой стороны, родители, сумевшие «разговорить» ребенка, откроют для себя много нового и неожиданного в своем ребенке, смогут лучше понять его, увидеть мир его глазами.

Рефлексия занятия:

Заполнение «Бланков обратной связи»

Пожалуйста, оцените проведенное занятие по 10-балльной системе:

1. Была ли для Вас информация:

доступной _____

новой _____

интересной _____

полезной _____

значимой _____

2. Особенно понравилось (напишите, что именно) _____

3. Не понравилось на занятии (напишите, что именно) _____

4. Ваши предложения и пожелания _____

Спасибо!

3.3.6. Развитие чувства привязанности у детей, принятых в семью
БУГУЛОВА АЛЬБИНА АЛИБЕКОВНА, специалист Республиканского Центра сопровождения и поддержки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также лиц из их числа в возрасте от 18 до 23 лет, граждан, желающих принять или принявших на воспитание детей в свои семьи, Республика Северная Осетия–Алания

Цель занятия: Формирование у потенциальных приемных родителей представления о процессе развития привязанности у ребенка, оставшегося без попечения родителей и принятого в новую семью. Разработка рекомендаций, направленных на формирование достаточного уровня привязанности у детей, воспитывающихся в принимающей семье.

Информация от ведущего (для родителей):

«Привязанность – это процесс образования эмоциональной связи между людьми, которая сохраняется неопределенное время, даже если эти люди разделены.

Дети не могут полноценно развиваться без чувства привязанности к взрослому, так как от этого зависит их чувство безопасности, их восприятие мира.

Здоровая привязанность помогает развитию у ребенка совести, логического мышления, способности контролировать эмоциональные вспышки. Такая привязанность дает возможность маленькому человеку испытывать самоуважение, понимать собственные чувства и чувства других людей, а также помогает находить общий язык с другими людьми.

Нарушение привязанности может неблагоприятно сказаться на формировании ребенка, стать причиной задержки его эмоционального, социального, физического и умственного развития.

Чувство привязанности не является врожденным, это приобретенное качество. Именно поэтому оно может и должно быть сформировано у принятого в семью ребенка по отношению к его новым и к другим членам принимающей семьи.

Для реализации данной задачи необходимо создать благоприятные условия в принимающей семье, что позволит приемному ребенку принять новую жизненную ситуацию и всех членов своей новой семьи».

Упражнение (3.3.6)1. «Мое любимое...»

Цель упражнения: Развитие способности внимательно относиться к собственной личности и к личности другого.

Описание упражнения: «Образуйте круг. Первый участник должен поздороваться и назвать две самые любимые вещи или два любимых занятия, т.е. назвать то, что можно отнести к понятию «любимый». От следующего участника, произносящего приветствие, требуется повторить приоритеты предыдущего и назвать свои».

Обсуждение:

- Есть ли у нас всех что-то общее?
- Хорошо ли быть непохожим на других в своих пристрастиях?
- Что приятнее: узнавать, что ты не похож на других, или то, что у других есть такие же увлечения?

Упражнение (3.3.6)2. «Переместитель людей»

Цель упражнения: Создание условий для формирования у приемных родителей (или у потенциальных приемных родителей) представлений о переживании ребенком процесса отделения от уже сформировавшейся привязанности при переходе в новую семью.

Оборудование и материалы: Листы бумаги А4 по числу участников занятия, письменные принадлежности.

Инструкция 1: «Это упражнение выполняется каждым участником занятия самостоятельно и последовательно по моим инструкциям, которые будут сменять друг друга каждые 2–3 минуты.

Подумайте о своем доме и вашей жизни в нем.

Напишите, что больше всего вам нравится у себя дома (люди, с которыми вы живете, как обставлен ваш дом, его расположение, ваши соседи)».

Инструкция 2: «Скорее всего, у вас дома есть что-то, что вам не нравится. Ниже напишите об этом (поведение ли это членов вашей семьи, какие-то изменения, ремонт, который необходимо сделать, комната, требующая покраски, или мебель, которую нужно заменить)».

Инструкция 3: «Что вы испытываете, живя дома рядом с вещами, которые вам не нравятся? Ниже опишите свои чувства».

Инструкция 4: «Представьте, что вам дали шанс все изменить. Волшебник-Переместитель предлагает вам покинуть свой дом и жить в новом доме с новой семьей. Эта новая семья и дом будут лучше ваших нынешних. Там не будет ничего из того, что вам не нравится сейчас в вашем доме. Эта новая семья уверена, что вы будете с ней счастливы. Опишите чувства, которые возникли в связи с этим».

Инструкция 5: «Представьте, что вы дали согласие на переезд и вас уже перемещают в новый дом. Но вы успели оставить записку вашей прежней семье. Напишите в ней, почему вы уходите и что чувствуете, уходя».

Инструкция 6: «Вот вы на улице, где раньше никогда не бывали. Вы подъезжаете к большому дому, медленно выходите из машины. Медленно подходите к двери. Переместитель стучит в новую дверь. Ниже опишите свои чувства».

Инструкция 7: «Переместитель говорит вам, что в этом доме – ваша новая семья, и собирается уходить. Опишите, что вы чувствуете.

Возможно, что вы не верите, что это происходит с вами. Может быть, вы сердитесь на Переместителя или на членов вашей новой семьи. Или вы недовольны тем, что позволили втянуть себя в эту ситуацию. Возможно, вы беспокоитесь, смогут ли ваши друзья или прежняя семья произвести изменения и вытащить вас из этой ситуации. Не исключено, что вы дей-

ствительно были несчастливы дома и рады, что приехали в новую семью. Или, вероятно, беспокоитесь за людей, которых вы оставили, чувствуете вину, ваши чувства противоречивы».

Инструкция 8: «Какими бы ни были ваши чувства, теперь вы – в новом доме. Дом хорош, люди рады вам и пытаются сделать вас счастливым. Но вы скучаете по вашей прежней семье, вашим друзьям и вашему старому дому.

Давайте приостановим нашу работу с воображением.

Вы знаете, что покинули дом не по-настоящему. Вы знаете, что эти события не происходят на самом деле.

Надеюсь, это упражнение дало вам возможность понять, что, несмотря на какие-то вещи, которые вам не нравятся в вашей семье, в ваших друзьях или в вашем доме, для вас нет места лучше, чем дом.

Теперь вы знаете, что происходит с теми, кто встретил на своем пути Переместителя».

Обсуждение:

– Какие чувства вы отметили во время работы с Переместителем?

– Как вы думаете, кому чаще всего в жизни встречается Переместитель?

Информация от ведущего (для родителей):

«Привязанность появляется постепенно и развивается день ото дня. Привязанность ребенка можно сравнить с маленьким деревцем, которое растет, набирает силу и высоту, покрывается листвой.

Привязанность ребенка, воспитывающегося в одной и той же семейной обстановке, развивается с первых дней жизни и формируется на основе удовлетворения самых простых потребностей. А привязанность ребенка, принятого в принимающую семью, нуждается в более плодородной почве для своего роста и развития. Такому ребенку недостаточно просто удовлетворять свои индивидуальные потребности (в питье, пище, сне...), особенно на первых этапах жизни в новой семье, ему необходимо удовлетворение более специфических потребностей.

Наша задача – определить, какие потребности ребенка и как их необходимо удовлетворить принимающим родителям, чтобы у него на достаточном уровне сформировалась привязанность к новой семье».

Упражнение (3.3.6)3. «Деревце привязанности»

Цель упражнения: Выработка рекомендации по формированию привязанности у ребенка на первых этапах жизни в приемной семье.

Оборудование и материалы: Листы бумаги А4 с нарисованными на них деревцами, ватман с изображенным кувшином.

Описание упражнения: После вводных слов ведущий занятия делит группу на две равные подгруппы, раздает дидактический материал и предлагает участникам выполнить первую инструкцию, отводя на ее реализацию 10–15 минут. Далее итоги каждой подгруппы обсуждаются в общем кругу. Затем ведущий предлагает группе выполнить вторую инструкцию (10 минут).

В конце упражнения ведущий проводит заключительное обсуждение и обобщение сделанного.

Инструкция 1: «У каждой подгруппы на руках лист бумаги А4 с изображенным на нем деревцем. Каждый листочек этого деревца – потребность ребенка. Ваша задача – на каждом листочке деревца написать потребность ребенка, которая, по вашему мнению, должна быть удовлетворена принимающей семьей. На работу вам дается 15 минут».

Инструкция 2: «Обратите внимание на доску. К ней прикреплен лист ватмана, на котором изображен кувшин. Этот кувшин предназначен для полива наших маленьких деревцев. В кувшине находятся разные полезные жидкости, которые будут питать наше деревце, защищать его от вредителей, давать ему силу. Я думаю, вы все понимаете, что подразумевается под этими жидкостями. Наша задача – определить каждую «жидкость» и подписать ее название».

Обсуждение: Ведущий говорит: «Пожалуйста, поделитесь своими мыслями, возникшими за время нашей встречи». Участники садятся в круг и делятся своими мыслями с группой.

3.3.7. «Работа с представлениями «я – родитель» и «я – ребенок» **КОРОБЕЙНИКОВА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА, психолог, ГОУ** **Детский дом № 6, г. Нижний Новгород**

Цель занятия: Актуализировать воспоминания о себе как о «ребенке», чтобы внести дополнительную глубину (и коррективы!) в представления о себе как о «родителе».

Упражнение (3.3.7)1. «Мое детское прозвище»

Цель упражнения: Помочь участникам вспомнить самих себя в детстве.

Оборудование и материалы: Мячик.

Описание упражнения: Участники передают по кругу мячик и сообщают, как их называли в детстве близкие взрослые (родители, бабушки или дедушки).

Упражнение (3.3.7)2. «Встреча с Внутренним Ребенком»

Цель упражнения: Исследование образа Внутреннего Ребенка, активизация переживаний, связанных с детством.

Оборудование и материалы: Специальный текст в руках у ведущего, чтение которого и составляет основную часть упражнения.

Описание упражнения: Ведущий читает спокойным, размеренным голосом: «Итак, представь себе свою детскую фотографию, там, где тебе совсем немного лет. Может быть, это реальная фотография, и она хранится где-то в альбоме, и ее достаточно вспомнить. А может быть, такой фотографии в реальности не существует и она только плод твоего воображения. Представь ее как можно ярче со всеми подробностями.

Посмотри на малыша, который изображен на фотографии, на эту маленькую девочку или маленького мальчика. В каком настроении он находится? Что сейчас происходит с ним? Во что одет этот ребенок? В какой позе он находится? Может, рядом с ним сфотографированы какие-то люди – что это за люди, как они относятся к этому ребенку? Посмотри на его лицо и постарайся угадать или вспомнить, что он переживает в этот момент, какие мысли бродят в его голове.

А теперь представь большое зеркало, там, где ты отражаешься в полный рост. Мысленно подойди к этому зеркалу и посмотри на свое отражение, рассмотри себя настоящего, взрослого. Какой человек отражается в этом зеркале? Уверенный или не очень? Любимый или не очень?

Смотри на свое отражение до тех пор, пока оно не начнет меняться. Пока напротив себя в зеркале ты не увидишь ту маленькую девочку или того маленького мальчика, которым был много лет назад. А это обязательно произойдет, надо только постараться увидеть в себе ребенка. Те же самые глаза, овал лица, волосы. Тот же нос и уши. Те же самые руки и ноги. Поменилась твоя внешняя оболочка, а внутри ты остался тем же самым.

Присядь на корточки и загляни в глаза этому малышу. Вот он стоит перед тобой, тот маленький человечек из твоей прошлой жизни.

Вы смотрите в глаза друг другу. Что происходит с ребенком? Как он реагирует на эту встречу? Что он чувствует? Как себя ведет? Что чувствуешь ты сейчас?

Чем для тебя явилась эта встреча? Она связана с радостью? Или с болью? Или с удивлением?

Как хорошо, что эта встреча произошла!

У тебя есть возможность сказать своему маленькому ребенку то, что тебе хочется сказать. Сделай это.

Улыбнись ему и дай понять, что ты – его будущее взрослое «Я». И ты умеешь утешать маленьких детей. Ты умеешь быть хорошим и мудрым родителем. Ты знаешь ответы на все вопросы.

Пообещай этому малышу, что вы никогда не будете расставаться.

Может быть, он скажет тебе что-то в ответ? Выслушай эти слова. Может быть, он хочет тебя о чем-то спросить? Найди слова, которые ему сейчас очень нужны.

А теперь пришло время расставаться.

Скажи своему малышу: «До свидания», веря, что свидание обязательно состоится. Вы прощаетесь, и ребенок уходит в далекое зазеркалье.

Ты видишь, как детское изображение в зеркале исчезает. Ты опять видишь свое привычное отражение.

Что приобретено за эти годы? А что потеряно? Чем ты отличаешься от того маленького и доверчивого человека? Что осталось в тебе с детства неизменным?..»

После визуализации участники делятся своими переживаниями, мыслями, выводами.

Упражнение (3.3.7)3. «Ручеек»

Цель упражнения: Провокация переживаний, связанных с оцениванием. Исследование индивидуальных эмоциональных реакций на положительную и отрицательную оценку.

Описание упражнения: Участникам предлагается рассчитаться на «первый-второй» и выстроиться в две шеренги, стоящие друг напротив друга. Ведущий говорит: «Сейчас по этому коридору я поведу человека с закрытыми глазами. И те, кто стоит в правом ряду, будут хвалить ребенка, а те, кто в левом – ругать».

Тренер проводит каждого по коридору. При этом человек, который стоял в «хорошем» ряду, после прохождения встает в «плохой». И наоборот. Это даст возможность большинству участников побывать в роли хвалящего и ругающего.

Обсуждение:

- Что вы чувствовали во время упражнения?
- Какие слова и фразы вызвали переживания?
- Что вы шептали, какое отношение эти слова имеют к вам?
- Как вы воспринимали «плохие» и «хорошие» слова?
- Какое отношение имеют эти мысли и переживания к вашему детству и сегодняшней жизни?

Рекомендации по использованию; возможности и ограничения:

Упражнения выбраны из книги И. Шевцовой «Тренинг работы с собственным детством». Эффективны в работе с родителями, поскольку через погружение в собственное детство помогают взрослому человеку лучше понять ребенка и осознать степень своего влияния на формирование личности будущего взрослого человека. Кроме того, упражнения из данной серии помогают родителям найти корни собственных комплексов и проблем и устранить их.

Подходят для использования как в групповой, так и в индивидуальной форме работы.

Упражнения затрагивают очень глубокие эмоциональные пласты, однако есть опасность, что вскрытые проблемы останутся непроработаны, поэтому лучше использовать данные задания в малых группах либо индивидуально, соблюдая определенную цикличность.

3.3.8. «Проблема психологического выгорания принимающих родителей».

БЕЛОВА ЛИЛИЯ АРТУРОВНА, педагог-психолог, ГОУ РА «Центр диагностики и консультирования», специалист службы сопровождения замещающих семей, Республика Адыгея

Цель занятия: Проработка состояний, связанных с психологическим выгоранием.

Упражнение (3.3.8)1. «Ответы про себя»

Оборудование и материалы: Листы бумаги, ручки – по количеству участников.

Описание упражнения: Ведущий читает участникам группы утверждения и просит фиксировать на розданных листах свои ответы «да» / «нет» по каждому пункту:

- время от времени нарастает раздражительность, нервозность, беспокойство;
- ощущается хроническая усталость;
- замечали за собой, что чаще ищутся оправдания вместо решений;
- временами отдаляетесь от приемных детей;
- часто возникает чувство истощения и опустошенности;
- испытываете чувство скуки с приемными детьми;
- часто возникает чувство обиды (в т.ч. и на детей);

- снижается энтузиазм в воспитании, с которого начинался прием ребенка в семью;
- чаще приходит чувство разочарования;
- легко возникает чувство гнева;
- нарастает подозрительность;
- ощущается повышенное чувство ответственности за приемных детей;
- жизненные перспективы кажутся мрачными (особенно в отношении приемных детей).

Обсуждение:

Нашли ли в себе какие-то из признаков? Это есть симптомы или признаки синдрома выгорания.

Упражнение (3.3.8)2. «Обсуждение в группе»

Цель упражнения: Коллективное обсуждение вопросов, связанных с психологическим выгоранием.

Оборудование и материалы: Флип-чарт, листы для флип-чарта, маркеры.

Инструкция 1: «Давайте вместе попробуем определить, что такое синдром выгорания...» Ведущий спрашивает варианты у участников группы.

Научное определение: выгорание – это «неблагоприятная реакция на рабочие стрессы. Опасно тем, что представляет собой не эпизод, а конечный результат процесса «сгорания дотла».

Инструкция 2: «Давайте вместе попробуем определить те причины, которые приводят принимающих родителей к выгоранию». Участники группы называют... Если группа испытывает затруднения, то ведущий помогает, подсказывает, наводит на мысль.

Инструкция 3: «Теперь давайте посмотрим, какие способы у нас есть, чтобы справиться с выгоранием...» Участники группы делятся на подгруппы (до 10 человек). В подгруппах они обсуждают все известные им способы профилактики синдрома выгорания, а также те способы, которыми они сами пользуются. Составляют свои списки. Далее, все садятся в круг, предварительно выбрав в каждой подгруппе одного спикера, который рассказывает всем участникам о том, что было наработано. Материалы вывешиваются на стену.

Упражнение (3.3.8)3. «Учусь мыслить по-другому» (по материалам тренингов В.А. Ананьева)

Цель упражнения: Научить участников переформулировать «проблемные ситуации» для облегчения их последующего решения.

Оборудование и материалы: Листы бумаги формата А4, маркеры.

Описание упражнения: Ведущий предлагает участникам группы сформулировать то, что сейчас их беспокоит следующим образом: «Я должен...», «Я не могу...», «Я боюсь, что...» Затем объясняет, что у всех людей есть большое количество энергии для решения собственных проблем, но не все могут ее использовать по назначению. Очень важно сформировать у себя в голове тот идеал, к которому мы будем постоянно стремиться. Чтобы было легче взглянуть на многие трудности, с которыми нам приходится сталкиваться в жизни, важно уметь переформулировать свои проблемы, исходя из себя как точки отсчета. После чего ведущий предлагает всем заменить в написанных фразах их начало следующим образом: вместо «Я должен...» написать «Я предпочитаю...» и соответственно переформулировать по смыслу: вместо «Я не могу...» – «Я не хочу...», вместо «Я боюсь, что...» – «Я хотел бы...» После чего следует обсуждение: изменилось ли что-то в понимании своих проблем? Как влияет наше восприятие собственных трудностей на осознание перспективы их решения? В конце ведущий снова делает акцент на важности позитивного мышления и смещения центра тяжести с окружающих на себя в контексте решения возникающих трудностей.

Упражнение (3.3.8)4. «Модель распределения энергии» (по материалам тренингов В.А. Ананьева)

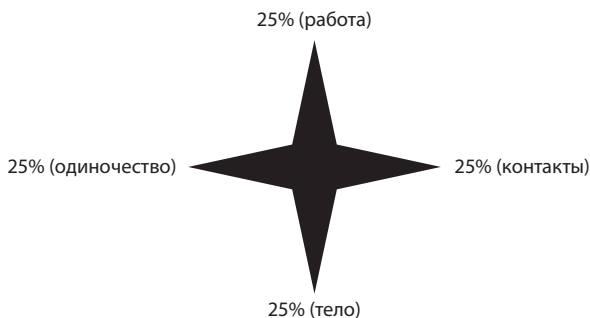
Цель упражнения: Обнаружить возможную необходимость перераспределения жизненных ресурсов.

Оборудование и материалы: Доска для флип-чарта, блокнот флип-чарт, маркеры, листы бумаги формата А4, фломастеры (по количеству участников группы).

Описание упражнения: Ведущий рассказывает, что в каждом из нас циркулирует жизненная энергия, которая расходуется нами на различные нужды и потребности. В идеале эта модель выглядит следующим образом (ведущий предлагает вниманию участников идеальную модель распределения энергии в нашем организме):

Ведущий дает следующую информацию: «В идеале 25% своей энергии человек должен тратить на работу, профессиональный рост, построение карьеры, одним словом, на свою самореализацию, другие 25% энергии он должен расходовать на социальные контакты, общение со своими близкими, родственниками, друзьями, знакомыми, еще 25% энергии должно уходить на занятия своим телом, заботу о собственном здоровье (спорт, фитнес, походы, прогулки, баня, сауна, секс и т.д.) и, наконец, 25% оставшейся энергии человек должен тратить на собственное одиночество, т.е. уметь быть одному, размышлять, рефлексировать, заниматься своим духовным разви-

тием. После этих пояснений ведущий предлагает каждому участнику группы нарисовать свою собственную модель распределения энергии, видоизменяя форму фигуры в зависимости от количества энергии в какой-то из ее сторон. Затем участники обсуждают получившиеся у них результаты.



Информация от ведущего (для специалистов): Опыт проведения данного упражнения на тренинговых занятиях показывает, что люди сами начинают очень быстро делать выводы по поводу того, каким образом в их жизни распределена энергия и насколько это гармонично, у некоторых происходят инсайты, связанные с тем, что они наглядно увидели свою жизнь, ее «кривизну» и задумываются над тем, как это исправить, из какой области заимствовать энергию и в какую область ее перераспределить. Обычно это упражнение очень нравится участникам, и они с удовольствием работают над этой проблемой, делая массу выводов.

Упражнение (3.3.8)5. «Питающее солнце» (по материалам тренингов В.А. Ананьева)

Цель упражнения: Данное упражнение используется для расширения сферы ресурсов личности.

Оборудование и материалы: Листы бумаги формата А4, фломастеры (по количеству участников группы).

Описание упражнения: Ведущий объясняет участникам группы, что такое психологические ресурсы и для чего они нужны: «Мы используем следующую трактовку данного понятия: ресурсы — это тот опыт, который мы осознали и используем; ресурсы — это источник, подпитывающий силы человека. Любые ресурсные источники связаны с психической энергией. Энергия же циркулирует нормально тогда, когда она движется и на ее пути не возникают заторы. Кроме того, источников энергии долж-

но быть много, т.к. если какие-то из них истощатся, взамен будут задействованы другие».

