

Министерство социальной политики Нижегородской области
Государственное учреждение
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда»
Советского района города нижнего Новгорода

Комплексная программа
психологической реабилитации несовершеннолетних

«У страха глаза велики»

Возраст воспитанников 5 – 10 лет

Срок реализации программы 6 месяцев

Утверждаю

Директор
ГКУ СРЦН «Надежда»



Н.Ф.Гончарова

«20» октября 2013 г.

Разработчик:

Васильева Галина Валерьевна,
педагог-психолог.

Нижний Новгород

2013

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка _____
2. Концептуальные основы, цели и задачи программы _____
3. Методы и техники, формы работы, используемые в программе _____
4. Механизмы реализации программы
 - тематический план для занятий с детьми 5-7 лет _____
 - тематический план для занятий с детьми 7-10 лет _____
 - тематический план для занятий с родителями _____
 - тематический план для занятий с воспитателями _____
 - тематический план блока « сказка обо мне» _____
5. Содержание и структура программы
 - 1 блок Диагностический _____
 - 2 блок Шаги к успеху _____
 - 3 блок Путешествие по сказкам _____
 - 4 блок Сам себе волшебник _____
 - 5 блок Сказка обо мне _____
 - 6 блок Работа с родителями _____
 - 7 блок Методический _____
 - 8 блок Игровой _____
 - Индивидуальное консультирование родителей _____
6. Ожидаемый результат
 - Ожидаемые результаты по индивидуальной работе _____
 - Ожидаемые результаты по групповой работе _____
- Приложение 1 _____
- Приложение 2 _____
- Приложение 3 _____
- Приложение 4 _____
- Приложение 5 _____
- Приложение 6 _____
- Приложение 7 _____
- Приложение 8 _____
- Приложение 9 _____
- Приложение 10 _____
- Приложение 11 _____
7. Список литературы _____

1.Пояснительная записка.

Поступающие в ГКУ СРЦН « Надежда» дети из неблагополучных семей, чьи родители ведут аморальный образ жизни, ненадлежащим образом исполняют свои родительские обязанности. Неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью вызывают детскую тревожность. Отвержение, неприятие матерью ребенка вызывает у него тревогу из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите. Материнская любовь в этих семьях не является безусловной, что вызывает дискомфорт и повышенную тревожность у ребенка. Неудовлетворенность ребенка в любви будет побуждать его добиваться ее удовлетворении любыми способами. У детей из таких семей дефицит эмоционального тепла, они раздражительны, эмоционально неустойчивы, у них повышенная тревожность и негативизм. Повышенная тревожность может дезорганизовать любую деятельность (особенно значимую), что, в свою очередь, приводит к низкой самооценке, неуверенности в себе («Я же ничего не могу!»). Таким образом, это эмоциональное состояние может выступать в качестве одного из механизмов развития невроза, так как способствует углублению личностных противоречий (например, между высоким уровнем притязаний и низкой самооценкой). Все вышеперечисленное относится к тревожности как стабильному свойству личности человека. Кроме личностной, существует и ситуативная тревожность, вызванная стрессовой ситуацией (например, болезнь, потеря близкого человека, помещение ребенка в центр и т.д.).

Дети с тревожным расстройством изоляции испытывают страх, что кто-то, кто к ним близок, заболеет или, что с ними случится что-то страшное, страх потерять родителей.

Одной из актуальных проблем является повышение уровня тревожности у дошкольников и младших школьников, высокая тревожность оказывает отрицательное, дезорганизующее влияние на результаты любой деятельности воспитанников. Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них. Дети с нормальным уровнем тревожности адекватно реагируют на успех и неудачу в своей деятельности. Ребенок, не испытывающий тревоги и беспокойства, будет значительно меньше зависеть от других людей, от их расположения и заботы, что будет способствовать его психологическому здоровью.

Нами было обследовано 23 ребенка. Результаты психологического обследования показали, что у данных детей уровень тревожности - высокий и средний (тест Р. Тэммел, В. Амен, М. Дорки и детский тест Прихожан по школьной тревожности). Кроме того, явные признаки тревожности присутствовали и в рисунках этих детей. (« Моя семья»).

Исходя из исследования страхов (методика Панфиловой « Страхи в домиках») , которым подвержены дети, выяснилось, что воспитанники больше всего подвержены страху темноты и одиночеству, менее подвержены страху сказочных персонажей, меньше всего дети подвержены всем остальным страхам.

Проведенное исследование позволило сделать предположение о наличии высокого уровня тревожности у многих детей нашего центра. Кроме того, среди наших воспитанников выделилась группа детей с признаками скрытой тревожности, это дети, которые по наблюдениям воспитателей были отнесены к категории детей с низкой и нулевой тревожностью. По отзывам педагогов, это дети уравновешенные, тихие, исполнительные, дисциплинированные. Эти дети испытывают состояние тревожности, но она скрыта от воспитателей и не отмечается в их наблюдениях. Этот факт можно объяснить что дети в этом возрасте скрывают некоторые свои внутренние состояния и не демонстрируют свои переживания в общении с окружающими.

Вследствие того, что воспитатели не относят этих детей к категории нуждающихся в особом внимании, дети чаще всего остаются один на один со своими внутренними переживаниями и представляют определенную группу риска. Если вовремя не оказать таким детям психологическую помощь, у них может сформироваться личностная тревожность как устойчивая индивидуально-психологическая характеристика.

В связи с этим мной была разработана программа « У страха глаза велики». Новизна этой программы заключается в том, что в ней использован метод сказкотерапии.

Адресат

Разработанная программа позволяет оказать психологическую помощь дошкольникам и младшим школьникам 5-10 летнего возраста с высоким и средним уровнем тревожности и предполагает как индивидуальную работу, направленную на выявление причин тревожности, так и групповую.

2. Концептуальные основы.

Данная программа направлена на снижение тревожности у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. В основу программы была положена директивная игровая терапия из пособия Костина Л.: «Игровая терапия с тревожными детьми»; психологические игры, упражнения, Фопель К., материалы психокоррекционной работы с детьми Лютова Е.К. Мониной Г.Б. «Шпаргалка для родителей», « Как я справлюсь со своей тревогой».

В своей работе мы придерживаемся идеи не критичного гуманного отношения к внутреннему миру каждого человека, уважения уникальности и своеобразия каждой

личности (К. Роджерс, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк) и следуем принципу личностно-ориентированного подхода (Г. А. Цукерман, Ш.А. Амонашвили).

Клиническая картина тревожных расстройств хорошо изучена и, как считают Г.И. Каплан и Б.Дж. Сэдок, предпочтительным методом "лечения" во многих случаях является психологическая помощь семье и ребенку в преодолении причин, провоцирующих развитие тревожности.

Материал для занятий отбирался с учетом возрастных особенностей и зон ближайшего развития детей (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин). Сочетание рефлексивно-деятельностного (А.Н. Леонтьев), когнитивно-поведенческого (А. Бек, А. Бандура) и сказкотерапевтического (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева) подходов способствует более глубокому осознанию переживаемого опыта и обсуждаемого материала и закреплению поведенческих и коммуникативных навыков.

Программа базируется:

На принципах и теории Монтессори - создание условий, способствующих естественному гармоничному развитию личности ребенка.

1. Принцип целенаправленной деятельности.
2. Принцип сензитивности (способность обучаться через окружающую среду).
3. Принцип индивидуальности (уважать право ребенка быть не похожими на других)
4. Подход к ребенку как к единому целому (помочь полностью раскрыть свой потенциал во всех жизненных сферах).

Тревожные дети отличаются особой чувствительностью к своим неудачам, мнительностью и впечатлительностью. Нередко они характеризуются низкой самооценкой. У них заметна разница в поведении на занятиях и вне занятий. На занятиях они зажаты, отвечают на вопросы тихим, глухим голосом, при этом могут начать заикаться. У таких детей снижается социальная активность, эмоциональная устойчивость, работоспособность, изменяется уровень притязаний. Как правило, возникает двигательное возбуждение: ребенок тербит одежду, манипулирует чем-нибудь. Тревожные дети имеют склонность к вредным привычкам невротического характера (грызут ногти, сосут пальцы и т.п.).

Поэтому цель данной программы – снижение уровня тревожности детей путем снятия эмоционального и телесного напряжения.

Для реализации поставленной цели, мы ставим **следующие задачи:**

- Повышать самооценку ребенка.
- Воспитывать уверенность в себе
- Помочь в преодолении негативных переживаний

- Помочь ребенку научиться принимать решения - самостоятельно и в группе.
- Помочь ребенку справляться со своими страхами и стрессом.
- Почувствовать свою общность с другими.
- Снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Среди причин, вызывающих детскую тревожность на первом месте – неправильное воспитание и неблагоприятные отношения с родителями, (особенно с мамой), поэтому первостепенной задачей является просвещение и консультирование взрослых, оказывающих влияние на воспитание и развитие ребенка.