Теперь ведущий предлагает всем участникам группы взять по листу бумаги и начертить круг с лучами («солнце»), внутри написать «Подпитка» и подписать каждый луч, обозначив источники, которые служат ресурсами. Таким образом, должно получиться солнце, на лучиках которого написаны названия ресурсов автора рисунка. Ведущий делает акцент во время рисования, что, чем больше начерчено лучей, тем интенсивнее происходит работа по поиску источников энергии и ее поддержания и соответственно больше шансов расширить свою копилку ресурсов. Участники группы могут вспоминать некоторые ресурсы по ходу выполнения задания, ведущий им помогает, натапливая: «Вспомните свои любимые занятия, которыми вы, может быть, давно не занимались, которые приносили/ приносят вам радость; вспомните те моменты, которые вы вспоминаете, чтобы почувствовать себя хорошо» и т.д. Ресурсами могут быть занятия, увлечения, интересы, положительные моменты из прошлого, отношения – в общем все то, что помогает человеку чувствовать себя благополучным, гармоничным, полным энергии и счастья.

Обсуждение: После того как лучи подписаны, можно предоставить возможность участникам группы рассказать о своих «солнцах», о тех ресурсах, которые на них обозначены. Обсуждать уместно в кругу, когда количество членов группы невелико и когда создана атмосфера доверия, поддержки и безопасности. При этом очень важно предоставить время и место каждому участнику поделиться своими наработками, размышлениями, т.к. этот пласт психологического опыта имеет существенное значение для личностного роста каждого, и, как показывает опыт проведения тренингов профилактики выгорания, люди очень трепетно относятся к прорабатываемой теме и с удовольствием делятся своими «солнцами».

Кроме того, в этом упражнении можно предложить участникам нарисовать еще одно «солнце», которое назвать «Помощники», и на его лучах написать имена всех тех, которые помогали в прошлом и/ или помогают в настоящем жить, справляться с трудностями, чувствовать себя полноценным и уверенным в себе человеком. Это могут быть не только люди, но и животные. После этого можно предложить участникам рассказать о том, кого именно они написали на «солнцах» и каким образом эти люди им помогают в жизни (проводя обсуждение, важно помнить о величине группы и уместности кругового обсуждения проблемы, а также о безопасности и доверительности групповой атмосферы). Если количество членов группы больше 15, тогда можно разбить их на пары, в которых они поделились бы этой информацией и своими переживаниями и ощущениями.

Упражнение (3.3.8)6. «Шарик злости и огорчений» (по материалам тренинга С. Вэбб)

Оборудование и материалы: Воздушные шары (необходимо взять воздушных шаров больше, чем участников в группе, т.к. при надувании некоторые из них могут лопнуть).

Описание упражнения: Данное упражнение используется на тренинге по профилактике синдрома выгорания с целью обучения альтернативному способу отреагирования негативных эмоций. Ведущий раздает всем участникам группы по воздушному шару, после чего предлагает вспомнить какое-нибудь свое негативное состояние, связанное со злостью, огорчением и другими отрицательными эмоциями. Как только вспомнили его и представили, необходимо «вдуть» его в шарик и зажать его рукой, затем снова подумать об этом состоянии и снова «вдуть» его в шарик, можно опять зажать его рукой, после чего снова повторить то же самое. В итоге у каждого получится полностью надутый воздушный шарик. После этого ведущий спрашивает: «Что может произойти с шариком, если мы будем долго его надувать?» Все отвечают: «Он лопнет». Ведущий: «То же самое может произойти и с нами, если мы будем долго копить негативные эмоции и не уметь или не иметь возможности их отреагировать». После этого он предлагает всем выбрать какой-нибудь один способ избавления от негативных чувств, «вдутых» в шарик: можно шарик выпустить и послушать, какие смешные звуки он издает, и понаблюдать, куда он улетит, можно его хлопнуть рукой, можно лопнуть острым предметом, иными словами, надо избавиться от отрицательных чувств, которые переполняют внутри. Обычно это «избавление» вызывает множество положительных эмоций, взрослые увлекаются детской игрой и в итоге чувствуют себя бодрыми и энергичными. Данное упражнение наглядно показывает, что каждый из нас должен найти способы, как справляться с негативными состояниями (ведущий напоминает об этом). После упражнения можно перейти к обсуждению тех способов, которые могут помочь справиться с негативными чувствами, когда они возникают.

Упражнение (3.3.8)7. «Завершающий круг»

Цель упражнения: Резюмировать полученные сведения, дать обратную связь участникам и ведущим.

Описание упражнения: Ведущий задает всем участникам группы один вопрос: «Что полезного я вынес из сегодняшнего занятия?» Члены группы по очереди высказывают свое мнение

3.3.9. «Кровная семья»

СУЛИМА ЛЮДМИЛА АНАТОЛЬЕВНА, педагог-психолог, Государственное образовательное учреждение Республики Карелия для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, «Центр диагностики и консультирования»

ГАРИФУЛИНА ЭЛЬВИРА ШАМИЛЬЕВНА, кандидат социологических наук, руководитель программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория»

Упражнение (3.3.9)1. «Плохие – хорошие родители»

Цель упражнения: Актуализировать представления о значении кровных родителей. Позволить выговориться на наболевшую тему.

Описание упражнения: Участники делятся на три группы: «дети – социальные сироты», «биологические родители детей-сирот», «приемные родители». «Биологические родители» встают напротив «приемных родителей», «дети» садятся между ними и придумывают себе легенду (пол, возраст, как зовут). «Приемные родители» должны сказать «биологическим» все, что думают по поводу них, сложившейся ситуации (по очереди). Затем «биологическим родителям» предлагается ответить «приемным». После этого «слово предоставляется» детям, что они чувствовали, какое их отношение «было и стало» к «приемным родителям», к «биологическим».

Упражнение (3.3.9)2. «Ноль, Плюс и Минус»

Цель упражнения: Цель первой части упражнения заключается в том, чтобы суметь увидеть, как мы представляем себя, посредством выстраивания наших отношений и тех ролей, которые мы играем.

Описание упражнения: Один человек с помощью наводящих вопросов создает свой мир, используя участников, которых расставит по комнате в виде «молчаливых статуй».

Ведущий говорит: «Выбирается доброволец». *Ведущий говорит:* «Вот, хорошо – у нас есть доброволец! Мы будем строить его/ее жизнь. Он/она будет сидеть на стуле в центре комнаты. Для выполнения данного задания нам потребуются еще добровольцы, которые будут стоять в виде молчаливых статуй, в этой обстановке наш главный герой будет строить свою жизнь. Эта безмолвная картина будет носить название «скульптура».

Следите за ходом выполнения этого упражнения, используя диалоги и вопросы, что поможет главному герою представить себя в своем мире.

Ведущий озвучивает инструкцию: «Дамы и господа, это человек, а это его мир. Привет, Человек. Итак, Человек, нам бы хотелось узнать о тебе

немного. Мы должны задать тебе несколько вопросов, чтобы понять, кто ты. У тебя есть имя? Да, этого человека зовут (используйте настоящее имя человека, например Татьяна)

А сейчас скажите нам, Татьяна, знаете ли вы, кто дал вам это имя?

Хорошо, давайте представим мать и отца в вашем мире. Нам нужны два добровольца, которые будут представлять мать и отца Тани. Таня, укажите им место в вашем мире. Может быть, вы хотите, чтобы добровольцы приняли определенные позы, или попросите придать нужное выражение лица, чтобы помочь нам запомнить, кого они представляют?

Продолжайте выполнение упражнения, помогая Татьяне выделить и представить других важных людей в ее жизни, установить их на определенное место и придать им точное выражение лица или позу.

Убедитесь в том, что Татьяна рассматривает себя с позиции дочери, жены, родителя, сестры, тети, члена коллектива, подруги (все социальные роли человека).

Попросите Таню определить род ее занятий, пусть она внесет в свой мир кого-то, кто будет олицетворять ее работу.

Помогите Татьяне определить, чем ей нравится заниматься для развлечения и удовольствия. Выделив деятельность, в которую вовлекаются другие люди, представьте их также в общей картине.

Продолжайте до тех пор, пока все основные отношения и роли Татьяны не будут представлены.

Выясните, действительно ли представленный скульптурный портрет наиболее полно представляет «картину жизни».

Подтвердите, что мы составили скульптурную картину жизни Татьяны, и первая часть упражнения будет закончена.

Ведущий говорит: «Татьяна, вы начали выполнение задания, будучи просто человеком, о котором мы очень мало знали. Сейчас мы знаем довольно много о том, какой вы себя представляете и как нам помогли другие люди, а возможно, они помогли и вам объяснить и понять, кто вы есть. Все находящиеся в данной аудитории поняли, что наша жизнь очень зависит от тех людей и той деятельности, которые играют в ней важную роль».

Далше следует вторая часть упражнения.

Ведущий говорит: «Сейчас я представляю вам вторую часть этого упражнения. Никому не придется ничего делать, вам только нужно будет сесть на стул, когда вас об этом попросят». Это упражнение направлено на то, чтобы «заставить поверить». Попробуйте представить, что-то, о чем мы сейчас будем говорить, взято из чьей-то жизни. Послушайте меня и подумайте, что могла бы чувствовать Таня.

Запомните, что люди переживают две категории чувства потери. Ожидаемые потери – это те, которые происходят в течение обычной жизни. Например, когда человек уже прожил половину жизни, естественно предположить, что вскоре один из его родителей может умереть. Также естественно, что многие мужчины лысеют. Неожиданные потери включают потерю брата/сестры или ребенка, потерю родителя маленьким ребенком или внезапную болезнь. Помните также, что бывает потеря здоровья и чувства самоуважения, так же как и потеря значимого для вас человека.

Эта часть упражнения представляет вам пример того, через какие потери могут пройти люди в своей жизни.

Выполните вторую часть упражнения, исключая людей из жизни Татьяны, что может символизировать как ожидаемые, так и неожиданные потери.

Начните разбирать скульптуру с людей, которых Татьяна установила дальше всех от себя. Закончите теми людьми, которые находятся к ней ближе, чтобы усилить трагизм ситуации.

Сообщите о потере Татьяне, а затем попросите человека, изображающего ту или иную скульптуру, сесть.

Примеры ожидаемых потерь:

«Татьяна, твои дети выросли и покидают тебя, стремясь к самостоятельной жизни. Дети Татьяны, займите, пожалуйста, свои места».

«Таня, твои родители постарели. Твой отец умирает, а вскоре умирает и мать. Родители Тани, сядьте, пожалуйста».

Пример потери самоуважения:

«Вы допустили серьезную ошибку на работе. Это была не ваша вина, но в результате вы потеряли работу. Не могли бы те, кто представляет работу, сесть»?

Пример потери здоровья:

«Татьяна, вы растянули мышцы и больше не сможете играть в боулинг. Команда Джона, представляющая боулинг, сядьте, пожалуйста».

Пример потери значимых людей (пытайтесь использовать как юмористические моменты, так и серьезные ситуации):

«Таня, твой муж владеет некоторыми знаниями, которые требуются в Тимбукту, чтобы спасти жизни миллионов людей. Ему придется уехать на пять лет, но вы не можете с ним поехать. Муж Татьяны, пожалуйста, сядьте».

«Произошел несчастный случай, подруга Татьяны погибла. Подруга Тани, пожалуйста, сядьте».

Закончите выполнение упражнения, указав на то, что все ушло из жизни Тани, кроме его имени.

Ведущий говорит: «Итак, Таня, все ушли. В вашей жизни больше никого не осталось. (Пауза.) Но все-таки кое-что есть. У вас осталось ваше имя. Извините, Таня, но мы вынуждены у вас его забрать. (Пауза.) Перед нами вновь обычный человек, который появился перед нами в самом начале выполнения задания.

Обсуждение: Продолжите выполнение упражнения, задавая группе следующие вопросы:

– Что мы сейчас чувствуем?

– Таня, что вы почувствовали, участвуя в эксперименте? Не хотите ли вы что-нибудь сказать о том, что произошло в вашем мире за несколько последних минут?

– Не желает ли группа сказать что-нибудь Татьяне?

Затем можно заново собрать скульптуру Татьяна может сама всех вернуть в том порядке, в котором захочет.

Ведущий подводит итоги выполненного задания: «Мы имеем тенденцию характеризовать себя и других людей посредством важных отношений и ролей, которые нам приходится исполнять. Наша жизнь строится из различных видов деятельности, которые мы выполняем в рамках этих отношений и ролей. Когда мы утрачиваем важных людей или роли, чувство осознания самого себя и то, как нас видят другие, могут сильно пошатнуться. Наша ситуация была драматичной, но мы знаем, что все люди переживают значительные потери в жизни.

Спросите участников, почему иметь дело с людьми, которые пережили разлуку, потерю, горе, нелегко (или почему вы, возможно, не захотите повторить упражнение «Ноль, Плюс и Минус» на вашем праздничном приеме).

Обратите внимание на следующие моменты:

Разлука, потеря, горе – состояния, думать и говорить о которых болезненно.

Нам очень неуютно находиться рядом с детьми и взрослыми, которые переживают свое горе или злость.

Горе других людей может напомнить нам о собственных болезненных переживаниях, и сочувствие их боли может вызвать взрыв наших горестных чувств и воспоминаний.

Наши собственные болезненные переживания могут помочь или, наоборот, помешать отозваться на чужую боль.

Мы часто неуверенно себя чувствуем и не знаем, как помочь людям справиться с болью.

Иногда, чтобы справиться с болью от потери, необходимо длительное время, а то и вся жизнь.

Переведите разговор в русло обсуждения проблем кровных родителей. Что это за люди? Почему они оказались в ситуации изъятия детей? Какие события в жизни могли повлиять на них?

Сделайте вывод о том, что жизненные обстоятельства бывают разными, и, оставшись один на один со своими потерями и проблемами, без помощи близких и специалистов, не каждый человек способен с этим справиться.

3.3.10. «Права детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в законодательстве Российской Федерации»

СНЕГИРЕВА НАТАЛЬЯ АЛЕКСЕЕВНА, заместитель начальника, Управление опеки и попечительства Министерства образования Московской области по Одинцовскому муниципальному району.

Проведенное занятие было построено в виде представления презентации с последующими ответами на вопросы. Данная презентация была подготовлена после получения соответствующего запроса от принимающих родителей.

Слайд 1

Личные и неличные права подопечных

- Право на воспитание в семье опекуна (попечителя), заботу со стороны опекуна (попечителя), совместное с ним проживание.
- Право на обеспечение им условий для содержания, воспитания, образования, всестороннего развития и уважение их человеческого достоинства.
- Право на причитающиеся им алименты, пенсии, пособия и другие социальные выплаты.
- Сохранение права собственности на жилое помещение или права пользования жилым помещением, а при отсутствии жилого помещения имеют право на получение жилого помещения.
- Право на защиту от злоупотреблений со стороны опекуна.
- Право на содержание, денежные средства на которое выплачиваются ежемесячно в порядке и размере, установленными субъектом Российской Федерации.

Слайд 2

Правовой режим имущества подопечных

- Опекуны не имеют права собственности на имущество подопечных.
- Имущество может принадлежать опекуну и подопечному на праве общей собственности.

- Подопечный вправе пользоваться имуществом опекуна с его согласия.
- Опекуны не вправе пользоваться имуществом подопечного.

Слайд 3

Распоряжение имуществом подопечного

• Распоряжаться имуществом подопечного опекун имеет право исключительно с разрешения и в соответствии с указанием органа опеки и попечительства.

• Денежные средства подопечного помещаются на хранение только в банки, где более 50% принадлежит Российской Федерации.

• Опекун не вправе заключать кредитный договор от имени подопечного, кроме случаев, если данный кредит требуется в целях содержания подопечного, и с предварительного разрешения органа опеки и попечительства.

• Имущество подопечного не подлежит передаче в заем.

• Договор о передаче имущества подопечного в пользование может быть заключен на срок не более 5 лет с предварительного разрешения органа опеки и попечительства.

• Имущество подопечного не подлежит отчуждению, кроме как к выгоде подопечного, либо в случае необходимости, либо при перемене места жительства подопечного.

Слайд 4

Надзор за деятельностью опекунов

• Надзор за деятельностью опекунов, попечителей осуществляет орган опеки и попечительства по месту жительства подопечного.

• Надзор за условиями жизни подопечного.

• Надзор за соблюдением опекунами прав и законных интересов подопечных.

• Надзор за обеспечением сохранности имущества опекаемого.

• Надзор за ежегодным обязательным предоставлением опекунами отчета.

Слайд 5

Дополнительные гарантии по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

• Дополнительные гарантии права на образование.

• Дополнительные гарантии права на медицинское обслуживание.

• Дополнительные гарантии права на имущество и жилое помещение.

• Дополнительные гарантии права на труд ФЗ от 21.12.1996 № 159.

Слайд 6

Дополнительные гарантии права на образование

- Обучение на курсах по подготовке к поступлению в учреждения высшего и среднего профессионального образования (без взимания платы).
- Получение второго начального профессионального образования (без взимания платы).
- Зачисление на полное государственное обеспечение.
- Повышенная стипендия, ежегодное пособие на приобретение учебной литературы, 100% заработной платы в период производственной практики.
- Бесплатный проезд.

Слайд 7

Право на имущество и жилое помещение

- Имеющееся жилье сохраняется до совершеннолетия.
- Не имеющие жилья обеспечиваются вне очереди после окончания пребывания под опекой.
- Регистрационный учет как по месту жительства, так и по месту пребывания. Снятие с регистрационного учета только с согласия органа опеки и попечительства.

Слайд 8

Право на труд

- Служба занятости осуществляет профориентационную работу, проводит диагностику профессиональной пригодности (без взимания платы).
- Ищущие работу впервые в течение 6 месяцев получают пособие по безработице в размере уровня средней заработной платы.
- При ликвидации предприятия, сокращении численности или штата обеспечивается профессиональное обучение и трудоустройство в данной или иной организации.

3.3.11. Принимающая семья: планирование бюджета и экономическое воспитание детей

ШИРОКИХ ОЛЬГА ВЛАДИМИРОВНА, руководитель проектов «Распространение и поддержка семейных форм устройства в Южном федеральном округе» и «Распространение и поддержка семейных форм устройства в Сибирском федеральном округе», Детский фонд «Виктория»

Информация от ведущего (для родителей):

При рассмотрении вопроса о планировании бюджета принимающей семьи и экономическом воспитании ребенка в приемной семье необходимо сразу заострить внимание слушателей на том, почему это так важно:

1. Появление ребенка в семье приводит к изменениям в семейном бюджете.

В момент принятия ребенка в семью происходит не только смена психологических установок принимающих родителей, изменяется не только уклад их жизни, распорядок дня, но и семейный бюджет.

Какой бы вариант принятия ребенка в семью мы ни рассмотрели: будь это усыновление малыша бездетной парой, взятие под опеку или начало будущей профессиональной большой семьи, в которой могут воспитываться сразу несколько детей, – изменение семейного бюджета происходит в любом случае, как в статье «расходы», так и в статье «доходы». Некоторый «ликбез», обзор современных инструментов, помогающих контролировать распределение денежных средств, в т.ч. с помощью компьютерных программ, может быть дан специалистом в ходе прохождения Школы.

2. Принимающие родители обязаны предоставлять финансовый отчет.

Во многих пособиях для людей, желающих принять детей на воспитание, на сайтах и конференциях, где общаются приемные родители, часто дается описание тех или иных форм семейного устройства с их достоинствами и недостатками. И среди недостатков приемной семьи, как формы семейного устройства, упоминается и «постоянный контроль и отчетность перед органами опеки за расходование денежных средств». Конечно, данный недостаток скорее всего не сможет стать причиной отказа от выбранной формы устройства, но такая потенциальная «ложка дегтя» конечно же может создать напряженные отношения с ООП еще до того, как семье необходимо будет подготовить подобный отчет.

Любой из нас негативно относится к контролю извне, даже понимая, что он необходим. Положительное отношение к ведению семейного бюджета, элементом которого может стать и отчет расходования денежных средств на ребенка, позволит родителям затрачивать меньше усилий и относиться к этому вопросу намного сознательнее.

3. Экономическое воспитание детей напрямую связано с экономическим воспитанием родителей.

Лишь 11% россиян имеют свой личный финансовый план (против 72% американцев). Ведение семейного бюджета «по-новому» не только будет способствовать повышению благосостояния принимающей семьи, но будет хорошим примером для детей, которые в ней воспитываются. К сожалению

нию, у воспитанников интернатных учреждений навыки социализации во многих направлениях отсутствуют, в том числе и навыки ведения домашнего хозяйства и расходования средств. В данном случае экономическое воспитание ребенка будет происходить через пример родителей, правильно подходящих к распределению семейных ресурсов, четко планирующих и учитывающих доходы и расходы.

Дети, воспитывающиеся в интернатных учреждениях, лишены возможностей для полноценной социализации, в т.ч. в их жизни нет условий и предпосылок для развития грамотного экономического поведения. Общение их с личными материальными средствами достаточно отрывочно, и зачастую это приводит к тому, что во взрослой жизни они не способны сами распределить деньги и организовать свой быт. Попадая в принимающие семьи, дети получают возможность познакомиться с понятием «семейный бюджет» на практике. Приемных детей (и конечно же собственных!) необходимо с самого раннего возраста учить обращаться с деньгами.

Словосочетание «дети и деньги» невольно вызывает у нас отторжение, ведь поколения, десятилетиями воспитанные в духе «уравниловки», привыкли считать, что деньги – это нечто «грязное», хотя и необходимое для жизни. Но в то же время мы понимаем, что эта часть жизни неотъемлема от всего остального и сейчас, для успешной жизни каждому человеку нужно не только научиться правильно обращаться с деньгами, но и научить этому своих детей.

Каким же образом построить систему экономического воспитания в семье? Интерес ребенка к деньгам: когда он проявляется?

Интерес к деньгам, как и к любому предмету из окружения ребенка, проявляется довольно рано. Уже в 2–3 года ребенок, чувствуя повышенный интерес к этому предмету со стороны взрослых, просит показать, дать поддержать, поиграть ему и монетки, и купюры. Не нужно этого бояться! Это нормальный интерес – он интересуется и любыми другими вещами, его окружающими.