Параллельно с решением основных задач решаются задачи комплексного развития детей:

- Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- Развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- Развитие общей и мелкой моторики, координации движений;
- Развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Критерии эффективности программы:

- адекватная самооценка; (тест « Лесенка»)
- снижение тревожности; (тест Тэммел, Амен, Дорки и детский тест Прихожан)
- снижение количества страхов; (методика Панфиловой « Страхи в домиках»)
- улучшение взаимоотношений родитель- ребёнок (методика « Моя семья»)

3. Методы и техники, используемые в программе:

1. Релаксация.

Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

2. Концентрация.

Сосредоточение на своих зрительных , звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

3. Функциональная музыка.

Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

4. Игротерапия.

Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

5. Телесная

терапия.

Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

6. Сказкотерапия

Способствует пережить свои страхи и переживания вместе со сказочными героями, найти выход из разных сложных ситуаций, порадоваться со сказочными персонажами.

7. Элементы-Арт-терапия.

Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики, снижение тревожности. В программе используются следующие **формы работы:**

- Консультирование родителей;
- Групповые занятия для дошкольников;
- Групповые занятия для младших школьников
- Индивидуальные занятия для детей имеющих высокий и средний уровень

тревожности;

- Круглый стол для воспитателей
- Занятия с родителями

Участниками программы являются:

- Воспитанники СРЦН;
- Родители воспитанников СРЦН;
- Воспитатели СРЦН
- Семьи, стоящие в СРЦН на патронаже;
- Сотрудники СРЦН;
- Волонтеры

Апробация

Программа разработана и апробирована на базе государственного учреждения «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда» Советского района г. Нижнего Новгорода на протяжении 2 лет.

4.Механизмы реализации программы

Программа рассчитана на детей дошкольного (5-7 лет) и младшего школьного возраста (7-10 лет).

Программа « У страха глаза велики» включает 18 групповых занятий для дошкольников и 18 групповых занятий для школьников с использованием методов игровой терапии, сказкотерапии и арттерапии и 11 индивидуальных занятий для детей с высоким и средним уровнем тревожности. На занятии используются музыкальные сказки, записанные на диски для поднятия эмоционального настроения и лучшего

запоминания и осмысления сказки детьми. Упражнения и игры внутри каждого занятия объединены по темам.

Занятия проводятся один раз в неделю и составляет по 18 занятий для каждой возрастной категории детей.

Для детей дошкольного возраста в группе должно быть не более 5-6 человек и продолжительность занятия рассчитана на 30 минут.

Для детей младшего школьного возраста в группе должно быть не более 7-8 человек и продолжительность занятия рассчитана на 45 минут.

Занятия детьми проводятся параллельно с занятиями для родителей и воспитателей.

Тематическое планирование работы с родителями рассчитана на 9 часов. В первые три месяца по 2 занятия в месяц, в следующие 3 месяца по 1 занятию в месяц.

Тематическое планирование работы с воспитателями рассчитана на 7 часов. В первый месяц по 2 занятия в месяц, в следующие 5 месяцев по 1 занятию.

После завершения курса программы, при необходимости можно повторять курс заново.

Тематическое планирование (дошкольники).

№ п/п	Тема занятий	Всего занятий	Количество занятий	
			Теоретические	Практические
1.	Знакомство	1	0	1
2.	В гостях у сказки (Репка, Под грибом)	2	0	2
3.	Мы вместе	2	0	2
4.	Радость	1	0	1
5.	Какой я!	1	0	1
6.	Вот какие наши страхи	5	0	5
7.	Я больше не боюсь	1	0	1
8.	«Как прекрасен этот мир!»	4	0	4
9.	Наши мечты	1	0	1
	Всего:	18	0	18

Тематическое планирование (школьники).

№ п/п	Тема занятий	Всего занятий	Количество занятий	
			Теоретические	Практические
1.	Знакомство	1	0	1
2.	Я в кругу друзей	2	0	2
3.	Моя обида	2	0	2
4.	Наши страхи	6	0	6
5.	Я владею собой	3	0	3
6.	Я владею своим телом	3	0	3
7.	Я счастливый	1	0	1
	Всего:	18		18

Тематическое планирование (родители)

№ п/п	Тема занятий	Всего Занятий	Количество занятий	
			Теоретичес кие	Практиче ские
1.	Выявление уровня психо – эмоционального состояния ребенка. (Анкетирование: «уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко)			1
2.	Что такое тревожность? Причины тревожности. Как помочь такому ребенку. (презентация)		1	
3.	Как играть с тревожным ребенком		1	
4.	Давайте поиграем !			1
5.	Чего боятся дети, причины возникновения страхов и правила борьбы с ними.		1	
6.	Важные вещи, которым родители могут научить своего ребенка		1	
7.	Что делать, если самооценка у ребенка занижена?		1	
8.	Непослушный ребенок и что делать.		1	
9.	Терапия любовью		1	
	Всего:	9	7	2

Тематическое планирование (воспитатели).