Малыш может и попробовать применить деньги в качестве строительного материала для башенок, и рассматривать монетки и банкноты. Можно дать ему купюру в магазине, когда ребенок хочет сам протянуть ее продавцу, можно дать ему возможность поместить денежку в автомат, чтобы что-то купить или получить что-то необходимое.

В 4–6 лет деньги (конечно же игрушечные) – необходимый атрибут ролевых игр – «в магазин», «в парикмахерскую». Дети уже понимают, какую роль деньги играют в жизни семьи. Это именно то время, когда можно в простой, доступной для ребенка форме рассказать о том, что такое

заработная плата, доходы семьи, расходы. Можно объяснить ему, что не все получают одинаковую зарплату, и это объясняет то, что мы покупаем вещи разной ценности, в том числе игрушки и книжки. Этот интерес – хороший повод поговорить и о ценности вещей, о том, что нужно бережно относиться к своему имуществу.

Часто ребенок в этом возрасте начинает рисовать и раскрашивать игрушечные деньги, рассматривать денежные купюры, просит дать посчитать деньги в кошельке. Это иногда настораживает родителей, но на самом деле повода для беспокойства нет – ребенок все больше осознает статус денег и место их в жизни семьи. Такой интерес можно направить и в познавательное русло. Например, рассказать о том, что в разных странах монеты и купюры выглядят по-разному, предложить посмотреть в энциклопедии или в сети «Интернет» информацию об этом, подкрепив полезные знания просмотром политической карты мира. Можно рассказать о возникновении и развитии денег и, возможно, этим зародить или подкрепить интерес к истории. Если мы дадим ребенку десять рублей монетками разного номинала: по одному рублю, по два, по пять – то это не что иное, как демонстрация в наглядном виде состава числа!

Шестилетке можно уже показать, что мама с папой ведут «домашнюю бухгалтерию», будь это бумажный блокнот или компьютерная программа. Кстати, это неплохой случай показать, что компьютер – это не только средство для игр, но еще и вещь, необходимая для работы.

В 5–6 лет ребенку можно предложить выбрать в магазине, что можно купить на определенную сумму, – это покажет ему, что такое «выбор» и даст начальные навыки по принятию решений. Можно поручить ему пообщаться с продавцом: выяснить характеристики какой-то вещи, уточнить ее цену, попросить взвесить определенное количество продукта. Такое общение поможет ребенку приобрести навыки общения.

К семи годам ребенок уже должен иметь начальные навыки обращения с деньгами. Именно в этом возрасте – возрасте, в котором ребенок идет в школу, – родители могут начать давать ему некоторую сумму, которой он может распоряжаться достаточно самостоятельно. Что купить в школьном буфете – булочку, шоколадку, сок – решает сам ребенок, поэтому к этому моменту он уже должен уметь делать выбор, понимать, что такое сдача, как правильно попросить о необходимой ему вещи. Как ни странно, но этот возраст еще и подходящий момент объяснить ребенку, что такое долг и то, что его необходимо отдать обязательно и вовремя.

От 12–14 лет – время, когда ребенок не только умеет оперировать карманными деньгами, но и может начать сам их зарабатывать. Это может

быть и официальное трудоустройство с 14 лет, и мелкая помощь соседям или знакомым – неважно. Важно то, что подросток, помимо того что начинает понимать, что такое настоящая «цена» денег, еще и вырабатывает в себе чувство ответственности. Роль родителей на данном этапе – помочь найти ребенку возможность заработать (если он, конечно, этого сам желает), объяснить, когда работа должна оплачиваться и сделать так, чтобы он понимал, что в жизни должно быть место безвозмездной помощи. Например, если ребенок выгуливает собаку соседей и они имеют возможность без ущерба для их бюджета оплатить его услуги – это вариант работы. Но если соседка, воспитывающая малыша одна, просит помочь принести продукты с молочной кухни, задача родителей – объяснить ребенку, что такую помощь, скорее всего, нужно осуществлять безвозмездно.

Подростка также хорошо в этом возрасте привлекать к ведению «домашней бухгалтерии». Он может заносить данные в компьютерную программу или записывать расходы, если они ведутся на бумажных носителях. Такая работа не только даст ребенку навык, полезный во взрослой жизни, но и реально покажет то, каким образом распределяются ресурсы семьи.

Упражнение (3.3.11)1. «Правила экономического воспитания приемного ребенка в семье»

Цель упражнения: Дать принимающим родителям представление о необходимости воспитания у ребенка экономической культуры, навыков ведения личного и семейного бюджета; развития социально-коммуникативных навыков у приемного ребенка через правильное экономическое воспитание.

Оборудование и материалы: Маркеры, листы бумаги формата А4 для записей, листы формата А1.

Описание упражнения: Упражнение может выполняться по технологии «Поиск сокровищ» (см. Упр. (3.1)4 в разделе 3.1. Начало. Открытие МВАШ). Участники разбиваются на небольшие группы (5–7 человек). Перед каждой группой ставится один вопрос из группы предлагаемых. Прозвучавшие и выбранные к обсуждению вопросы:

- Каковы принципы выдачи карманных денег ребенку (когда, сколько, как часто, условия и т.д.)?

- Какие семейные правила помогли бы ребенку грамотно относиться к деньгам?

- Какие еще подтемы в контексте темы «Дети и деньги» актуальны для Вас?

– Какие игры, сказки, упражнения и другие виды активности с Вашим участием помогли бы детям в будущем грамотно оперировать с семейным бюджетом?

Далее работа идет в соответствии с технологией. После презентации работы групп ведущий резюмирует основные моменты, обсуждаемые в ходе работы, и делает краткую презентацию по поставленным вопросам. Особенно необходимо подчеркнуть преимущества экономического воспитания приемных детей, акцентируя внимание на том, что через грамотное отношение к этому вопросу внутри семьи возможна успешная социализация ребенка.

Информация от ведущего (для родителей):

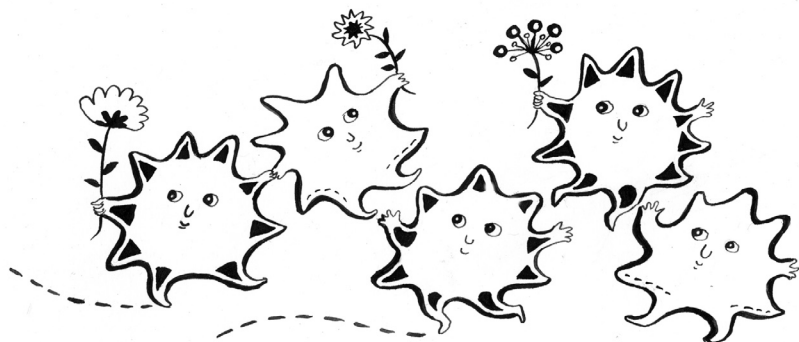
Принципы формирования навыков экономической культуры у детей:

1. В семье должны действовать четкие правила получения карманных денег ребенком. Порядок выдачи их определен точно, получаемая сумма карманных денег растет с возрастом. Учим детей распределять карманные деньги.
2. Дети – часть семьи. Они в курсе ее финансового положения и изменений в нем.
3. Дети знают, как ведется семейный бюджет, и перенимают навыки его ведения. Дети – участники семейного финансового совета (в тех вопросах, в которых уместно их участие). Дети могут делать вклад в фонд накопления семьи. Дети знают, что такое благотворительность, и при желании в ней участвуют.
4. В семье есть правила получения/дарения финансовых подарков.
5. Копилка – это только средство, которое поможет ребенку обращаться с деньгами.
6. Только личный пример родителей даст правильные основы экономического воспитания.

Преимущества экономического воспитания.

Преимущества семейного экономического воспитания бесспорны. Ребенок не только приобретает социально-коммуникативные навыки, так необходимые ему в жизни, но и учится выбирать и принимать решения. Опыт обращения с деньгами даст ему уверенность.

Не зря говорят, что умение тратить деньги – это даже не умение, а скорее искусство. Помогая нашим детям им овладеть, мы помогаем заложить хорошую основу для их будущей взрослой жизни и стать успешными людьми.



3.4. ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

3.4.1. Занятия для детей 11–17 лет

3.4.1.1 «Мы – одна команда»

СУЛИМА ЛЮДМИЛА АНАТОЛЬЕВНА, педагог-психолог, Государственное образовательное учреждение Республики Карелия для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, «Центр диагностики и консультирования»

Цель упражнения: Формирование команды из мало знакомых друг с другом подростков.

Блок 1. Знакомство

Упражнение (3.4.1.1)1. «Интервью в парах»

Цель упражнения: Знакомство участников, приобретение навыка проведения интервью и презентации другого человека.

Описание упражнения: Участники разбиваются на пары. В паре в течение 5 минут отвечают на вопросы друг друга. Затем каждый представляет группе своего товарища, рассказывает о нем то, что успел узнать. Можно заготовить конкретные, единые для всех вопросы.

Обсуждение: Ведущий говорит: «Теперь мы знаем друг о друге не только имена, но и массу интересной информации. Что труднее далось? Представлять другого человека или слушать о себе?» Какой вывод можно сделать?

Упражнение (3.4.1.1)2. «Здравствуй»

Описание упражнения: Участникам предлагается встать и, хаотично передвигаясь по комнате, поздороваться за руку с максимальным количеством людей.

Обсуждение:

- Со многими ли удалось поздороваться?
- Успевали ли посмотреть в глаза тому, с кем здороваетесь?
- Что чувствовали?

Делаются выводы о том, что рукопожатие, как и любая другая форма приветствия, может быть очень разным: и официальным, и дружеским и т.д. Ребятам предлагается придумать ритуал приветствия, которое они будут использовать в своей команде.

Упражнение (3.4.1.1)3. «Бабочки»

Цель упражнения: Показать, что все люди – разные.

Оборудование и материалы: Цветные карандаши (наборы по количеству участников) и шаблоны контура бабочки (по количеству участников).

Описание упражнения: Участникам предлагается раскрасить бабочку по своему вкусу. По окончании работы все получившиеся бабочки раскладываются вместе на полу. «Все бабочки получились разными, каждая хороша по-своему». Группе задаются вопросы. Что вы чувствуете, когда смотрите на свой рисунок и на рисунки других ребят? Мы раскрашивали одинаковые заготовки. Почему мы не можем найти даже двух одинаковых бабочек? Делается вывод о том, что люди кроме общего имеют еще и каждый свою индивидуальность и уникальность, и это здорово.

Упражнение (3.4.1.1)4. «Найди свою пару»

Описание упражнения: Ребятам, вставшим в круг, предлагается поменяться местами по определенному признаку. «Давайте попробуем поиграть, каждый должен побыть ведущим. Ведущий встает в круг и называет признак, по которому дети ищут свою пару и меняются местами. Я буду говорить: «Поменяйтесь те, у кого...

- ... одинаковый цвет глаз»,
- ... одинаковый цвет волос»,
- ...есть белый/ красный/ синий цвет в одежде».

Предлагается подумать, что еще общего может быть у людей – интересы, увлечения, черты характера – и поменяться по этим признакам.

Обсуждение: Желательно, чтобы в ходе обсуждения группа сделала вывод о том, что даже самые разные люди могут найти между собой много общего.

Блок 2. Сплочение команды

Ведущий говорит: «Мы познакомились, много узнали друг о друге. Сейчас я предлагаю вам упражнения на сплочение команды. Жизнь вас соединила тут в одну группу, но группа – это еще не команда. Давайте подумаем, что делает группу командой».

Упражнение (3.4.1.1)5. «Мозговой штурм»

Описание упражнения: Ведущий интенсифицирует обсуждение на тему: «Что делает группу командой». Участники сами перечисляют признаки команды, среди которых могут (и должны!) оказаться:

СОГЛАСОВАННОСТЬ

ВЗАИМОПОМОЩЬ

ДОВЕРИЕ

УМЕНИЕ РАБОТАТЬ В КОМАНДЕ

РЕФЛЕКСИЯ

РАБОТА НА РЕЗУЛЬТАТ

КРЕАТИВНОСТЬ

Упражнение (3.4.1.1)6. «Квадраты»

Цель упражнения: Выработка приемов командного взаимодействия.

Оборудование и материалы: Цветные квадраты из картона, разрезанные на части.

Описание упражнения: Каждый участник получает часть квадрата определенного цвета. По команде ведущего нужно найти людей своей цветовой группы и, объединившись, составить свой квадрат. Главное условие – не разговаривать.

Обсуждение: Ведущий говорит: «Мы увидели, что иногда в нашем общении могут возникать проблемы и сложности, непонимание и раздражение. Важно спокойно и сразу решать все возникающие недоразумения, говорить о своих чувствах. Команда должна использовать таланты всех участников».

Упражнение (3.4.1.1)7. «Доброе животное»

Цель упражнения: Развитие чувства единства.

Описание упражнения: Встаем в круг плечом к плечу. Давайте представим, что мы – одно доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох, все делают шаг вперед, выдох – шаг назад. Наше животное дышит спокойно и ровно. А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется наше большое сердце.

Упражнение (3.4.1.1)8. Оформление плаката «Наша команда»

Оборудование и материалы: Листы А4 по количеству участников, листы ватмана по количеству групп, на которые будут разбиты участники.

Описание упражнения: Каждый участник на отдельном листке бумаги придумывает девиз и эмблему команды. Затем все вместе голосованием выбирают подходящие девиз и эмблему и рисуют их на ватмане. В рисовании должны принять участие все ребята.

Упражнение (3.4.1.1)9. «Паутинка»

Цель упражнения: Почувствовать сплоченность группы.

Оборудование и материалы: Клубок ниток.

Описание упражнения: Все садятся в круг и передают друг другу клубок ниток, создавая паутинку. Передавая нить, участники озвучивают пожелания друг другу.

Обсуждение: Поговорить о связи, которая между нами теперь существует, и осторожно распутываем в обратном порядке, ведь это наши отношения...

3.4.1.2. «Счастье – это когда тебя понимают» (тренинг взаимодействия для подростков)

ГЕРТ НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА, психолог КГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского»

Цель занятия: Преодоление барьеров в общении, снятие психического и эмоционального напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Задачи занятия:

- 1) развитие чувства собственного достоинства и умения уважать достоинства других;
- 2) осознание многообразия проявлений личности каждого участника в групповом взаимодействии;
- 3) развитие способности к самоанализу, самопознанию;
- 4) формирование позитивного отношения к тем, кто не похож на тебя;
- 5) развитие коммуникативных навыков, укрепляющих социальные связи.

Оборудование и материалы: Карточки-бейджи, распечатки (25 шт.) «Карты интересов» (см. Приложение 4), подборка высказываний о счастье, скотч, листы ватмана, цветная бумага, фломастеры разных цветов, клеящие карандаши (2–3 шт.), набор символов погодных явлений, резиновый мячик.

Информация от ведущего (для детей):

«Здравствуйте, на этой встрече собрались представители из разных городов и разных семей. Сегодня мы поведем разговор на очень важную для всех тему – тему общения, рассмотрим проблемы взаимодействия между людьми и попробуем найти пути решения этих проблем...»

Упражнение (3.4.1.2)1. «Неожиданная встреча»

Описание упражнения: Ведущий предлагает участникам представиться: поздороваться; назвать себя так, как им хотелось, чтобы их называла группа; а также охарактеризовать себя прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Звучит это примерно так:

«Здравствуйте! Я — Светлана-серьезная».

Упражнение (3.4.1.2)2. «Выработка правил групповой работы»

Оборудование и материалы: Флип-чарт, листы для флип-чарта, фломастеры.

Описание упражнения: Ведущий предлагает участникам определиться с теми правилами, по которым будет вестись работа в группах. Часть правил может предложить ведущий, часть – дети.

Среди возможных правил:

- 1) не перебивать друг друга;
- 2) относиться с уважением к тому, что говорят другие участники.

Упражнение (3.4.1.2)3. «Карта интересов»

Цель упражнения: Продолжить знакомство участников друг с другом, узнать, кто что любит.

Оборудование и материалы: Пустографки «Карты интересов» по количеству участников (см.: Приложение 4).

Описание упражнения: Ведущий говорит: «За 5 минут вы должны найти как можно больше единомышленников, т.е. тех, кто, как и вы, например, увлекается футболом, любит путешествовать и т.п. Но сначала вы должны сами заполнить «Карту интересов», а потом, свободно передвигаясь по комнате, опросить как можно больше людей и записать в карту имена тех, кто предпочитает то же, что и вы.

Обсуждение: Мы узнали много нового друг о друге, мы все разные, но в нас немало похожего (обращение к детям: «Что в нас похожего?). Это говорит о том, что в нас гораздо больше сходства, чем это кажется на первый взгляд. Если мы будем помнить об этом и станем внимательными друг к другу, то меньше будет обид и ссор, а больше улыбок.

Упражнение (3.4.1.2)4. «Поменяйтесь местами те...»

Цель упражнения: Применяется для снятия зажимов и преодоления стеснительности у участников, а также с целью поменять своих соседей справа и слева.

Описание упражнения: Из круга убирается один стул. Ведущий выходит в центр круга и начинает называть характеристики людей. Участники, которые считают, что данное утверждение относится к ним, должны подняться со своего места и занять другой стул. Ведущий специально подчеркивает, что делать это нужно быстро: кто не успеет занять свободное место, становится водящим. Своеобразие этого упражнения в том, что вы должны вести речь только о предпочтениях в общении с другими людьми.

Например: «Поменяйтесь местами те...:

- ...кто любит общаться с веселыми и находчивыми людьми,
- ...кто ценит в людях доброту,
- ...предпочитает общение на основе общих интересов,
- ...кто просто любит новые знакомства,
- ...ценит в общении доверие и искренность» и т.п.

Обсуждение: Как мы видим, ценности и предпочтения в общении различны. Если они совпадают, возникает взаимопонимание, а в дальнейшем, возможно, дружба, а если нет – возникают холодность, отчуждение или – того хуже – конфликты, ссоры. Это в конечном счете определяет наше самочувствие, состояние в тот или иной момент. Давайте посмотрим, какое оно сейчас. Но этот тренинг у нас необычный, сказочный – вы получите уникальную возможность превращений в различные предметы, явления, героев полюбившихся сказок.

Упражнение (3.4.1.2)5. «Мое состояние, настроение как...»

Цель упражнения: Рефлексия своего душевного состояния участника и возможность психологической поддержки (коррекции) со стороны ведущего.

Оборудование и материалы: Ватман, маркеры, фломастеры.

Описание упражнения: Ведущий просит участников рассказать о своем душевном состоянии, как они описывают природные явления. Например: «Мое настроение похоже на разноцветную радугу», «...мягкий пушистый снег», «...осенний дождь»). Потом ведущий просит изобразить свое настроение на листе ватмана в соответствии с выбранным символом.

Обсуждение: Ведущий говорит: «Посмотрите, что у нас получилось, какое великолепное разнообразие погодных условий, трудно даже определить климат, но по цветовой гамме мы видим, что вполне благополучный,

хотя кое-где возникает то дождь, то гроза, но надеемся, что затем выглянет солнышко, проверим это в конце занятия».

Упражнение (3.4.1.2)6. «Шифровальщик»

Цель упражнения: Глубже осознать значение слов «общение» и «счастье».

Описание упражнения: Необходимо разделить группу на две подгруппы. Ведущий говорит: «Представьте себе, что слова «общение», «счастье» требуют расшифровки, но необычной. Необходимо каждую букву, входящую в это слово, использовать для того, чтобы дать характеристику понятия «общение». Например, слово «друг»: д-добрый, р-разумный, у-увлеченный, г-геройский».

Обсуждение: Обсуждается, почему была именно такая расшифровка:

– Давайте посмотрим, что лежит в основе общения?

– Что происходит в этом процессе в первую очередь, что затем?

– О чем важно помнить, что нужно обязательно учесть, чтобы взаимодействие было успешным и удовлетворяло бы всех его участников?

Ведущий говорит: «Как видно из ваших представлений, «общение» и «счастье» достаточно сложные понятия».

Упражнение (3.4.1.2)7. Притча «Шесть мудрецов»

Цель упражнения: Наглядно продемонстрировать разницу в восприятии одного и того же феномена разными людьми.

Описание упражнения: Ведущий говорит о том, как важно уметь договариваться в этой жизни, и ставит перед участниками следующие вопросы:

– Как найти общий язык друг с другом?

– Что для этого нужно?

– Как вы думаете?

И прежде чем участники начнут отвечать, рассказывает притчу о шести мудрецах:

«Шесть слепых мудрецов, путешествуя, встретились со слоном. Один лицом уткнулся в шершавый бок слона и воскликнул: «О! воистину слон – прочная стена!»

Второй, нащупав бивень, закричал: «Мне совершенно ясно! Чудесный слон в моей руке – не что иное, как гладкое и острое копые!»

А третий, подойдя к слону, за хобот ухватился, отбросил его в сторону и молвил: «Несомненно, слон и змея – одно и то же».

Четвертый подбежал к слону и, руками обхватив ногу сказал: «Ну что тут спорить, таким прямым и ровным может быть только дерево».

Тут пятый – он сумел до уха допрыгнуть – закричал: «Любой слепец вам скажет – нет никаких сомнений: на веер слон похож».

Шестой неспешно добрался до хвоста и вымолвил: «Веревка, да и только. Не может слон быть чем-нибудь еще».

Тут мудрецы в горячих спорах стояли твердо каждый на своем. Был каждый в чем-то прав, но ошибались все.

Мораль сей притчи такова:

Так часто в спорах люди, истину свою пытаясь доказать, не слушают друг друга. И притча о слоне – лишь небольшой пример всеобщего непонимания».

Обсуждение: Мораль. Часто люди говорят об одном и том же, но не понимают друг друга.

Вывод: Да, вы совершенно правы. Во-первых, нужно уметь слушать и слышать. Во-вторых, важно увидеть ситуацию в целом.

Упражнение (3.4.1.2)8. «Снегопад»

Цель упражнения: Отработка навыка видеть одно и то же событие с точки зрения разных людей.

Описание упражнения: Ведущий предлагает участникам рассмотреть ситуацию снегопада с точки зрения разных людей:

- дворника, убирающего снег во дворе;
- ребенка, гуляющего во дворе;
- водителя, застрявшего в пробке;
- спортсмена, который занимается зимним видом спорта.

Обсуждение: Вот вы смогли еще раз убедиться, что люди часто видят и слышат одно и то же, но воспринимают это по-разному и поэтому не понимают друг друга.

Упражнение (3.4.1.2)9. Сказка «Гадкий Утенок»

Цель упражнения: Всесторонний разбор проблемной ситуации общения с выработкой конкретных рекомендаций для всех участников конфликта.

Оборудование и материалы: Фишки двух цветов, чтобы разделить группу на две подгруппы; флип-чарт; листы для флип-чарта, маркеры.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Каждому человеку важно, чтобы его понимали, но еще более необходимо, чтобы его принимали. Давайте рассмотрим эту проблему на примере сказки «Гадкий Утенок». Помните, Гадкий Утенок на птичьем дворе выглядел слишком неприглядно. И хотя он был детенышем благородного Лебедя, никто из птиц этого не

замечал. Гадкий Утенок был отвергнут и страдал от одиночества. Ему так нужно, чтобы его приняли. Ему нужны были друзья. Ваша задача – решить эту проблему. Для этого нужно разбиться на две команды (дети тянут из мешка фишки разного цвета).

Первая подгруппа – «Гадкий Утенок». Перед участниками данной подгруппы ставится задача описать разные попытки и способы, которые можно предпринять «Гадкому Утенку», чтобы все-таки найти друзей на птичьем дворе. (Эта группа представляет свои наработки первой.)

Вторая подгруппа – «Потенциальные друзья Утенка». Перед участниками подгруппы ставится задача описать условия, при которых вы – представители птичьего двора – перестанете отвергать Гадкого Утенка и примите его как друга».

Обсуждение: Для Гадкого Утенка, не принятого, одинокого, главное осознать, что он неповторим и уникален, что очень важно реализовать свои возможности, найти себя, свое место и не бояться трудностей. Для этого нужно в первую очередь хорошо знать себя, свои особенности, свои плюсы и минусы, и тогда возможно взаимопонимание и счастье.

Упражнение (3.4.1.2)10. «Что такое счастье... для меня»

Цель упражнения: Анализ индивидуального понимания счастья участниками группы.

Оборудование и материалы: Листы бумаги А4, ручки. Заранее заготовленные карточки с высказываниями великих людей о том, что такое «счастье» (Приложение 5). Флип-чарт, листы для флип-чарта, фломастеры.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Что такое счастье? Некоторое время назад мы расшифровали это слово все вместе, но у каждого на самом деле свое понимание счастья. Давайте поразмышляем... о счастье!» Каждый должен на отдельном листочке записать свои представления о том, что такое счастье, вспомнить о пережитых счастливых моментах и событиях.

Когда ведущий видит, что дети закончили работу, он обращает внимание детей на те карточки с высказываниями о счастье, которые развешены (заблаговременно) на стенах. Ведущий предлагает участникам выбрать те высказывания, которые им наиболее близки, и встать под этими высказываниями. Каждый выбирает сам, к какой группе «понимающих» присоединиться.

Происходит стихийное разделение групп на подгруппы. Ведущий предлагает участникам одной подгруппы обсудить, что в их понимании счастья действительно является общим, а что все-таки отличается. Направления обсуждения ведущий выписывает на флип-чарт.

1. Что они больше всего любят делать?
2. Какой вид отдыха предпочитают?
3. Что считают особенно важным в общении?
4. Что больше всего ценят и уважают в людях?
5. Какое место в доме предпочитают?
6. Какую мысль разделяют?

Затем каждая группа знакомит других с тем, что их объединяет, заканчивая фразу: «В доме нашего счастья все...», отвечая на все поставленные вопросы.

Информация от ведущего (для детей):

«Ведущий читает детям стихотворение «Дом» Е. Куменко.

Мимо текла, текла река,
Плыли куда-то облака.
Шел человек, была дорога
Нелегка.

А человек мечтал о том,
Что он построит где-то дом
И поселится счастье с ним
В доме одном.

Если, бывало, он сдавал,
То неизменно напевал
Песню любимую свою –
Ту, что пою.

Дом, как известно всем давно,
Это не стены, не окно,
Даже не стулья за столом –
Это не дом.

Дом – это там, куда готов
Ты возвращаться вновь и вновь
Радостным, добрым, нежным, злым,
Еще живым...

Дом – это там, где нас поймут,
Там, где надеются и ждут,
Где ты забудешь о плохом –
Это твой дом.

Главное в доме – атмосфера, особый уклад отношений, умение помогать друг другу, утешать и сопереживать. Я предлагаю вам построить свой счастливый дом. Процесс «строительства дома» в нашей мастерской необычен, он увлекателен, так как в нем рождается опыт общения, ощущения, что каждый уникален. И примите в качестве напутствия перед началом «строительства» вашего дома слова писателя Сергея Лукьяненко: «Дом – это лишь отражение хозяев. Более яркое и честное. Никакие слова и улыбки не помогут ощутить тепло, если там царит холод». Удачи!»

Упражнение (3.4.1.2)11. «Дом нашего счастья»

Цель упражнения: Создание творческой атмосферы, настроя на фантазию.

Оборудование и материалы: Альбомные листы, цветные карандаши.

Флип-чарт, листы для флип-чарта, фломастеры.

Описание упражнения: Каждый рисует дом своего счастья:

фундамент – что или кто служит основой твоей жизни;

стены – какие отношения для тебя важны;

окно – каким видят тебя люди (с твоей точки зрения);

ставни – каким бы ты хотел выглядеть в глазах других людей;

крыша – что или кто поддерживает тебя в жизни;

труба – чего хотелось бы достичь;

дверь – те, кого вы у себя хотите видеть в гостях.

Когда дом нарисован, нужно дать ему соответствующее название.

Указанные характеристики дома ведущий выписывает на флип-чарт. Идет работа. Когда ведущий видит, что дети закончили работу над рисунками, он предлагает участникам передать свой рисунок соседу справа (и получить рисунок от соседа слева). Задача каждого – познакомиться с рисунком, оставить свое пожелание хозяину дома (одно, два-три слова) и подарить что-нибудь на память (дорисовать то, чего, по вашему мнению, не хватает именно этому дому). Когда к каждому вернется его рисунок, он знакомится с «подарками» и пожеланиями соседей.

Обсуждение:

– Легко ли было строить дом?

– Какие части дома вызвали наибольшее (наименьшее) затруднение?

– Совпадает ли твое мнение о себе с мнением окружающих?

– Какие «подарки» оказались созвучны твоему видению «дома счастья»?

Упражнение (3.4.1.2)12. «ДОМ – это...»

Оборудование и материалы: Флип-чарт, листы.

Описание упражнения: Участники выстраивают ассоциативный ряд к каждой букве слова «дом», характеризующий данное слово. Ведущий записывает ассоциации на флип-чарте. Возможные варианты:

Д – дети, дружба, детство, дар.

О – очаг, отец, образование, огонь, объединение.

М – мама, мир, милосердие.

Обсуждение: Ведущий инициирует обсуждение на тему: «Дом моего счастья – это...»

Рефлексия занятия

Ведущий просит группу оценить, насколько интересным, полезным было для всех это занятие, и ответить, хотелось ли продолжить свое участие в программе. Делается общий вывод о том, что собралось много интересных и не похожих друг на друга людей, с которыми бы хотелось поближе познакомиться, лучше узнать себя через призму других, научиться общаться и сотрудничать с людьми, у которых разные характеры, пол, национальность, разные системы ценностей, взгляды на жизнь и установки.

Заполнение «Бланков обратной связи»

Пожалуйста, оцените проведенное занятие по 10-балльной системе:

1. Была ли для Вас информация:

доступной _____

новой _____

интересной _____

полезной _____

значимой _____

2. Особенно понравилось (напишите, что именно) _____

3. Не понравилось на занятии (напишите, что именно) _____

4. Ваши предложения и пожелания _____

Спасибо!

3.4.1.3 «Веселый этикет»

ГЕРАСИМОВА АЛЕКСАНДРА СЕРГЕЕВНА, кандидат психологических наук, руководитель проекта «Распространение и поддержка семейных форм устройства в Дальневосточном федеральном округе»

Цель занятия: Актуализировать знания детей о правилах поведения.

Упражнение (3.4.1.3) 1. «Добрые слова»

Цель упражнения: Актуализировать использование «добрых слов».

Описание упражнения: Данное упражнение состоит из двух частей. В первой части дети, сидя по кругу, приветствуют друг друга, каждый раз используя то слово приветствия («Здравствуй», «Привет», «Салют» и пр.), которое еще не звучало. Во второй части упражнения устраиваются соревнования: 2–3 человека должны преодолеть фиксированное расстояние, при этом на каждый шаг они должны называть одно вежливое слово или оборот («Пожалуйста!», «Спасибо!», «Пожалуйста!»). Побеждает тот, кто дойдет первым, т.е. больше знает и быстрее вспоминает добрые слова.

Упражнение (3.4.1.3)2. «Как вести себя правильно»

Цель упражнения: Актуализировать и дополнить представления детей о том, как вести себя в разных местах.

Оборудование и материалы: Игра-занятие «Уроки этикета» (Киров: ОАО «Радуга»). Данная игра содержит наборы карточек, которые служат примерами правильного и неправильного («вопиющего!») поведения дома, в гостях, в транспорте, во дворе, в театре.

Описание упражнения: Группа делится на 5 подгрупп. Каждой подгруппе выдается набор карточек по той или иной теме и предлагается подумать о том, как можно рассказать о соответствующих правилах поведения. Примерно через 7–10 минут ведущий просит выделить одного представителя, который рассказал бы всем об этих правилах. При этом другие участники также могут дополнять его рассказ.

Упражнение (3.4.1.3)3. «Я всегда...»

Цель упражнения: Создание позитивной атмосферы.

Оборудование и инструменты: Мяч.

Описание упражнения: Участники становятся в круг. Ведущий кидает мячик, называя утверждение, где первая часть – это слова «Я всегда...», а вторая варьирует (представляя правильные и неправильные образцы поведения). Например:

Я всегда:

- помогаю маме нести тяжелую сумку с продуктами!
- никогда не уступаю пожилым людям место в транспорте!
- чавкаю за столом!
- мою руки перед обедом!
- езжу зайцем в автобусе!
- в гостях пытаюсь съесть все, что есть на столе!
- и т.д.

Задача участника – поймать мяч, если звучит этичное утверждение, и не ловить мяч, когда звучит неправильное, неэтичное утверждение.

Упражнение (3.4.1.3)4. «Сценки»

Цель упражнения: Моделирование поведения в трудных ситуациях.

Оборудование и материалы: Специально заготовленные карточки, на которых написано задание для группы детей из четырех человек:

1. «Вы накрывали на стол для гостя и разбили один предмет, прибегает мама». Предметы для сервировки (в т.ч. предмет, который стоит на столе) уже заранее стоят на столе,
2. «Вы привели в дом друзей в грязной одежде после игры в футбол, на пороге вас встречает мама».
3. «К вам приходят друзья и случайно дарят один и тот же подарок».
4. «Вы позвонили по телефону и попали на старенькую бабушку своего приятеля, которая все никак не позовет вашего друга к телефону».

Описание упражнения: Участники группы вытягивают карточки, готовят задание и разыгрывают сценку перед другими участниками. После завершения сценки ведущий дает свои советы. Организуется обсуждение.

Упражнение (3.4.1.3)5. «Музей добрых дел»

Цель упражнения: Актуализировать воспоминания о своих добрых и этичных поступках. Открыть участникам друг друга с новой стороны.

Описание упражнения: Ведущий говорит детям: «Думаю, каждому из вас доводилось бывать в музее. Какие бывают музеи? Что там можно увидеть?» Дети отвечают, и ведущий им помогает называть то, что бывает в музеях: картины, предметы народно-прикладного искусства, скелеты доисторических животных и пр. Ведущий продолжает: «А теперь давайте представим, что есть такой музей, куда собираются добрые дела. Как будто все наши лучшие поступки и достойные дела тут же помещаются за выставочные витрины. И экскурсовод может водить вдоль них экскурсии, рассказывая, при каких обстоятельствах был совершен данный поступок,

и пр.». Далее ведущий просит разделить группу на пары и предлагает рассказать друг другу о своем самом лучшем поступке. Когда обсуждение закончено, участник пары рассказывает всем о хорошем поступке своего напарника.

Упражнение (3.4.1.3)6. «Благодарю тебя»

Цель упражнения: Позитивное завершение занятия.

Описание упражнения: Участники по кругу благодарят друг друга, указывая то, что им понравилось в их сегодняшнем взаимодействии или в какой-то другой момент их общения в ходе прохождения Школы принимающих семей.

3.4.1.4. «Путешествие по острову Коммуникозавров»

БЕЛОВА ЛИЛИЯ АРТУРОВНА, педагог-психолог, ГОУ РА «Центр диагностики и консультирования», специалист службы сопровождения замещающих семей, Республика Адыгея

Цель занятия: Нарботка опыта позитивной работы в коллективе.

Упражнение (3.4.1.4)1. «Мы похожи с тобой» (по Г.У. Солдатовой, Л.А. Шайгеровой, О.Д. Шаровой)

Цель упражнения: Знакомство друг с другом через узнавание общих черт.

Описание упражнения: Один человек выходит в круг, выбирает себе партнера, приглашает его в круг и говорит: «Саша, мы с тобой одинакового возраста, и этим мы похожи». Тот, кто вышел в круг, выбирает себе партнера и находит с ним что-то общее, озвучивая это. Упражнение длится до тех пор, пока все не окажутся в кругу и не найдут что-то общее для всех.

Упражнение (3.4.1.4)2. «Общий язык» (по Г.И. Марасанову)

Цель упражнения: Отработка взаимодействия в команде.

Оборудование и материалы: Несколько повязок на глаза, ленты или веревки, чтобы участники могли привязать себя к стулу. Часы с секундной стрелкой/ секундомер.

Описание упражнения: Группа подростков разбивается на тройки. Каждый игрок присваивает себе обозначение: А, Б или С. Ведущий сообщает задание: тройка должна выработать общее решение, в какой цвет покрасить забор или назначить определенное место встречи. Но средства общения у каждого ограничены:

- игрок А слепой, зато он слышит и говорит;
- игрок Б глухой, но может видеть и двигаться;
- игрок С все видит и слышит, но не может двигаться и говорить.

Для полноты ощущений предлагается участникам завязать глаза, заткнуть уши, привязать себя к стулу. Теперь за переговоры!

Ведущий засекает, сколько времени потребуется каждой тройке на выработку решения.

Обсуждение:

- Легко или трудно было выполнять это задание?
- Что вызывало трудности?
- Что помогало справляться с трудностями?
- Какую стратегию избирали участники?
- Какие чувства вы испытали, будучи обделенными в плане общения?

Ведущий проводит параллели, сравнения с настоящими жизненными ситуациями непонимания людьми друг друга.

Упражнение (3.4.1.4)3. «Не дыши в затылок» (по Г.И. Марасанову)

Цель упражнения: Отработка навыка поиска и узнавания характерных черт в другом человеке.

Описание упражнения: Один участник выходит в центр комнаты. Двое-трое располагаются перед ним на расстоянии около двух метров. Это «живое зеркало». Они могут по желанию сидеть на стульях, стоять, лежать на полу. Остальная группа уходит за спину участника, находящегося в центре. Центральный участник стремится угадать, кто в данный момент приблизился к нему сзади. В этом ему помогает «живое зеркало». Они с помощью мимики и пантомимики стараются изобразить члена группы, подошедшего сзади к нему. Объяснять что-то словами не допускается. В случае ошибки узнавания центральный участник меняет кого-либо в «живом зеркале».

Обсуждение:

- Что удивило (приятно и неприятно)?
- Что оказалось неожиданным?

Упражнение (3.4.1.4)4. «Лава» (по А.Ф. Шадуре)

Цель упражнения: Отработка взаимодействия в команде.

Оборудование и материалы: Четыре небольших коврика размером 25х20 см, длинные веревки для ограничения территории.

Описание упражнения: Ведущий: «Место, к которому мы подошли, самое горячее в пустыне. (Ведущие ограничивают территорию, расстояние между

сторонами приблизительно 4–5 м. Территорию можно ограничить стульями или заранее подготовленными веревками.) Здесь все раскалено до предела, обувь не выдерживает такой температуры и начинает плавиться. Но у нас есть несколько «огнеупорных» ковриков, которые мы добыли в прошлом испытании. Они-то и помогут нам перебраться через этот участок пустыни. Задерживаться больше нельзя, иначе мы рискуем расплавиться».

Задание считается выполненным, когда все члены группы окажутся на противоположной стороне. Перемещаться по раскаленному песку можно только по «огнеупорным» коврикам, двигаясь только в одну сторону. Группа получает 4 «огнеупорных» коврика размером 25х20 см. Огнеупорность коврики сохраняют только при постоянном контакте с телом или с одеждой человека. При отсутствии контакта хотя бы на долю секунды коврик сгорает. Если человек заступает за коврик, вся группа возвращается. Если один из ковриков сгорел, можно продолжать движение, пользуясь оставшимися ковриками.

Обсуждение:

- Что помогало, а что мешало справиться с заданием?
- Как можно улучшить взаимодействие в команде в следующий раз?

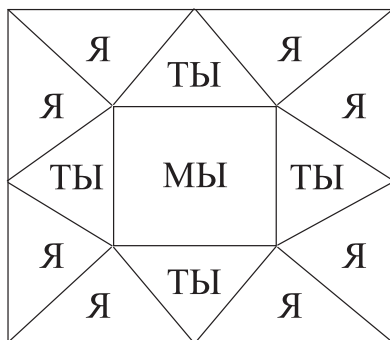
Упражнение (3.4.1.4)5. «Я – Ты – Мы» (по В.А. Ананьеву)

Цель упражнения: Сравнение психологических особенностей работы в одиночку и в команде.

Оборудование и материалы: Лист ватмана (несколько листов ватмана – при большой группе), цветные карандаши, фломастеры.

Описание упражнения: Квадратный лист бумаги сгибается таким образом, чтобы образовались различные сектора. Каждый сектор «Я» оформляется одним человеком. Сектор «Ты» оформляется вместе с соседом, а сектор «Мы» оформляет вся группа. Это упражнение следует по возможности выполнять молча. Тема для рисования: «Мир непохожих людей».

Эскиз:



По окончании рисования происходит обсуждение, при котором нужно ответить на следующие вопросы:

- В каком секторе было комфортнее работать: в секторе «Я», в секторе «Ты» или в секторе «Мы»?
- Насколько успешной была совместная работа: удавалось ли договориться, насколько продуктивной была работа и т.д.?
- Каково мое самочувствие в группе?
- Ощущаю ли я себя частью группы?

Упражнение (3.4.1.4)6. «Енотов круг» (по А.Ф. Шадуře)

Цель упражнения: Отработка «чувства локтя».

Оборудование и материалы: Для выполнения этого упражнения потребуется очень прочная веревка, завязанная плотным, не скользящим узлом, так, чтобы получилось кольцо.

Описание упражнения: Все участники встают очень близко друг к другу, соприкасаясь плечами, руки свободно опущены, ноги вместе. Затем все крепко берутся за «енотов круг» обеими руками и прямые руки опускают вниз. По сигналу ведущего все одновременно медленно отклоняются максимально назад, удерживая равновесие только благодаря «енотовому кругу», который медленно поднимается, пока все руки не будут параллельны полу. Нельзя сгибать руки, отходить назад, сгибать туловище. Затем по команде ведущего все одновременно начинают опускать кольцо, стягивая круг обратно. Упражнение повторяется еще раз, но, теперь отклонившись назад, все одновременно отпускают правую руку и поднимают ее вверх. Потом снова берутся за веревку одновременно. Проделывают то же самое с левой рукой и завершают упражнение.

Завершающий круг: участники по кругу высказывают свои впечатления от занятия, а также пожелания друг другу.

3.4.1.5. «Я и моя жизнь»

ТЕТЕРИНА ЛИЛИЯ ВАСИЛЬЕВНА, МОУ «Брянский городской центр психолого-медико-социального сопровождения»

Цель занятия: Сфокусировать внимание участников на собственном мироощущении, прикоснуться к понятию ценности каждой личности. Способствовать формированию адекватной временной перспективы, актуализации потребности в самореализации.

Информация от ведущего (для специалистов):

Осознание собственной уникальности и ценности человека происходит в результате его духовного развития, понимания того, что он приобщен к высшим ценностям и смыслам существования, а также благодаря формированию в его внутреннем мире представления о себе (концепции своего Я).

Человеку важно понимать, что его жизнь уникальна и неповторима и он ответствен за то, что в ней происходит. Критерием личностного благополучия является постоянное стремление к самореализации, наиболее полному использованию своих возможностей.

Формированию целостного представления о себе, своей жизни и осознанию постоянной необходимости духовного развития и становления посвящено данное занятие. Только в том случае, если человек ценит себя и свою жизнь, отчетливо представляет себе собственные жизненные перспективы, есть надежда, что он осознанно и ответственно выберет безопасное поведение.

Упражнение (3.4.1.5)1. «Кто родился в мае...»

Цель упражнения: Формирование позитивной обстановки. Создание возможности побольше узнать о других участниках группы: о сходствах и различиях.

Описание упражнения: Ведущий произносит фразу и дает инструкцию, в соответствии с которой и должны поступить участники группы, например:

- те, у кого голубые глаза, *трижды подмигните;*
- те, чей рост превышает 1 м 55 см, *из всех сил крикните: «Кинг- Конг!»;*
- тот, кто сегодня утром съел вкусный завтрак – *погладьте себя по животу;*
- те, кто родился в мае, *возьмите за руку одного из членов группы и вместе с ним сделайте танцевальные движения;*
- те, кто любит собак, *трижды пролайте;*
- те, кто любит кошек, *трижды мяукните;*
- те, у кого есть красные детали одежды, получают особое задание – *скажите соседу справа: «Я рад тебя видеть»;*
- те, кто пьет кофе с сахаром и молоком, *загляните под свой стул;*
- те, у кого есть веснушки, *три раза подпрыгните;*
- те, кого принуждали пойти в эту группу, *затопайте по полу ногами и громко крикните: «Я не позволю себя заставлять!»;*
- те, кто рад, что попал в эту группу, *громко скажите «Да!»;*

- те, кто считает себя любознательным человеком, *поменяйтесь местами с теми, кто думает также;*
- те, кому случалось мечтать стать невидимым, *спрячьтесь за одного из участников;*
- те, кто умеют играть на каком-нибудь музыкальном инструменте, *покажите, как это делается;*
- те, кто не переносит табачного дыма, пусть, *громко крикнут: «Курить – здоровью вредить!»;*
- те, у кого с собой есть шоколадка, жвачка или конфета, *трижды громко причмокните;*
- те, кто находит, что игра длится достаточно долго, *трижды хлопнете ладонями по коленям и крикните: «Хватит!»*

Упражнение (3.4.1.5)2. «Правила поведения в группе»

Цель упражнения: Утверждение правил, которые облегчат работу в группе.

Описание упражнения: Заранее запишите правила поведения в группе на флип-чарте. Пригласите согласных расписаться фломастерами. С несогласными обсуждается, что еще можно дополнить или изменить. И подписаться.

Упражнение (3.4.1.5)3. «Карта города»

Цель упражнения: Обращение к временной перспективе в жизни участников.

Оборудование и материалы: Мел или малярный скотч, листы бумаги, маркеры.

Описание упражнения: На полу с помощью мела или скотча схематично изображается карта страны, фиксируется (также схематично), где север, юг, восток и запад, г. Москва, г. Туапсе, горы Урала, Чукотка. Ведущий приглашает каждого участника занять соответствующее место на данной карте (по тому городу, из которого участник приехал), а также ответить на следующие вопросы:

- Откуда ты приехал?
- В какую школу ты ходишь?
- Расскажите о замечательных местах вашего места жительства, о тех местах, которые вам нравятся или которые вы хотели бы показать гостям.

Участники находят соответствующее место на импровизированной карте (или за ее пределами, если жили в области или в других городах), более или менее точно называют адреса, рассказывают по одному самому яркому впечатлению, связанному с тем или иным возрастом.

Упражнение (3.4.1.5)4. «10 определений «Кто Я?»»

Цель упражнения: Помочь разобраться в самом себе, дать возможность подросткам презентовать самих себя в атмосфере психологической поддержки, эмпатии и душевной сопричастности.

Оборудование и материалы: Листы бумаги, ручки.

Описание упражнения: Участники пишут 10 определений, отвечающих на вопрос: «Кто Я?»

Обсуждение:

– Какие чувства вы испытывали, когда выполняли это задание?

Затем желающие зачитывают свои определения. Другие внимательно слушают и задают уточняющие вопросы.

Информация для тренера: Упражнение важно проводить в атмосфере доверия и психологической поддержки. Необходимо уметь управлять групповым и индивидуальным уровнем эмоциональной напряженности. Ни один человек в группе не должен остаться с неотреагированными эмоциями, в «плохом» настроении. Забота о психологическом благополучии каждого участника в процессе проведения программы – ответственность тренера.

Упражнение (3.4.1.5)5. Рисунок «Карта моей души»

Цель упражнения: Формирование позитивной Я-концепции. Знакомство с собой, формирование глубокого и позитивного отношения к своей личности.

Оборудование и материалы: Бумага, цветные карандаши, краски, кисти.

Описание упражнения: Участников просят нарисовать карту своей души, представив ее произвольным образом, например в виде земного шара, материка, острова или чего-то еще. Необходимо дать названия объектам, находящимся на карте.

Затем рисунок показывается группе, участник рассказывает о своем рисунке. Если участники не возражают, возможно обсуждение рисунков в группе.

Обсуждение: В процессе дискуссии важным является достижение понимания участниками того факта, что от того, как будет развиваться представление человека о своей жизни, зависит и то, как он будет жить. Жизнь человека – это продвижение от слабости к силе, от незрелости к зрелости. Зрелые люди — это те, которые заботятся о своем нравственном формировании, о детях, которых они произвели на свет, о работе, которую они выполняют, и о благосостоянии других людей в обществе, в котором они живут. Как относиться к своей жизни: бережно или бездумно – свободный выбор каждого

человека. Каждый человек должен выбирать для себя свое представление о жизни и сам жить. Это не значит, что человек не имеет права на ошибку, на изменение своих представлений. Наоборот – имеет. И имеет право также на изменение своих представлений о жизни и на исправление ошибок. Это и есть ничем не ограниченная свобода, которой обладает человек.

Упражнение (3.4.1.5)6. «События моей жизни»

Вариант 1.

Описание упражнения: Ведущий предлагает участникам вспомнить не лучшие (печальные, неприятные, раздражающие) события в их жизни. Дети приводят свои примеры. Далее ведущий просит ответить их на вопросы:

- Для чего судьба дала вам такие испытания?
- Чему они вас научили?
- Изменились ли вы в лучшую сторону, преодолев эти испытания?

Обсуждение: В нашей жизни происходит множество событий. Некоторые из них приятные, а другие – нет. Но каждое событие имеет в нашей судьбе определенный смысл, помогает нам развиваться, становиться сильнее и мудрее.

Не все события нашей жизни зависят от нас. Но в нашей власти ставить перед собой жизненные цели и добиваться их достижения.

Для того чтобы понять, в какую сторону идти по жизни, нужно прислушаться к самому себе, задать себе вопрос о том, кто я такой и зачем я живу.

Вариант 2.

Оборудование и материалы: Бумага, краски, кисточки, магнитофон, музыкальный фрагмент (по выбору ведущего).

Описание упражнения: Играет музыкальная композиция. Ведущий стоит за спинами участников, сидящих по кругу. Он предлагает закрыть глаза и вспомнить жизнь, прошедшую до настоящего момента... Говорит размеренным, спокойным голосом: «Волшебный фонарь освещает первое воспоминание... Сколько лет тебе было тогда? Как оценить это событие: успех или неудача? Может быть, однозначного ответа нет... Но это событие как-то повлияло на твою жизнь, что-то изменило в тебе...»

В памяти возникают и другие события. Ты сам решаешь, сколько времени посвятить воспоминанию. Здесь и радость успеха, ликование триумфатора, здесь и горечь неудач... Они были и остались в памяти. Они изменили тебя, значит, они нужны тебе... Свет волшебного фонаря становится все менее ярким, его перебивает свет сегодняшнего дня, свет настоящего».

После того как процесс воспоминаний завершен, ведущий говорит: «Откройте глаза. На столе лежат бумага и краски. Не разговаривая друг с другом, подойдите к столам. Попробуйте отразить в рисунке свой жизненный путь,

который вы проделали до настоящего момента... Изобразите события, которые вы вспоминали. Рисунок называется «Мой жизненный путь...» (во время рисования звучит негромкая музыка, время рисования – 10 минут). По окончании работы участники группы молча демонстрируют свои рисунки, отвечают на вопросы, по желанию рассказывают о своих ощущениях в ходе упражнения.

Общение: Наше прошлое богато событиями – печальными и радостными, счастливыми и горькими, каждое из них что-то принесло в нашу жизнь, изменило нас в ту или иную сторону, сформировало те качества нашей личности, которые сегодня определяют нашу жизнь.

Упражнение (3.4.1.5)7. Дискуссия-обсуждение притчи «Крест»

Цель упражнения: Способствовать пониманию того, что каждый несет ответственность за свою жизнь. Оказать помощь в отказе от фаталистических установок.

Описание упражнения: Ведущий рассказывает притчу:

«Однажды по дороге шла толпа людей. Каждый нес на спине свой крест. Одному человеку казалось, что его крест слишком тяжелый.

Он был очень хитрым. Приотстав от всех, он зашел в лес и отпиллил часть креста. Довольный, что обхитрил всех, он догнал их и пошел дальше.

Вдруг на пути разверзлась пропасть. Все положили свои кресты и по ним перешли ее. И только хитрый человек остался на этой стороне, потому что его крест оказался слишком коротким».

Обсуждение:

– О чем для вас эта притча?

– Какова роль судьбы и самого человека в том, что происходит в его жизни?

– Что может сделать человек в тех обстоятельствах, которые он объективно не в силах изменить?

Упражнение (3.4.1.5)8. «Радость неудачи»

Цель упражнения: Актуализация опыта значимых переживаний, осознание определенных причинно-следственных связей («... опыт – сын ошибок трудных»).

Описание упражнения: Участники вновь становятся спиной к центру круга и с закрытыми глазами начинают движение. По сигналу ведущего «Собрались в четверки» участники берутся за руки. Каждая четверка садится в кружок. Ведущий просит каждого вспомнить такое событие из жизни, которое вначале воспринималось как неудача, а затем стало ясно, что оно имело благоприятное значение.

Обсуждение: На первый взгляд это звучит странно неудачи чаще связываются в сознании с огорчениями, разочарованием, печалью. Но если анализировать причины и пытаться изменять себя в соответствии со сделанными выводами, в будущем неудачи прошлых лет могут оказаться стилом к развитию, условием успеха.

Упражнение (3.4.1.5)9. «Парус»

Цель упражнения: Подведение итогов занятия. Подчеркивается ценность каждого человека, его жизни и ответственность человека за реализацию себя в ней.

Оборудование и материалы: Плакат с нарисованным морем и кораблем со штурвалом. Паруса из цветной бумаги (красные, синие, зеленые), клей, фломастеры.

Описание упражнения: Группе предлагается плакат с нарисованным морем и кораблем со штурвалом. Ведущий говорит: «Море – символ тех событий, на которые человек не всегда может повлиять, корабль – жизнь самого человека. Кто станет у штурвала твоего корабля, решать самому. Какими чувствами и желаниями наполнятся паруса корабля – решать самому».

Участникам предлагается выбрать «парус» того цвета, который соответствует их настроению (красный – понравилось; синий – понравилось, но не все; зеленый – было неинтересно и скучно). Участникам предлагается на этом «парусе» написать пожелание группе, себе и тренеру. Прикрепить эти «паруса» к мачте корабля. И пусть все хорошее обязательно сбудется. Пожелания на «парусах» зачитываются.

Завершая встречу, ведущий говорит: «В конце, если еще кто-то хочет что-то сказать, у вас есть эта возможность... Спасибо группе! До встреч!»

3.4.1.6. «Тренинг эффективной коммуникации»

КОРОБЕЙНИКОВА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА, психолог ГОУ Детский дом № 6, Нижний Новгород

Цель тренинга: Тренинг направлен на то, чтобы в игровой форме развивать необходимые навыки эффективной коммуникации – например, координировать совместные действия, устанавливать взаимопонимание с окружающими, «чувствовать» человека, который находится рядом.

Упражнение (3.4.1.6)1. «Снежный ком»

Цель упражнения: Знакомство участников; запоминание имен.

Описание упражнения: Каждый участник называет свое имя и хобби. Следующий участник сначала называет имя и хобби того, кто перед ним,

затем свои имя и хобби и т.п. Задача последнего – повторить имена и хобби всех участников в кругу.

Упражнение (3.4.1.6)2. «Карандаши»

Цель упражнения: Координация совместных действий на основе невербального восприятия друг друга.

Описание упражнения: Разбившись на пары, участники располагаются друг напротив друга и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. Затем группа встает в свободный круг. Карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.
3. Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед (сужение и расширение круга).
4. Наклониться вперед, назад, выпрямиться.
5. Присесть, встать.

Обсуждение: Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали? На что ориентироваться при выполнении этих действий? Как установить с окружающими необходимое для этого взаимопонимание, научиться «чувствовать» другого человека?

Упражнение (3.4.1.6)3. «Постройтесь по росту»

Цель упражнения: Преодоление барьеров в общении между участниками; раскрепощение.

Описание упражнения: Участники становятся плотным кругом, закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться с закрытыми глазами по росту. После того как все участники найдут свое место, ведущий дает команду открыть глаза и посмотреть, что получилось.

Обсуждение: Обсудить, сложно ли было выполнить это задание или нет (как чувствовали себя участники).

Упражнение (3.4.1.6)4. «Путаница»

Цель упражнения: Повышение тонуса группы; сплочение участников, разделение на пары.

Описание упражнения: Оставаясь в кругу, участники протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый

игрок находит себе «партнера по рукопожатию». Число игроков должно быть четным. Теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, не развединая рук. Задачу можно усложнить запретом на словесное общение. Таким образом, участники делятся на пары, что необходимо для следующего упражнения.

Упражнение (3.4.1.6)5. «Диалог руками»

Цель упражнения: Формирование умения «чувствовать» партнера по общению, развитие доверия.

Описание упражнения: Участники садятся парами друг напротив друга и закрывают глаза. По сигналу ведущего они должны найти руки партнера, встретиться руками, поздороваться руками, поссориться руками, помириться руками, попрощаться руками.

Упражнение (3.4.1.6)6. «Все равно ты молодец, потому что...»

Цель упражнения: Формирование навыков коммуникации.

Описание упражнения: Продолжается работа в парах (на которые участники разбили в предыдущем упражнении). Один партнер рассказывает другому о трудной ситуации в жизни, о чем-нибудь неприятном либо говорит о каком-то своем недостатке и пр. Собеседник внимательно выслушивает его и произносит фразу: «Все равно ты молодец, потому что...»

Обсуждение: Следует обсудить ощущения участников.

Упражнение (3.4.1.6)7. «Из пункта А в пункт Б»

Цель упражнения: Развитие навыков работы в команде.

Описание упражнения: Выбирается один доброволец. Его задача – пройти расстояние между двух стульев (определяется ведущим). Но каждый шаг он может делать только в том случае, если команда замешкалась со следующим вопросом. Задача команды – помешать ему пройти расстояние между стульями. Для этого участники должны по кругу быстро задавать ему вопросы.

Упражнение (3.4.1.6)8. «Постройка моста»

Цель упражнения: Развитие навыков работы в команде.

Оборудование и материалы: Ножницы, линейки, клей, бумага.

Описание упражнения: Участники делятся на две группы. Одна группа вместе с ассистентом выходит за дверь, вторая остается с ведущим в комнате. Группам дается следующее задание: первой – изображать миссионеров, а второй (оставшейся в комнате) – туземцев племени, не знающего ни письменности, ни математики, ни инженерии. У них в племени недавно началась

эпидемия, и люди умирают десятками. Довести их до больницы невозможно, так как до нее по дороге – 105 километров, напрямую – 5 километров. Но путь лежит через непроходимые болота. Миссионерам необходимо научить «туземцев» строить мост, так как, если его построят сами «миссионеры», «туземцы» все равно не научатся его ремонтировать. Мост должен состоять из 5 метров склеенных между собой листов бумаги, ширина моста – половина ширины листа бумаги с 5-миллиметровым отступом в большую сторону. Кроме того, «миссионеры» должны убедить «туземцев» в необходимости постройки моста. Время на постройку – 20 минут.

Группе «туземцев» сообщаются следующие правила: общаться с «миссионерами» может только глава племени. Женщины не имеют права держать в руках ножницы, мужчины – линейку. Каждые три минуты (по команде ведущего) они должны усиленно молиться, бросив все дела. При склеивании бумаги на каждый стык они должны наклеить один треугольник и цветок.

В течение семи минут участники обсуждают правила, распределяют роли и вырабатывают план действия.

После завершения игры участники делятся своими впечатлениями. В зависимости от результатов можно сделать вывод об учете представителями группы мнений, интересов и желаний других людей, без чего не может существовать совместная продуктивная деятельность. Однако возможно, что за обсуждениями сам мост участники группы построить не успеют.

Упражнение (3.4.1.6)9. «Групповая поэма»

Цель упражнения: Активизация коллективного позитивного настроения в группе.

Описание упражнения: Участников просят написать свои инициалы в правом верхнем углу листка (тренер тоже подписывает свой листок). Каждый участник пишет короткую строку, с которой будет начинаться поэма, передает свой листок соседу слева. Тот дописывает свою строчку, продолжаящую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листках, законченная поэма возвращается к автору первой строки.

Когда все поэмы написаны, тренер читает свою. Потом опрашивает всех участников по кругу.

Рекомендации по использованию, возможности и ограничения:

Конкретное занятие рекомендуется проводить на первых этапах знакомства участников. Практика показала, что занятие наиболее подходит для подростков старшего возраста.

3.4.1.7. «Кинолента наших встреч»

ПАЧКОВА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА, директор и психолог МОУ «Гурьевский районный центр психолого-медико-социального сопровождения «Доверие» Калининградской области

Цель занятия: Подведение итогов, вспомнить этапы «учебного отдыха», закрепить полученные знания, получить обратную связь.

Упражнение (3.4.1.7)1. «Вспомним...»

Цель упражнения: Актуализация воспоминаний о последних событиях, связавших всех участников группы.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Вспомните все дни вашего отдыха, начиная с путешествия от дома и заканчивая сегодняшним днем. Что происходило? Как приехали, кто вас здесь встретил, какие первые впечатления, что ожидали от школы, какие важные моменты здесь происходили.

Упражнение (3.4.1.7)2. «Поменяйтесь местами те, кто...»

Цель упражнения: Вспомнить основные события.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Поменяйтесь местами те, кто...», подбирая окончание фразы из событий и мероприятий прошедших дней. Например: «...кто прилетел на самолете», «...кто купался», «...кто участвовал в концерте» и т.д.

Упражнение (3.4.1.7)3. «Кинолента наших встреч»

Цель упражнения: Восстановление хроники событий. Эмоциональное воспоминание.

Оборудование и материалы: Бумага А4 (минимальное количество листов из расчета: число участников × кол-во дней мероприятия).

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Сейчас мы попробуем создать свой фильм: на киноленте изобразить наши мысли, чувства, что запомнилось и произвело на вас сильное впечатление за эти дни: 1-й день – день приезда; 2-й день и т.д. Каждый участник рисует то, что больше всего запомнилось. Один лист – один день.

Значительным подспорьем для детей в их работе станет предварительное обсуждение каждого прошедшего дня. Ведущий напоминает темы занятий, помогает вспомнить упражнения. Так заполняются все листы: события можно рисовать, записывать, отражать символами. Все листы прикрепляются на стене. Дальше проводится их обсуждение.

Примечание. Группа должна уметь рефлексировать и иметь навык совместной работы. Если участникам группы сложно вспоминать, анализировать и недостаточно развиты навыки коммуникации, то упражнение можно сократить: каждый рисует то, что больше всего понравилось по подгруппам. Затем листы склеиваются. Возможен вариант проигрывания понравившихся упражнений. Условие: ведущий должен знать ход предыдущих занятий.

Упражнение (3.4.1.7)4. «Построение»

Цель упражнения: Еще раз побудить участников группы задуматься над тем, как много их объединяет.

Описание упражнения: Участники делятся на две команды. По команде ведущего полгруппы выстраиваются: по росту; по цвету глаз, по дате рождения и т.д., в заключение все объединяются и выстраиваются так, как кому понравилось в Школе (определить два полюса: 1-й – очень понравилось, 2-й – совсем не понравилось).

Упражнение (3.4.1.7)5. «Ладошки»

Цель упражнения: Рефлексия на тему приобретения нового опыта.

Оборудование и материалы: Бумага (А4), фломастеры, ручки.

Описание упражнения: Обвести на листе бумаги (А4) свою ладошку и написать в каждом пальчике, что во мне изменилось за эти пять дней, что узнал нового. Например: «загорел», «познакомился с новыми друзьями», «научился...», «узнал...».

Примечание. Данное упражнение может быть материалом для анализа результата нашей деятельности.

Ведущий помогает и отмечает позитивные изменения в поведении ребенка, то, что очень хорошо получалось во время занятий. Важно обсудить каждую «ладошку» в группе или индивидуально по желанию ребенка. Можно пустить «ладошки» по кругу, и каждый участник дописывает свои пожелания другу.

3.4.1.8. «Тренинг общения. Заключительное занятие»

АДРОВА АНАСТАСИЯ ВЯЧЕСЛАВОВНА, психолог ГОУ «Детский дом №37», г. Москва

Цель занятия: Отработка навыков эффективного общения.

Задачи занятия:

- сплочение группы, создание атмосферы принятия и взаимоподдержки;
- создание позитивного настроения;

- укрепление чувства принадлежности к группе;
- формирование умения подстраиваться к эмоциональному состоянию партнера;
- завершение цикла групповых встреч.

Упражнение (3.4.1.8)1. «Групповой рисунок настроения»

Цель упражнения: Предоставить участникам поделиться с другими чем-то своим и получить это от других.

Оборудование и материалы: Бумага, фломастеры, цветные карандаши.

Описание упражнения: Ведущий дает инструкцию: «Начните рисовать что-то такое, что отражает ваше настроение сейчас. По моему сигналу (хлопок) передайте рисунок соседу слева. Посмотрите на пришедший к вам рисунок, почувствуйте, какое настроение в рисунке, и добавьте к этому рисунку что-то свое, изменяя рисунок, старайтесь улучшить настроение, добавьте заряд бодрости и оптимизма. Передавайте по сигналу рисунок соседу слева, пока к вам не вернется ваш рисунок».

Обсуждение:

- Поняли ли вы рисунок?
- Изменил ли рисунок ваше настроение в лучшую сторону?
- Какие эмоции вы чувствовали при выполнении задания и сейчас?

Упражнение (3.4.1.8)2. «Фруктовый салат»

Цель упражнения: Динамичная разминка.

Описание упражнения: Стулья ставятся кругом – на один меньше, чем участников. Водящий встает в круг, все садятся на стулья. Все участники делятся на «груши», «яблоки», «сливы». Ведущий также присоединяется к какой-нибудь группе. Ведущий называет один из фруктов, и все, кто принадлежит к этой группе, должны поменяться местами. Ведущий тоже стремится занять свободное место. Нельзя садиться на свое место. Кому не хватило свободного стула – становится водящим. Игра повторяется. Можно предложить всем одновременно поменяться местами, для этого достаточно сказать: «Фруктовый салат».

Упражнение (3.4.1.8)3. «Телеграмма»

Цель упражнения: Адресное позитивное подкрепление.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу, держась за руки. Водящий находится в центре круга и наблюдает. Первый игрок говорит: «Я посылаю письмо, например, Тане». (Единственное условие: Таня не должна быть ближайшим соседом.) И пожимает руку соседу. Сосед передает «импульс» пожатия следующему игроку, тот – следующему и т.д. Когда Таня почувству-

ет «импульс», она говорит: «Я письмо получила» и отправляет письмо еще кому-нибудь. Задача водящего – заметить человека, передающего импульс. Если ему это удалось, то водящим становится тот, кого угадали.

Упражнение (3.4.1.8)4. Игра «Башня из бумаги»

Цель упражнения: Совершенствование навыков работы в команде.

Оборудование и материалы: Бумага А3, А4, ватман, старые газеты и журналы, цветная бумага, скотч, ножницы,

Описание упражнения: Участники разбиваются на группы по 4–6 человек. Каждая группа строит из предложенных материалов башню. Разговаривать в процессе деятельности нельзя. Для усложнения игры можно предложить установить коммуникации между построенными сооружениями. При этом договариваться с представителями других групп запрещается. Озвучивая инструкцию, ведущий говорит: «Сейчас мы попробуем работать в команде. Вам предстоит построить башню из бумаги как можно большей высоты и стоящую самостоятельно, без опор. Использовать можно бумагу, старые газеты и журналы, цветную бумагу и скотч. На эту работу у вас будет 10 минут».

Обсуждение:

- Что помогало в работе?
- Что мешало?
- Что еще можно было бы сделать, чтобы работа была эффективной?
- Расскажите об ощущениях и впечатлениях, которые вы испытывали во время работы.

Упражнение (3.4.1.8)5. «Конверты пожеланий» (модификация)

Цель упражнения: Позволить участникам группы выразить свое хорошее отношение к другим участникам, сделать запоминающийся подарок каждому на память.

Оборудование и материалы: Ножницы, белые конверты (по количеству участников), листы бумаги, ручки.

Описание упражнения: Участникам раздаются белые конверты и листы бумаги (карточки). Каждый подписывает свой конверт. Затем конверты начинают передавать по часовой стрелке. Когда к участнику попадает очередной конверт, он пишет на карточке пожелание, комплимент или благодарность за что-то хозяину конверта и вкладывает это пожелание в конверт. Затем передает конверт дальше по часовой стрелке. Таким образом, каждый участник оставит каждому свое пожелание. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не получит свой конверт. Далее конверты можно запечатать, прочитать лично или озвучить для всей группы.

Упражнение (3.4.1.8)6. «Свеча»

Цель упражнения: Обратная связь.

Оборудование и материалы: Свеча («плавающая свеча» в подсвечнике), спички.

Описание упражнения: Ведущий вместе с участниками подводит итог всех занятий, говоря о том, что тренинги дали возможность каждому участнику лучше понять себя и других людей. Все успели подружиться, теперь группу связывает своя маленькая история. Ведущий благодарит подростков за старание, за поддержку, за активность и т.д. В продолжение ведущий говорит: «Сейчас в центре нашего круга я зажгу свечу. Эта свеча символизирует нашу общность, нашу команду и сплочение, нашу дружбу. Сейчас каждый из нас сможет поблагодарить тех участников, кто стал особо значимым за время наших встреч...»

Ведущий зажигает свечу и передает ее одному из участников – тому, кто как-то повлиял на него за время занятий, кто заставил о чем-то задуматься, и т.д. Например, один участник подходит к другому, передает свечу и говорит «Спасибо тебе за то, что ты меня поддерживала во время всех занятий...» и т.п. Пожелание можно говорить тихо, чтобы слышал только тот человек, кому оно предназначается.

Обсуждение: В конце тренинга проводится общее обсуждение по следующим вопросам:

- Что больше всего понравилось/не понравилось и почему?
- Что запомнилось?
- Что хотели бы пожелать всем участникам?
- Какие моменты оказались самыми важными?

Использованная литература:

1. Программа Поиск LIONS – QUEST «Умения и навыки для подростков» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lions.org.ua/ru/lions-quest.html>, свободный;
2. Чугунова Э.И. Тренинг продуктивного взаимодействия родителей и детей. / Тренинг тренеров. Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул (ИП Васильев И.В.), 2005.

3.4.2. Занятия для детей 7–10 лет

3.4.2.1 «Я рисую свой портрет» (тренинг для детей младшего школьного возраста)

ГЛАДЫШЕВА ТАТЬЯНА ЮРЬЕВНА, психолог ГКОУ ЦПМСС,
г. Кунгур

Цель занятия: Знакомство и сплочение группы детей. Создание ситуаций для переживания положительных эмоций.

Упражнение (3.4.2.1)1 «Приветствие»

Цель упражнения: Знакомство группы, формирование позитивного настроения на общение и работу.

Оборудование и материалы: Клубок.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, приветствуя друг друга словами: «...[имя], я рад(а) тебя видеть». Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня».

Упражнение (3.4.2.1)2. Игра «Водяной»

Цель упражнения: Интенсификация процессов узнавания друг друга, поддержание радостной, веселой обстановки в группе.

Описание упражнения: Дети становятся в круг и выбирают водящего – Водяного. Водяной садится в центр круга, ему завязывают глаза. Дети идут по кругу со словами:

Водяной, Водяной, не сиди ты под водой,
Мы по берегу идем, хоровод большой ведем.
Будешь с нами ты играть, если сможешь отгадать,
Кто стоит перед тобой.
Отвечай же, Водяной!

Водяной подходит к детям и с помощью рук пытается определить, кто стоит перед ним. Если он правильно называет ребенка, то тот, кого узнали, становится Водяным, и игра повторяется.

Обсуждение:

- Вам трудно узнавать своих друзей с завязанными глазами?
- Что помогло вам определить, кто перед вами?
- А что общего есть у всех вас?

Упражнение (3.4.2.1)3. «Мой портрет»

Цель упражнения: Предоставить детям опыт самопрезентации в рисунке.

Оборудование материалы: Бумага А4, цветные карандаши и фломастеры, скотч/ малярная лента для развешивания картин на стене.

Описание упражнения: Детям предлагается нарисовать свой портрет. Можно предложить контур мальчика или девочки, соответствующий полу ребенка.

Ребенок должен красиво разрисовать контур. Портреты детей развешиваются в группе.

Упражнение (3.4.2.1)4. «Я – хороший, мы – хорошие»

Цель упражнения: Организация позитивного аутотренинга для детей.

Описание упражнения: Один из детей (затем все остальные) выходит в центр круга и произносит: «Я – хороший» – сначала шепотом, потом громче, потом очень громко. После этого все участники образуют большой круг и, держась за руки, шепотом говорят: «Мы – хорошие». Затем делают шаг вперед к центру круга и произносят громче: «Мы – хорошие». После этого делают еще шаг, образуя плотный круг, и очень громко произносят: «Мы – хорошие».

Упражнение (3.4.2.1)5. «Обсуждение»

Цель упражнения: Помочь детям задуматься над достаточно сложными психологическими темами.

Описание упражнения: Организуется обсуждение на тему: «Чем отличаются люди друг от друга?»

Упражнение (3.4.2.1)6. «Ритуал прощания»

Цель упражнения: Позитивное завершение занятий.

Описание упражнения: Дети становятся в круг, берут друг друга за руки, улыбаются и благодарят за хорошую совместную работу.

3.4.2.2 « Я и моя семья» (тренинг для детей младшего школьного возраста)

ГОНЧАРЕНКО АНЕТТА ВАЛЕРЬЕВНА, социальный педагог детского дома Черняховского района Калининградской области

Цель занятия: Содействие дальнейшей социализации в семье детей младшего школьного возраста.

Задачи занятия:

1. Развитие коммуникативных умений и навыков.
2. Повышение уровня эмоционального состояния и взаимодействия участников группы.
3. Способствовать снятию тактильных барьеров в общении и установлению тактильного контакта.
4. Содействовать творческому самовыражению при помощи рисования.
5. Формирование позитивного отношения к членам семьи и ценности внутрисемейных связей.
6. Изучение межличностных отношений в семье.

Информация от ведущего (для детей):

Сегодня с вами мы собрались,
а для чего, не догадались?
Друзья, прекрасен наш союз!
но прежде поздравляюсь.

Упражнение (3.4.2.2)1. «Цветные ладони»

Цель упражнения: Создание позитивного настроения в группе, установление контактов.

Оборудование и материалы: «Цветные ладони» из картона (красные, синие, желтые), магнитофон, запись с ритмичной музыкой.

Описание упражнения: В руках у ведущего вырезанные из картона ладони – красная, синяя, желтая. Участники хаотично передвигаются по комнате. Каждый должен поздороваться с как можно большим количеством играющих. Здраваться можно разными способами: если поднята красная ладонь – надо пожать руку; синяя – помахать рукой; желтая – хлопнуть по плечу.

Упражнение (3.4.2.2)2. «Имя +»

Цель упражнения: Знакомство участников.

Оборудование и материалы: Мягкая игрушка

Описание упражнения: Все участники сидят в кругу. Передают друг другу игрушку. Тот, у кого она в руках, называет свое имя и говорит, что он больше всего любит.

Упражнение (3.4.2.2)3. «Семейка животных»

Цель упражнения: Формирование чувства индивидуальной сопричастности и групповой сплоченности.

Оборудование и материалы: Карточки, на каждой из которой написано название одного из четырех выбранных заранее ведущим домашним животным (например, собака, кот, корова, лошадь).

Описание упражнения: Участники получают карточку с названием какого-либо животного, но никому не называют его. По команде ведущего они начинают молча передвигаться по комнате изображая жестами, мимикой этого животного. Одновременно с собственным движением они должны следить за движениями других участников и, определив у кого-либо подобные движения, объединиться в группу, но не озвучивать название своего животного. Далее, выясняется, все ли участники правильно распределились по семейкам животных.

Обсуждение:

- Как можно, одним словом назвать всех этих животных?
- Почему этих животных называют домашними?
- От какого слова произошло слово «домашние»?
- Что означает слово «дом»?
- Как называется группа живущих вместе людей?

Информация от ведущего (для детей):

«Слово «семья» означает семь «Я», которые живут под одной крышей. Кто же эти семь «Я», давайте назовем их. Наша семья – это самые близкие и родные нам люди. У каждой семьи есть свой дом, который нас собирает всех вместе, защищает от непогоды и невзгод. Наш дом – это наш очаг, в котором должен всегда гореть огонек дружбы, доброты, участия, помощи. Кто же делает дом теплым, светлым, уютным? Чем же занимаются все члены семьи?

Упражнение (3.4.2.2)4. «Распределение обязанностей»

Цель упражнения: Анализ распределения домашних обязанностей в семье.

Оборудование и материалы: Коробочки, на которые наклеены наименования членов семьи: «мама», «папа», «сын», «дочь», «бабушка», «дедушка»; карточки, на которых написаны домашние обязанности:

1. Мыть пол.
2. Стирать белье.
3. Поливать цветы.
4. Протирать пыль.
5. Ремонтировать мебель.
6. Пылесосить ковер.
7. Мыть посуду.

8. Печь пирожки.
9. Складывать игрушки.
10. Подметать пол.
11. Забивать гвозди.
12. Пришивать пуговицы.

Описание упражнения: Участникам предлагаются карточки с домашними обязанностями. Каждый по очереди озвучивает свою карточку и отвечает на вопрос: «Чья это обязанность?» Участники обсуждают прозвучавший ответ. После обсуждения карточки раскладываются по разным емкостям, с наименованиями членов семьи: «мама», «папа», «сын», «дочь», «бабушка», «дедушка».

Обсуждение: Ведущий инициирует обсуждение распределения обязанностей между членами семьи. Обращается внимание на несоответствия и «перекосы», решается, каким образом можно их перераспределить.

Упражнение (3.4.2.2)5. «Молекулы»

Цель упражнения: Динамичная разминка, развитие позитивного настроя и контактности детей.

Описание упражнения: Все участники становятся в круг. Ведущий говорит: «Представим себе, что все мы – мельчайшие частички. Выглядим мы так (руки сгибаются в локтях и кисти прижимаются к плечам). Частички постоянно двигаются и время от времени объединяются вместе. Число частичек в объединении может быть разным и зависит от того, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться по этой комнате. И я время от времени буду называть какое-то число, например три. И тогда частицы объединятся по три. Вот так: лицом друг к другу, с соединенными вверх руками.

Упражнение (3.4.2.2)6. «Гром-ураган-землетрясение»

Цель упражнения: Динамичная разминка, развитие позитивного настроя и контактности детей.

Описание упражнения: Участники остаются в тройках после предыдущего упражнения. С помощью считалки в каждой тройке выбирается «лишний» – это «желец», а оставшиеся двое – «домик». Образующие «домик» берутся за руки и имитируют крышу, а «желец» становится вовнутрь.

Когда водящий говорит: «Гром!», «желец» перебегает в другие домики до следующей команды.

Если звучит команда: «Ураган!», то «жильцы» замирают на месте, а «домик» «взлетает» и пытается найти себе другого «жильца».

При слове «**Землетрясение!**» все игроки разбегаются в разные стороны и образуют новые тройки.

Водящий пытается занять свободное место, а тот, кому места не хватило, становится водящим.

Упражнение (3.4.2.2)7. Монотипия «Моя семья»

Цель упражнения: Визуализировать образ семьи с помощью увлекательной техники.

Оборудование и материалы: Альбомные листы, акварельные краски, кисти, баночки с водой, вода.

Описание упражнения: На листе бумаги, согнутом пополам, рисуются цветочные пятна и закрываются второй половиной листа. Затем разглаживаются поступательными и круговыми движениями. Открыть и рассмотреть со всех сторон, дорисовать до образа «семьи».

Обсуждение:

– Какого цвета ваша семья?

– На что она похожа?

Упражнение (3.4.2.2)8. «Солнышко и солнечные лучики»

Цель упражнения: Реконструкция семейной структуры.

Оборудование и материалы: Специальные бланки (Приложение № 6) и смайлики* (Приложение № 7), клей, карандаши, ножницы.

Описание упражнения: Нужно обозначить с помощью вырезанных смайликов и клея в «солнышке» себя, а в «солнечных лучиках» – членов семьи на свое усмотрение. Дорисовать образы цветными карандашами и подписать.

*Изображения лиц внутри смайликов рисуют дети, ведущий только намечает точками глазами и черточкой – рот.

Упражнение (3.4.2.2)9. «Аплодисменты»

Цель упражнения: Позитивное завершение занятий, получение детьми положительного подкрепления.

Описание упражнения: Ведущий подходит к одному из участников и хлопает в ладоши. Далее они уже вдвоем подходят к другому участнику, не прекращая аплодисменты. И так по нарастающей обходят всех участников тренинга.

3.4.2.3. Тренинг психического развития

СИРОТЮК АНАСТАСИЯ СЕРГЕЕВНА, психолог ГУ «Центр диагностики и консультирования», Тверская область

Цель занятия: Развитие психических процессов.

Упражнение (3.4.2.3)1. «Мячики»

Цель упражнения: Разминка, развитие моторики и коммуникаций в группе.

Оборудование и материалы: Небольшой мяч.

Описание упражнения: Сидя в кругу на ковре, участникам предлагается передавать мяч по кругу – сначала руками, потом подбородками, затем ногами.

Упражнение (3.4.2.3)2. «Ассоциации с запахами»

Цель упражнения: Развитие обоняния, интеграция сенсорных каналов, ассоциативного мышления, воображения, коммуникаций в группе.

Оборудование и материалы: Три разных ароматических масла.

Описание упражнения: Участники садятся в круг на ковер или за стол. Каждому участнику по очереди предлагается понюхать несколько ароматических масел и на каждое назвать «вкус», «цвет», «ощупь», «звук» или члена группы, на которого запах похож.

Упражнение (3.4.2.3)3. «Пехесо»

Цель упражнения: Развитие зрительной памяти и внимания.

Оборудование и материалы: Карточки «Пехесо» (данные карточки заводского производства, но можно их изготовить и самостоятельно. Суммарное количество карточек 30–40. Все они имеют одинаковую «рубашку», как в картах. Внутренняя сторона карточек имеет самостоятельное изображение, при этом каждое изображение представлено в удвоенном количестве).

Описание упражнения: Карточки перемешиваются и выкладываются верхней стороной в несколько рядов. Затем открываются любые две, участники запоминают их расположение. Карты снова переворачиваются. Следующим участником открываются другие две и т.д. Задача ребенка: запоминая расположение карточек, открывать пары. Если пара открыта, она изымается из игры. Выигрывает тот, кому удалось открыть большее количество одинаковых карт.

Упражнение (3.4.2.3)4. «Пуговики»

Цель упражнения: Развитие зрительной памяти, внимания, пространственных представлений.

Оборудование и материалы: Два поля по девять клеток; два одинаковых набора из пяти разных пуговиц; платок.

Описание упражнения: В упражнении используются два одинаковых набора пуговиц, два одинаковых поля, расчерченных на клетки. На одном поле ведущий выкладывает пуговицы в произвольном порядке. Участнику предлагается их запомнить, затем поле закрывается листом бумаги (платком). Далее ребенку предлагается из своего набора таких же пуговиц воспроизвести на своем поле их взаиморасположение. Затем ведущий открывает свое поле, и проверяется правильность их расположения.

Упражнение (3.4.2.3)5. «Комплимент»

Цель упражнения: Упражнение помогает ребенку увидеть свои положительные стороны и почувствовать, что он принимаем другими детьми.

Описание упражнения: Участники садятся в круг. Каждый участник, передавая свечку, глядя в глаза и называя по имени, говорит соседу справа (или слева) фразу, которая начинается со слов: «Мне нравится в тебе...»

Упражнение (3.4.2.3)6. «Змейка»

Цель упражнения: Развитие коммуникаций в группе.

Описание упражнения: Дети выстраиваются друг за другом, руки кладут на плечи друг другу. Каждому участнику предлагается пробежать «змейкой» между всеми участниками упражнения. Дети, между которыми пробегае участник, сначала стоят неподвижно. Затем упражнение усложняется и дети начинают медленно двигаться, держа друга друга за плечи.

Упражнение (3.4.2.3)7. «Морской подарок»

Цель упражнения: Развитие воображения, творческого мышления, речи, умения себя презентовать, коммуникаций.

Оборудование и материалы: Листы А4, восковые мелки.

Описание упражнения: Сначала ведущий проводит беседу с детьми о том, что они могли бы нарисовать по предложенной теме и для кого предназначается их подарок. Затем участникам предлагает придумать необычный «морской» подарок и нарисовать его на листе бумаги. Далее происходит презентация своих рисунков.

3.4.2.4. «Техника живой и мертвой воды»

БУГУЛОВА АЛЬБИНА АЛИБЕКОВНА, специалист Республиканского центра сопровождения и поддержки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также лиц из их числа в возрасте от 18 до 23 лет, граждан, желающих принять или принявших на воспитание детей в свои семьи, Республика Северная Осетия-Алания

Цель занятия: Освобождение от внутренних негативных переживаний.

Упражнение (3.4.2.4) 1. «Живая и мертвая вода»

Цель упражнения: Проработать внутренние негативные переживания.

Оборудование и материалы: Бумага для рисования, краски, кисти, сосуд для «живой воды», сосуд для «мертвой воды», семена, ящик с землей, огнеупорная ваза, спички.

Описание упражнения: Участникам предлагается выполнить рисунки на темы (на одном занятии не нужно брать все обозначенные темы – достаточно одной):

- «Это мне хотелось бы убрать из моей жизни».
- «То, что мешает мне чувствовать себя спокойно».
- «Мои оковы» и т.д.

Участники группы рассказывают о своих рисунках, о том, от чего бы им хотелось освободиться, что они желают полить «мертвой водой». Затем желающим предлагается сжечь рисунки. То есть сжечь то, что им мешает. Для этого берется большая огнеупорная ваза, в которой разводится огонь. Ребята мнут свои рисунки, в каждое движение вкладывая мысль об освобождении. Затем комок, в который превратился рисунок, бросается в огонь. Когда все, кто хотел сжечь рисунки, сделали это, огонь заливается символической «мертвой водой».

Теперь то, что им мешало, превращено в пепел, «мертвая вода» сделала его безопасным и нейтральным.

Участникам предлагается взять по одному или по несколько зернышек или семян. Набор зерен пшеницы, риса или других злаков нужно иметь под рукой. Также подойдут для подобных занятий и семена травы.

Ведущий говорит: «В наших руках сейчас зернышко, семя, из которого вырастают новая жизнь и новые возможности. Подумайте, помечтайте о том, что бы вам хотелось делать полезного в жизни. Представьте исполненным свое желание... А теперь я попрошу подойти вас к ящику с землей и посадить свои зерна.

Если есть возможность выйти на улицу и посадить зерна в саду, то это даже лучше. Если такой возможности нет, необходимо заранее подготовить ящик с землей.

После того как все зерна будут посажены, каждый участник поливает землю «живой водой». Также можно предложить умыться «живой водой». После этого в землю закапывает пепел, т.к. теперь он удобряет ее».

Ведущий говорит: «Дорогие волшебники! Сегодня удивительный день. Мы не просто нарисовали и осознали то, что мешает созидать, мы превратили это в пепел. Но не просто развеяли его по ветру, а нашли ему важное применение. Сегодня мы посадили зерна нового и полили их «живой водой». Закон жизни, закон созидания гласит: «На доброй земле обязательно будут всходы». Мы умылись «живой водой» и заберем это чудесное ощущение с собой из сказочной страны».

3.4.2.5. «Путешествие на корабле»

МАРАНИНА ОКСАНА ГЕННАДЬЕВНА, педагог-психолог, КГОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медикосоциальной помощи «Краевой центр психолого-медико-социального сопровождения «Семья плюс» (Алтайский край)

Цель занятия: Сплочение коллектива, ориентация участников на групповое взаимодействие.

Упражнение (3.4.2.5)1. «Колокол»

Цель упражнения: Создание положительного настроения на работу в группе

Оборудование и материалы: Колокольчик.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий: «В одном старом городе жители каждое утро выходили на площадь и здоровались друг с другом, когда на площади начинал бить большой колокол. Здоровались каждый раз по-разному. Когда колокол бил один раз – они пожимали друг другу руку; два раза – обнимались; три раза – похлопывали друг друга по плечу.

Упражнение (3.4.2.5)2. «Имя».

Цель упражнения: представиться, пробудить интерес к себе.

Оборудование и материалы: бейджи, фломастеры.

Описание упражнения: Участникам предлагается придумать себе игровое имя, написать его на бейджике. Далее по кругу назвать свое имя и рассказать, с чем связан выбор именно этого имени.

Упражнение (3.4.2.5)3. «Волшебный клубок»

Цель упражнения: Знакомство участников друг с другом.

Оборудование и материалы: Клубок ниток.

Описание упражнения: Дети, по кругу передавая клубок, и оставляя в руках нить, рассказывают о себе что-то интересное, каждый раз начиная свой рассказ с фразы: «Спорим, вы не знаете, что я...»

Упражнение (3.4.2.5)4. «Законы экипажа»

Цель упражнения: Разработка правил в группе.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Мы – один экипаж, и нам нужно договориться, как мы будем общаться друг с другом». Участники называют правила, которым они будут следовать в групповой работе. Ведущий фиксирует правила на флип-чарте.

Упражнение (3.4.2.5)5. «Будь внимателен»

Описание упражнения: С помощью считалки выбирается капитан корабля, который и проводит следующее упражнение. Капитан корабля дает команду экипажу: «На корабль входит тот, у кого:

- красные штаны;
- полосатая футболка;
- светлые глаза;
- кто умеет красиво рисовать;
- кто любит петь» и т.д.

Люди, которые нашли у себя обнаруженные признаки, поднимаются со своих мест. Нужно достичь того, чтобы все участники оказались «на корабле».

Упражнение (3.4.2.5)6. «4 стихии»

Цель упражнения: Развитие внимания, координации движений.

Описание упражнения: Все участники путешествия выполняют команду ведущего. На каждую команду нужно выполнять соответствующие движения:

- «Огонь!» – вращение руками перед грудью.
- «Воздух!» – руки вверх.
- «Земля!» – руки вниз.
- «Вода!» – плавные движения руками перед грудью.

Ведущий старается запутать участников, самый внимательный становится ведущим. Упражнение повторяется несколько раз.

Упражнение (3.4.2.5)7. «Море волнуется»

Цель упражнения: снятие эмоционально-волевого напряжения, развитие воображения.

Описание упражнения: «Мы с вами путешествуем на корабле и решили искупаться в море. Море может быть разным. Ведущий, которого мы выберем, будет давать команды, а экипаж выполнять их. Слова ведущего: «Море волнуется – раз, море волнуется – два, море волнуется – три, трусливая (веселая, ленивая, смелая и т.д.) фигура на месте замри!» Если кто-то будет двигаться и ведущий это заметит, он выбывает из игры.

Упражнение (3.4.2.5)8. «Клеевой дождик»

Цель упражнения: снятие эмоционально-волевого напряжения, развитие воображения.

Описание упражнения: Ведущий говорит: «Команда корабля сошла на берег, и вдруг пошел дождь, но не простой, а клеевой, и все приклеились друг к другу. Теперь нужно вместе преодолевать все препятствия». Участники встают друг за другом, руки кладут на плечи впереди стоящему. И, двигаясь змейкой, преодолевают различные препятствия:

- пройти по болоту;
- по песку;
- по тонкому бревну;
- по висячему мосту;
- пробираться в пещере и т.д.

Дождь прекращается, дети на корабле возвращаются из путешествия.

Упражнение (3.4.2.5)9. Коллективная работа коллаж «Морское путешествие»

Цель упражнения: Развитие навыков сотрудничества, развитие творческого воображения.

Оборудование и материалы: Ватман с контурным изображением корабля, фломастеры, карандаши, журналы (чтобы вырезать картинки для коллажа), ножницы, клей.

Описание упражнения: На ватмане с контурным изображением корабля дети рисуют свои портреты и то, что им могло бы пригодиться в плавании. По окончании участники презентуют коллективную работу.

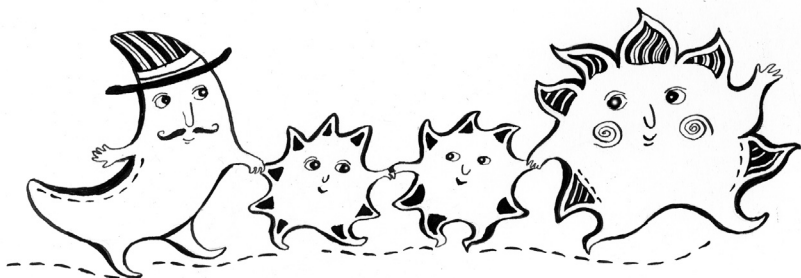
Упражнение (3.4.2.5) 10. «Аплодисменты по кругу»

Цель упражнения: Повышение самооценки каждого участника, закрепление позитивного эмоционального состояния.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий произвольно выбирает любого участника, подходит к нему и аплодирует ему, затем они вдвоем выбирают следующего и вдвоем дарят аплодисменты и т.д. В конце упражнения – бурные овации всем участникам занятия.

Обсуждение занятия:

Все участники по кругу продолжают фразу: «Самым-самым интересным (полезным, радостным, удивительным и т.д.) было для меня...»



3.5. ЗАКРЫТИЕ МВАШ

Цель: Закрепление позитивных эмоций, которые создадут условия для реализации внутренних изменений.

Упражнение (3.5)1. «Автобусная остановка»

Цель упражнения: Сбор обратной связи. Создание условий для свободного высказывания по наиболее интересующим вопросам.

Оборудование и материалы: листы флип-чарта (или ватман) – 7 штук, развешенные в разных местах достаточно просторного помещения, маркеры.

Описание упражнения: В разных местах помещения развешиваются флипы с записанными вопросами (один вопрос на одном флипе). Участники делятся на группы по количеству флипов с вопросами (но не более 7 флипов и не более 5–7 человек в группе). Каждая группа встает рядом с флипом и по знаку ведущего пишет маркерами ответы на вопрос. Затем по сигналу ведущего группы по направлению часовой стрелки переходят к следующему флипу и отвечают на вопрос, дописывая ответы предыдущих групп, не повторяясь.

Данное занятие проводится в последний день МВАШ.

Вопросы были предложены участникам следующие:

1. **Школа:** что следует улучшить (варианты прозвучавших ответов: «Увеличить время для обсуждения», «Увеличить количество специалистов (педагоги, мед. работники, психотерапевты)», «Организация игр совместно с детьми, походы», «Разнообразить развлечения», «Мало времени – нужно 30 дней!», «Раздаточный материал по каждому занятию»).

2. Школа: что особенно понравилось (варианты прозвучавших ответов: «Общение», «Питание», «Обмен опытом», «Море!», «Отличная организация», «Эмоциональный настрой», «Доброжелательное отношение к детям, родителям», «Высокий профессионализм специалистов», упражнение «Коридор похвалы/ ругани», «Руководство «Виктории»).

3. Школа: что было наиболее полезно (варианты прозвучавших ответов: «Общение с единомышленниками», «Индивидуальные консультации», «Экономическое воспитание», «Получение новых (необходимых) знаний», «Влияние специалистов на «раскрытие детей»»).

4. Школа: какие вопросы/ темы не обсуждали, но они важны для вас (варианты прозвучавших ответов: «Половое воспитание детей», «Как определить, где ребенок говорит правду, а где лжет», «Ребенок-инвалид», «Несовершенство законодательства», «Подростковый или переходный возраст»).

5. Семейное устройство. Принимающие семьи: «Предложения на будущее» (что и как) (Варианты прозвучавших ответов: «Государственная поддержка», «Трудовая книжка (узаконить профессию приемный родитель)», «Строить жилье для принимающих семей», «Создание семейных деревень», «Разработать программы финансирования/ софинансирования принимающих семей на строительство или покупку жилья детям-выпускникам», «Конкретизировать статью «Права и обязанности детей»»).

6. Пожелания специалистам Школы (варианты предложенных ответов: «Успехов и понимания важности вашей работы», «Уверенности в себе/ профессиональных успехов в своей работе», «Всем найти вторые половинки!», «Любви, тепла и обожания!»).

7. Пожелания Детскому фонду «Виктория» (варианты прозвучавших ответов: «Продолжить начатую работу на благо детей», «Приглашайте нас еще!», «Больше информации о вашем фонде», «Увеличить время занятий и дней школы»).

Упражнение (3.5)2. «Анкеты»

Цель упражнения: Сбор обратной связи.

Оборудование и материалы: Анкеты (см. Приложение № 8), ручки.

Описание: Участники заполняют розданные анкеты.

Упражнение (3.5)3. «Концерт»

Цель упражнения: Закрепить позитивный настрой, сложившийся в ходе проведения МВАШ. Подвести итоги.

Оборудование и материалы: Предоставляются по запросу принимающих семей (желательно уточнить до отъезда на МВАШ).

Описание упражнения: Каждая семья представляет по одному концертному номеру. О необходимости приготовить номер к праздничному заключительному концерту семьи должны быть предупреждены заранее (на стадии заключения договоров). В помощь принимающим делегируется инициативная группа специалистов, которая назначается ответственной за проведение концерта. Специалисты заранее отсматривают подготовленные номера, проводят репетиции и пр. Возможно создание красочной афиши, которая пригласит на концерт не только участников МВАШ, но и гостей. Завершается концерт вручением именных сертификатов и подарков каждой принимающей семье. Семьи могут выступить с ответным словом.

4. ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ: АНАЛИЗ ИТОГОВЫХ АНКЕТ РОДИТЕЛЕЙ

Отвечая на вопрос № 1 анкеты: «Соответствует ли программа мероприятия Вашим ожиданиям?», 30% ответили: «Превышает ожидания», 59% – «Полностью соответствует» и только 11% сказали: «Соответствует частично». Ответов «Не соответствует», «Абсолютно не соответствует», «Затрудняюсь ответить» зафиксировано не было.

Давая пояснения своим высоким оценкам, родители отмечали полезность мероприятия для развития родительских компетенций (*«Много информации для размышления; много регионов представлено и вариантов воспитания»*, Ткач И.В., Псковская область), отмечали благожелательную обстановку, царившую на обучении (*«Не ожидала, что обстановка будет такой теплой и располагающей к обучению»*, Лим О.Г., Хабаровский край), и признавали высокий уровень организации (*«Высший уровень организации и подбор специалистов»*, Кузнецова Н.Д., Брянская область), также высокую оценку заслужили вне-учебные мероприятия Школы (*«Не знала, что будет «школа», поездка в Дельфинарий и в г. Туапсе – большой подарок. Занятия были очень радостными и полезными»*, Горбачева Е.Л., Тверская область).

Раскрывая содержание оценок «Полностью соответствует» и «Соответствует частично», участники Школы высказывали сожаления, преимущественно связанные с ограниченностью временем (*«Недостаточное количество времени для полного раскрытия темы»*, Раткэ С.Е., Кемеровская область; *«Хотелось бы больше проводить тренингов родители и дети»*, Медведев О.И., Республика Карелия). Примечательно, что наличие в программе совместных родительско-детских занятий положительно отмечалось родителями при ответах на самые разные вопросы. Напрашивается вывод: эта тема очень востребована и крайне мало представлена в современной психологической практике (в общем-то, как почти все остальные). При этом предварительный анализ детских анкет показал, что подростки, наоборот, с некоторой долей скепсиса и даже отторжения отнеслись к факту тех же самых родительско-детских занятий (что, видимо, объясняется нарастающей потребностью в сепарации).

При ответе вопрос № 2: «Пожалуйста, оцените обучающие мероприятия для родителей по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует)», были получены следующие результаты: 18,5% – «Превышает ожидания»; 70,4% – «Полностью соответствует»; 11,1% – «Соответствует частично».

Те, кто ответил: «Превышает ожидание» говорили в подтверждение своих оценок: *«Превосходный обучающий материал. Прекрасные работы специалистов и психологов»* (Бондарь Н.М., Приморский край), *«Возможность неформального общения, взгляд «со стороны» на проблемы и способы их решения, обмен мнениями, жизненным опытом, встреча единомышленников, пояснения специалистов»* (Буханова Н.Н., Кемеровская область).

Те, кто ответили: «Соответствует частично», объясняли свою позицию так: *«Желательно все-таки использовать большой экран и компьютер для наглядности, микрофоны, продумать возможность оставлять родителям копии совместных занятий, выводов («памятные якоря»), ходы решения проблем»* (Шалотин В.В., Тверская область), *«Не только преподаватели что-то рассказывали, но и родители делились опытом; очень откровенно и открыто говорили о проблемах»* (Ткач И.В., Псковская область). Комментируя эти ответы, все-таки нельзя не отметить, что экран и компьютер были. А пожелание давать больше возможностей родителям высказываться было учтено еще по ходу прохождения «школы» (в соответствии с этим были даже внесены некоторые корректировки в программу).

Давая ответ на вопрос № 3 анкеты: «Пожалуйста, оцените обучающие и развивающие совместные мероприятия для детей и родителей по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует) и прокомментируйте», 35% родителей ответили: «Превышает ожидание», 50% родителей ответили: «Полностью соответствует», 15% родителей ответили: «Соответствует частично». То есть можно говорить о том, что по этому пункту ответов «Превышает ожидание» больше, чем по другим. О том впечатлении, которое произвели данные занятия на родителей, упоминалось и выше. Ниже приводятся комментарии родителей: *«Получаешь огромный энергетический заряд, много узнаешь о своем ребенке того, о чем раньше не догадывался»* (Кузнецова Н.Д., Брянская область), *«Сблизило еще больше меня и детей»* (Роговенко Н.А., Красноярский край), *«Занятия с детьми помогли лучше понять их душевное состояние, а дети увидели, что родители – это те люди, на которых не надо идти «с мечом»* (Медведева О.О., Республика Карелия), *«Дети раскрылись, изменились к лучшему. Я стала на многое, что раньше меня раздражало, смотреть проще»* (Битакова А.Р., Республика Северная Осетия–Алания).

При ответе на вопрос № 4 анкеты: «Пожалуйста, оцените индивидуальные консультации специалистов – ведущих Межрегиональной выездной школы по вопросам развития родительских компетенций по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответ-

ствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует)» – ответов «Соответствует частично» зафиксировано не было. Ответ «Превышает ожидание» – 35% (такой же высокий процент ответов, как и по предыдущему вопросу), ответ «Полностью соответствует» – 65%. Отсутствие ответов «Соответствует частично» объясняется тем, что родители могли сами выбирать, к кому обращаться, обсуждая наиболее интересующую их тему. Но и, конечно, главное, что определило такой показатель, – это высокий уровень специалистов, которые принимали участие в Межрегиональной Выездной Школе для принимающих семей.

При ответе на вопрос № 5 анкеты: «Пожалуйста, оцените вечерние мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует)» – 25% родителей ответили: «Превышает ожидания», 54,2% родителей ответили: «Полностью соответствует», 8,3% родителей ответили: «Соответствует частично». При этом при ответе на этот вопрос впервые появились ответы: «Не соответствует» (4,2% – 1 человек) и «Критерий отсутствует» (8,3% – 2 человека). Анализируя более детально последний вариант ответа «Критерий отсутствует», непонятно, что вкладывали сами авторы – разработчики анкеты в эту формулировку. Также остается загадкой, какой смысл вложили в данный ответ люди, выбравшие его. Ответ «Не соответствует» дал представитель семьи, выигравшей на региональном конкурсе принимающих семей. В этом ответе в равной степени могут быть и объективная оценка талантов других семей и субъективный снобизм.

При оценке индивидуальных талантов специалистов получилась следующая картина. «Абсолютным рекордсменом» по числу восторженных откликов оказалась Коровина Елена Брониславовна, педагог-психолог, руководитель Службы по устройству детей в семьи, ТОГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (16 упоминаний). На втором месте по количеству ответов фигурировал ответ «все!» (10 упоминаний), т.е. значительная часть родителей признавала высокий уровень абсолютно всех ведущих-тренеров. Также особо отмечены были Гарифуллина Эльвира Шамильевна, руководитель программы «Семейные формы устройства детей-сирот» Детского фонда «Виктория» (6 упоминаний), Бугулова Альбина Алибековна, Северная Осетия–Алания (5 упоминаний), Пачкова Елена Владимировна, директор Центра психолого-медико-социального сопровождения «Доверие» Гурьевского района Калининградской области (5 упоминаний), Широких Ольга Владимировна, руководитель проекта, Детский фонд «Виктория» (5 упоминаний), Герт Наталья Ивановна, психолог КГОУ для детей-сирот и детей, оставшихся

без попечения родителей, «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского» (4 упоминания). В целом приятно отметить, что все специалисты удостоились упоминания в оценках родителей, даже те сотрудники Фонда, которые не проводили напрямую занятий с родителями.

Ниже приводятся оценки родителей по организации мероприятия:

1. Пожалуйста, оцените предварительную работу организаторов мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует), используя следующие критерии (в %):

	5	4	3	2
Заблаговременность предварительной информации	48,28	51,72		
Оперативность предварительной информации	51,85	48,15		
Качество предварительной информации	44,45	40,74	11,11	3,7

Нельзя не отметить высокие оценки, которых удостоилась предварительная работа организаторов. Оценки «Превышает ожидания» доминируют по двум пунктам из трех. По единственному ответу «Не соответствует» в качестве причины указано отсутствие проектора (который, однако, был).

2. Пожалуйста, оцените качество организации мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует), используя следующие критерии (в %):

	5	4	3	2
Организационная информация	61,54	38,46		
Помещение	70,37	29,63		
Проживание	80,77	15,38	3,85	
Питание	85	11	4	
Транспорт	67,86	21,43	3,57	7,14
Обучающая программа	57,14	39,29	3,57	

Качество организации мероприятия также получило очень высокие оценки. Почти все родители поставили оценки «Превышает ожидание» по всем заявленным пунктам. В оставленных комментариях встречаются следующие ответы: *«Все было очень здорово! Мы долго будем помнить эту поездку и с огромным удовольствием будем принимать участие везде, где можно»* (Черкашина Анна, Республика Адыгея); *«Очень редко встречается такой подход»* (Син Чун Ери, Хабаровский край). Там, где встречаются ответы на «3» и «4», в ряде случаев встречаются и рационализаторские предложения: *«Хотелось бы, чтобы было больше времени на отдых в течение дня, соответственно уменьшены часы занятий в день, но увеличены дни (2 недели)»* (Антонова О.А., г. Санкт-Петербург). Особенно высоко родители и дети (что видно из предварительного анализа детских анкет) оценили предоставленное «Питание». Наличие двух ответов (7,14%) «Не соответствует ожиданию» по пункту «Транспорт» определяется тем, что не все родители нашли высланный специально за ними к вокзальной площади транспорт (недовольство этих родителей было сопоставимо с недовольством напрасно прождавших водителей).

Давая заключительные комментарии, родители высказывали благодарность организаторам: *«Огромное спасибо! Дай Бог здоровья и не останавливаться на достигнутом»* (Строкач Н.А., Краснодарский край), *«Вы творите чудеса! Наша семья окрепла, сплотилась. Появились силы и огромное желание двигаться дальше и передавать Ваше добро и тепло другим людям! Мы никогда Вас не забудем. Большое спасибо!»* (Лим О.Г., Приморский край). Также в завершении анкеты родители упоминали о темах, которые можно было бы дополнительно раскрыть: *«Раскрыть тему лжи»* (Бохан И.В., Псковская область), *«Возможно, что еще можно было бы уделить время реабилитации детей с задержкой психического развития»* (Арзамасцев Д.Ю., Нижний Новгород).

Интересным представляется пожелание, высказанное Н.В. Падуковой, (Пермский край) *«Пожелание – пригласить нас всех через несколько лет!!!»*

Приложение 1

Техническое задание к месту проведения МВАШ

№ п/п	Наименование показателя	Требования
	Вид путевок	Санаторные
	Возрастная категория граждан	от 7 до 60 лет включительно
	Количество путевок	<i>Не менее 85 членов принимающих семей, Не менее 12 специалистов центров/служб СФУ.</i>
	Количество суток пребывания	6
	График заезда	14–20 июня 2010 г.
	Сведения о предоставляемых медицинских услугах	Оказание, в случае необходимости, своевременной медицинской помощи
	Географическое расположение здравницы	Черноморское побережье Краснодарского края
	Требования к наличию природных факторов, благоприятных для оздоровления	Наличие благоприятных климатических условий Наличие водных ресурсов (море)
	Требования к условиям проживания	В корпусах Количество проживающих лиц в комнате – не более 2–3 чел. Сан. узел и душевая в номере
	Требования к питанию	Качественное, сбалансированное 3-разовое питание Наличие в рационе ежедневно свежих овощей и фруктов Соответствие суточных норм питания требованиям СанПиН 2.4.4.1204-03 Наличие на продукты питания сертификатов соответствия

№ п/п	Наименование показателя	Требования
	Требования к территории и оснащению здравницы	Наличие огражденного, охраняемого земельного участка Наличие зоны для культурно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с детьми Наличие оборудованных спортивных и игровых площадок, зон для отдыха детей Наличие подъезда для общественного транспорта Наличие помещений для проведения семинаров, тренингов, праздников. Предоставление этих помещений на безвозмездной основе
	Требования к пляжу и его оснащению	Соответствие пляжа оздоровительного учреждения требованиям СанПиН 2.4.4.1204-03 п.2.13-2.20 Наличие удобного подхода к пляжной территории Расположение не более 60 метров от санатория
	Кадровые ресурсы	Наличие квалифицированного медицинского персонала, аниматоров
	Соответствие требованиям, предъявляемым законодательством Российской Федерации и санитарных правил и норм (СанПиН)	Федеральный закон от 30 марта 1999 г. №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». СанПиН 2.4.4.1204-03. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, оборудованию, содержанию и организации режима работы загородных стационарных учреждений отдыха и оздоровления детей
	Другие требования	Исполнитель имеет опыт взаимодействия по организации и проведению смен с участием детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и с принимающими семьями

**Стажировка. Межрегиональная Выездная Летняя Школа
для принимающих семей – 2010 г.**

14–20 июня 2010 г.

(18 семей из 18 регионов РФ)

Уважаемые коллеги!

Просим Вас заполнить следующую анкету:

Ваше ФИО _____

Должность и название организации _____

Телефон (рабочий, мобильный) _____

E-mail _____

Ваши основные функциональные обязанности (формальные и реальные)

Образование, специальность _____

Ваши увлечения, хобби, интересы _____

В каких мероприятиях Детского фонда «Виктория» Вы принимали участие _____

Если есть опыт участия в организации и проведении выездных мероприятий для принимающих семей, детей, оставшихся без попечения родителей, то коротко опишите _____

Также просим Вас предоставить 3–4 задания (упражнения, мероприятия), которое Вы могли бы провести на выездной школе для принимающих семей в Туапсе 14–20 июня. Пусть это будет что-то самое лучшее, самое работающее, самое интересное из Вашей практики! И тогда не только родители и дети получат уникальную в своем роде поддержку, но и специалисты из разных регионов РФ смогут обменяться самым передовым профессиональным опытом!

Несколько слов о составе участников: 18 семей (в общей сложности 81 человек) + 15 специалистов по семейным формам устройства детей-сирот из регионов РФ + 5 сотрудников программы «Семейные формы устройства

детей-сирот» Детского фонда «Виктория». Коллективные занятия будут проходить полдня (до обеда или после обеда). Все участники будут делиться на группы, занятия с которыми будут проходить в параллельном режиме.

Опишите, пожалуйста, Ваши задания (упражнения, мероприятия) по следующей схеме:

Название	Целевая группа (родители; дети; дети и родители (указать возраст); кол-во участников	На что направлено	План проведения	Время (длительность)	Раздаточный материал*	Необходимо купить

*В графе «раздаточный материал» укажите весь необходимый раздаточный материал. В графе «необходимо купить» укажите, что необходимо закупить заранее.

Также ждем от Вас предложений по дополнительным заданиям (например, логопедические, интеллектуальные, творческие, спортивные, культурно-развлекательные и др.)_____

Напишите о Ваших ожиданиях от участия в Межрегиональной Выездной Летней Школе для принимающих семей_____

Ждем Ваши заявки к 26 мая для формирования общей программы. Ваши заявки пересылайте по следующему электронному адресу: GerasimovaAS@uralsib.ru

Спасибо!

*Коллектив программы «Семейные формы устройства»
Детского фонда «Виктория» г. Москва*

Приложение 3

Расписание пяти дней обучения

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 15 ИЮНЯ

9.30 – экскурсия в г. Туапсе (1-я группа).

12.00 – репетиция к торжественному представлению семей (кино- концертный зал).

14.00 – 14.15 – общий сбор в зале «Аллегро»; распределение по группам.

14.15 – 16.15 – занятия для семей:

Группа «Ромашка» – зал «Аллегро» (Тренинг для родителей и детей, Герт Наталья).

Группа «Незабудки» – холл 7-го этажа (Тренинг для родителей и детей, Маранина Оксана, Адрова Анастасия).

Группа «Розы» – терраса кафе «Старый якорь» (Тренинг для родителей и детей, Пачкова Елена, Гончаренко Анетта).

Группа «Фиалки» – холл 10-го этажа (Тренинг для родителей и детей, Старовойтова Наталья, Коровина Елена).

Занятия для самых маленьких – 3-й этаж, Детская комната, воспитатель.

16.30 – общий сбор в зале «Аллегро»; распределение по группам:

	16.30 – 17.30	17.30 – 18.00	18.00 – 19.00
Группа родителей – «Хочу все знать!» – зал «Аллегро»	(обсуждение ожиданий) Гарифулина Эльвира Шамильевна, Детский фонд «Виктория», г. Москва	«Моя галактика», Гладышева Татьяна, Сиротюк Анастасия	«Освещение законодательства Российской Федерации в части семейного устройства детей, оставшихся без попечения родителей», Снегирева Наталья Алексеевна (г. Одинцово), Широких Ольга Владимировна (г. Москва) – зал «Аллегро»
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	«Аква-грим», Герасимова Александра, Пищик Оксана – Детский игровой городок		
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	«Я и моя семья», Гончаренко Анетта – Терраса кафе «Старый якорь»		
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	«Мы одна команда», Сулима Людмила, Белова Лилия – холл 10-го этажа		
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	«Тренинг эффективной коммуникации», Коробейникова Любовь, Герт Наталья – холл 7-го этажа		

20.30 – 22.00 – Праздничный концерт – представление семей (кино- концертный зал).

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 16 ИЮНЯ**10.00** – общий сбор на площади перед спальным корпусом.**10.15** – отъезд на экскурсию в дельфинарий**14.00 – 14.15** – общий сбор в зале «Аллегро»; распределение по группам.

	14.15 – 16.00	16.00 – 17.00	17.00 – 18.00
Группа родителей – «Хочу все знать!»	Групповой тренинг «Слушать и слышать или несколько аспектов счастливого родительства», Адрова Анастасия/ Маранина Оксана – зал «Аллегро»	«Поощрение и наказание», Коровина Елена, Гарифулина Эльвира – зал «Аллегро»	«Планирование семейного бюджета принимающей семьи. Воспитания правильного отношения к деньгам у детей разного возраста», Широких Ольга – зал «Аллегро»
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	«Техника живой и мертвой воды», Бугулова Альбина, Тетерина Лилия – Детский игровой городок	«Я и моя семья», Гончаренко Анетта, Пачкова Елена – терраса кафе «Старый якорь»	
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	«Тренинг психического развития», Сиротюк Анастасия, Коробейникова Любовь – холл 7-го этажа	«Аква-грим», Герасимова Александра, Пищик Оксана – Детский игровой городок	
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	«Счастье – это когда тебя понимают», Герт Наталья, Коробейникова Любовь – холл 10-го этажа	«Тренинг эффективной коммуникации», Коробейникова Любовь, Герт Наталья – холл 7-го этажа	
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	«Путешествие по острову Коммуниказавров», Белова Лилия, Пачкова Елена, Гончаренко Анетта – терраса кафе «Старый якорь»	«Мы одна команда», Сулима Людмила, Сиротюк Анастасия – холл 10-го этажа	

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 17 ИЮНЯ

14.00 – 14.15 – общий сбор в зале «Аллегро»; распределение по группам.

14.15 – 16.00 – занятия для семей:

Группа «Ромашка» – холл 7-го этажа (Тренинг для родителей и детей младшего школьного возраста, Маранина Оксана, Белова Лиля).

Группа «Незабудки» – зал «Аллегро» (Тренинг для родителей и детей, Герт Наталья)

Группа «Розы» – холл 10-го этажа (Тренинг для родителей и подростков, Старовойтова Наталья, Герт Наталья).

Группа «Фиалки» – терраса кафе «Старый якорь» (Тренинг для родителей и подростков, Пачкова Елена, Коровина Елена).

Занятия для самых маленьких – 3-й этаж, Детская комната, воспитатель

16.00 – общий сбор в зале «Аллегро»; распределение по группам:

	16.15-17.15	17.15-18.15
Группа родителей – «Хочу все знать!»	«Сказка – ложь, да в ней намек», Герт Наталья, Пачкова Елена – зал «Аллегро»	«Формирование привязанности» Альбина Бугулова, Людмила Сулима – зал «Аллегро»
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	Фильм «Миссия Дарвина», – киноконцертный зал	Веселые игры – Детская игровая площадка – аниматоры
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	«Я и моя жизнь», Тетерина Лиля, Гончаренко Анетта – терраса кафе «Старый якорь»	«Аква-грим» Герасимова Александра, Оксана Пищик – Детский игровой городок
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	«Счастье – это когда тебя понимают», Герт Наталья, Коробейникова Любовь – холл 10-го этажа	
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	Спортивная площадка – тренер	Фильм 17:30 «Мы из будущего–2» – киноконцертный зал

20.00 – репетиция к гала-концерту – киноконцертный зал.

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 18 ИЮНЯ**9.30 (отъезд)** – экскурсия в Туапсе (вторая группа).**14.00 – 14.30** – общий сбор в киноконцертном зале; обсуждение предыдущего дня, распределение по группам.

	14.15 – 16.15	16.15 – 17.15	17.15 – 18.15	18.15 – 19.15
Группа родителей – «Хочу все знать!»	«Эффективный родитель подростка» Сулима Людмила, Коровина Елена – киноконцертный зал	«Приемы бесконфликтного взаимодействия с детьми», Коровина Елена, Белова Лилия – киноконцертный зал	«Кровные и приемные родители», Гарифулина Эльвира, Коровина Елена	«Работа с представлениями «я в детстве» и «я – родитель», Коробейникова Любовь, Тетерина Лилия – киноконцертный зал
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	«Тренинг психического развития», Сиротюк Анастасия, Коробейникова Любовь – холл 10-го этажа	Тренинг. Гладышева Татьяна, Сулима Людмила – холл 7-го этажа		
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	Тренинг. Маранина Оксана, Старовойтова Наталья – холл 8-го этажа	«Техника живой и мертвой воды», Альбина Бугулова, Герт Наталья – Детский игровой городок		
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	«Путешествие по острову Коммуниказавров». Белова Лилия, Пачкова Елена, Сулима Людмила – холл 7-го этажа	«Веселый этикет», Герасимова Александра, Пищик Оксана – холл 10-го этажа		
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	«Счастье – это когда тебя понимают», Герт Наталья, Гончарова Анетта – терраса кафе «Бахус»	«Я и моя жизнь», Тетерина Лилия, Маранина Оксана – терраса кафе «Бахус»		

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 19 ИЮНЯ

9.00 – общий сбор в **киноконцертном зале**; обсуждение предыдущего дня, раздача анкет, разделение на группы.

	9.00 – 11.00
Группа родителей – «Хочу все знать!»	«Присмы бесконфликтного взаимодействия с детьми», Коровина Елена, Тетерина Лилия – киноконцертный зал
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	Тренинг. Маранина Оксана, Сулима Людмила – терраса кафе «Бахус»
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	Тренинг. Гладышева Татьяна, Коробейникова Любовь – холл 7-го этажа
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	«Кинолента наших встреч», Пачкова Елена, Герт Наталья – холл 8-го этажа
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	«Тренинг общения. Заключительное занятие», Адрова Анастасия, Сиротюк Анастасия – терраса кафе «Старый якорь»

11.00 – 13.00 – репетиция к гала-концерту (для желающих) в **киноконцертном зале**

14.00 – Общий сбор в **зале «Аллегро»**, сбор анкет по обратной связи, разделение на группы

	14.00 – 16.00
Группа родителей – «Хочу все знать!»	«Проблема психологического выгорания», Белова Лилия, Маранина Оксана – зал «Аллегро»
Группа детей 7–10 лет – «Непоседы»	Детская площадка Сбор обратной связи
Группа детей 7–10 лет – «Гости из будущего»	Игровая комната Сбор обратной связи
Группа детей 11–13 лет – «Первооткрыватели»	Киноконцертный зал Сбор обратной связи
Группа детей 14–17 лет – «Капитаны»	Спортивная площадка Сбор обратной связи

17.00 – 19.00 – репетиция к гала-концерту (для желающих) в **киноконцертном зале**

20.00 – 22.30 – **заключительный гала-концерт!**

Приложение 4

Карта интересов «Мы с тобой одной крови: ты и я ...»

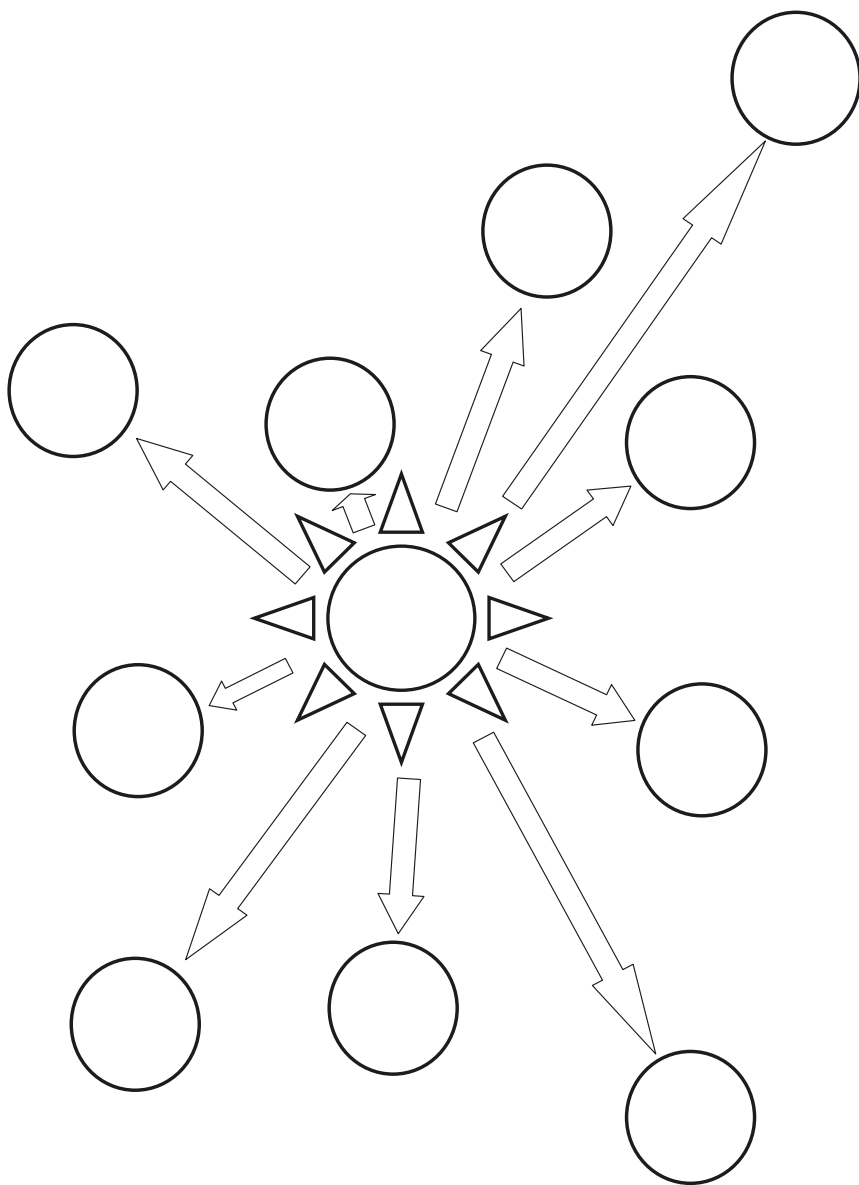
Я люблю	Мне интересно	Я мечтаю	Мой любимый фильм
Я могу	Я умею	Я знаю	Я не люблю
Кто любит заниматься спортом?	Кто умеет кататься на велосипеде?	Кто любит ходить на дискотеки?	Кто любит много говорить по телефону?
Кто любит шумные, веселые компании?	Кто любит одиночество?	Кто любит отдыхать на природе?	Кто любит зависать в Интернете?
Кто любит ухаживать за домашними животными?	У кого дома есть собака?	Кто умеет плавать?	У кого большая семья?
Кто считает, что худой мир лучше доброй ссоры?	Мое правило: «Сам погибай, а друга выручай»	Кто согласен, что применять силу для решения проблемы глупо?	У скольких людей в нашей группе имена начинаются на гласную букву?

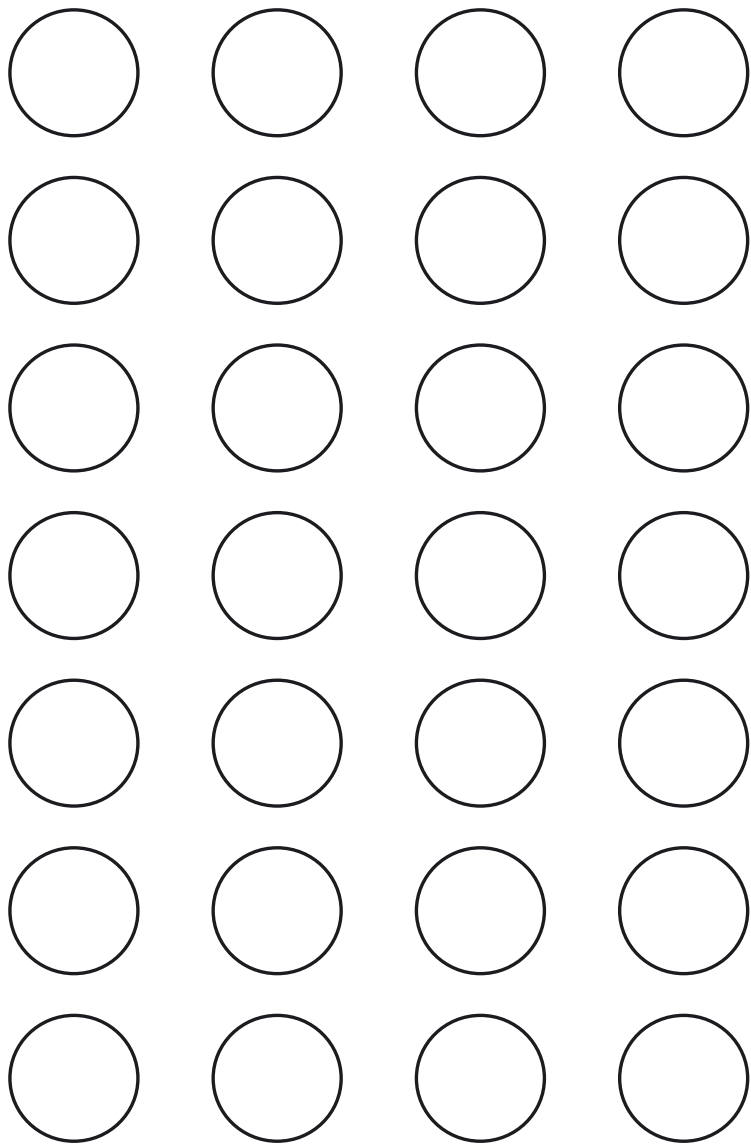
Приложение 5

Высказывания известных людей о счастье

«Счастье означает: быть свободным от тщеславия, быть любимым, заниматься творчеством и жить на природе».
<i>А. Камю, французский писатель и философ XX века</i>
«Когда я думаю о всех тех книгах, которые мне осталось прочесть, я считаю себя счастливым».
<i>Жюль Ренар</i>
«...У любви тысячи аспектов, и в каждом из них – свой свет, своя печаль, свое счастье и свое благоухание».
<i>К. Паустовский</i>
«Природа, создав людей такими, каковы они есть, даровала им великое утешение от многих зол, наделив их семьей и родиной».
<i>У. Фоскало, итальянский писатель и филолог</i>
«Рецепт счастья: возьмите чашу терпения, влейте в нее полное сердце любви, добавьте две горсти щедрости, посыпьте добротой, плесните немного юмора и добавьте как можно больше веры. Все это хорошенько перемешайте. Намажьте на кусок отпущенной вам жизни и предлагайте каждому, кого встретите на своем пути».
<i>Ирина Беляева. Очень редкий рецепт счастья / Первое сентября. 1999. 2 ноября. С. 8</i>
«Не надо никаких гениев, которые хотят сделать весь мир счастливым насильно. Надо лишь помогать тем, кто рядом. Тогда лучше станет всем!»
<i>С. Лукьяненко. Танцы на снегу</i>
«Если вы хотите, чтобы жизнь улыбалась вам, подарите ей сначала свое хорошее настроение».
<i>Спиноза</i>
«Счастье людей заключается в том, чтобы любить то, что они должны делать».
<i>К. Гельвецкий</i>
«Научившись радоваться, мы лучше всего разучимся делать больно другим».
<i>Н. Энкельмани</i>

Приложение 6





Анкета оценки мероприятия участниками

Уважаемые участники! Детский фонд «Виктория» стремится к максимальной эффективности в своей работе. Мы будем очень признательны, если Вы подробно ответите на вопросы этой анкеты. Мы обязательно учтем Ваши пожелания и рекомендации в будущем.

I. Содержание мероприятия

1. Соответствует ли программа мероприятия Вашим ожиданиям?

- А. Превышает ожидания
- Б. Полностью соответствует
- В. Соответствует частично
- Г. Не соответствует
- Д. Абсолютно не соответствует
- Е. Затрудняюсь ответить

2. Если программа мероприятия (А) превышает ожидания, (В) соответствует частично, (Г) не соответствует или (Д) абсолютно не соответствует Вашим ожиданиям, то в чем? _____

3. Пожалуйста, оцените обучающие мероприятия для родителей по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует) и прокомментируйте: _____

4. Пожалуйста, оцените обучающие и развивающие совместные мероприятия для детей и родителей по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует) и прокомментируйте: _____

5. Пожалуйста, оцените индивидуальные консультации ведущих специалистов специалистов Межрегиональной Выездной Летней Школы по вопросам развития родительских компетенций по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует): _____

6. Пожалуйста, оцените вечерние мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует): _____

7. Работа кого из специалистов Межрегиональной выездной школы Вам понравилась больше всего? Пожалуйста, поясните ответ: _____

II. Организация мероприятия

8. Пожалуйста, оцените предварительную работу организаторов мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует), используя следующие критерии:

Заблаговременность предварительной информации	
Оперативность предварительной информации	
Качество предварительной информации	

Комментарии _____

9. Пожалуйста, оцените качество организации мероприятия по пятибалльной шкале (5 – превышает ожидания, 4 – полностью соответствует, 3 – соответствует частично, 2 – не соответствует, 1 – абсолютно не соответствует, 0 – критерий отсутствует), используя следующие критерии:

Организационная информация	
Помещение	
Проживание	
Питание	
Транспорт	
Обучающая программа	

Комментарии

10. Что еще Вы хотели бы добавить?

Большое спасибо!

ФИО участника

Регион

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Сборник научно-методических материалов
Серия «Семья для ребенка»

Межрегиональная Летняя Выездная Школа для принимающих семей – 2010 г.

Программа проведения

Авторы-составители:

Гарифулина Э.Ш. – кандидат социологических наук, руководитель программы
«Семейные формы устройства детей-сирот»

Герасимова А.С. – кандидат психологических наук, менеджер

Компьютерная верстка: В.В. Самойлова

Подписано в печать 23.12.2010. Бум. офсетная. Формат 60х90 ¹/₁₆.
Гарнитура Garamond. Печать офсетная. Усл. печ. л. 10. Тираж 1000 экз.
Заказ № 360

Отпечатано ООО «Издательство «Проспект»
119606, г. Москва, пр-т Вернадского, 84