№ п/п	Тема занятий	Всего Занятий	Количество занятий	
			Теоретичес кие	Практиче ские
1.	Выявление уровня психо – эмоционального состояния ребенка (Анкетирование: «уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко)			1
2.	Что делать, если самооценка у ребенка занижена?		1	
3.	Что такое тревожность? Причины тревожности (презентация)		1	
4.	Как играть с тревожным ребенком.			1
5.	Чего боятся дети, причины возникновения страхов и правила борьбы с ними.		1	
6.	Роль сказки в развитии и воспитании ребенка.		1	
7.	Снятие тревожности и профилактика эмоционального состояния, игра «Как я справляюсь со своей тревогой», Г.Б.Монина, Е.К. Лютова			1
	Всего:	7	4	3

Тематическое планирование (блока « сказка обо мне»).

№ п/п	Тема занятий	Всего занятий	Количество занятий	
			Теоретические	Практические
1.	Я волшебник	1		1
2.	Росточек	1		1
3.	Разыгрывание сказок	1		1
4.	Два зеркала	1		1
5.	Мой страх	1		1
6.	Спрятанные проблемы	1		1
7.	Сказка обо мне	1		1
8.	Мой мир	1		1
9.	Избавление от тревог	1		1
10.	Фотоальбом	1		1
11.	Мои мечты	1		1

5. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

Алгоритм работы с ребенком:

1. Поступление ребенка в центр, диагностика, работа в группе по повышению самооценки.
2. Совет специалистов по ребенку. Составление индивидуальной программы психологической реабилитации воспитанника центра и семьи (см. приложение 1)
3. Организация реабилитационной работы с ребенком и родителями, методической работы с воспитателями.
4. Игры с детьми на телесный контакт.
5. Итоговая диагностика, оценка результативности проделанной работы.
6. Вывод ребенка из учреждения и постановка семьи на патронаж.

Программа «У страха глаза велики» состоит из 8 основных блоков:

1. Диагностический.
2. Шаги к успеху (оптимизация самооценки и развитие самопринятия)
3. Путешествие по сказкам (групповые занятия для дошкольников)
4. Сам себе волшебник (групповые занятия для младших школьников)
5. Сказка обо мне (индивидуальные занятия для детей с высоким и средним уровнем тревожности)
6. Работа с родителями.
7. Методический (работа с педагогическим коллективом)

8. Игровой

Каждый блок включает в себя описание форм и методов работы, тематическое планирование и критерии результативности. Так как в СРЦН дети поступают и выбывают в любое время в течение года, блоки программы идут параллельно, или могут перекрывать друг друга по времени. Последовательность, длительность и интенсивность работы определяется индивидуально программой психологической реабилитации ребенка.

1. Блок Диагностический.

Цель: изучение уровня тревожности и причины возникновения тревожности у детей.

Нами было обследовано 23 воспитанника центра, 11 детей дошкольного возраста, 12 - младшие школьники, также было проведено анкетирование родителей и воспитателей. Все обследования проводятся дважды - в начале и в конце работы по программе.

Для диагностики нами были выбраны следующие методики:

Определение уровня тревожности.

- для дошкольников «Моя семья», Методика диагностики тревожности, включающая, -наблюдение(методика Р.Сирса, «Тест тревожности» Р.Тэмпл, М. Дорки, В.Амен.)
- для школьников «Моя семья», Методика диагностики тревожности, включающая, -наблюдение(методика Р.Сирса, диагностика школьной тревожности Прихожан А. М, методика Филиппа.

Выявление страхов у детей. (теста «Страхи в домиках». (методика М.А. Панфиловой.)

Анкетирование родителей. (Приложение 2.)

Обработка и интерпретация результатов анкетирования.

Для проведения количественной оценки, каждой категории ответов присваивается количество баллов соответственно: А – 2; Б- 1; В – 0.

Полученная сумма определяет общий балл тревожности.

Высокий уровень тревожности – 24-32 балла;

Средний уровень тревожности – 12 - 23 балла;

Низкий уровень тревожности - 1-11 баллов.

Анкетирование воспитателей.(Приложение 3 .)

Обработка и интерпретация результатов анкетирования.

Для проведения количественной оценки, каждой категории ответов присваивается количество баллов соответственно: А – 2; Б- 1; В – 0.

Полученная сумма определяет общий балл тревожности.

Высокий уровень тревожности – 24-32 балла;

Средний уровень тревожности – 12 - 23 балла;

Низкий уровень тревожности - 1-11 баллов.

Методическое обеспечение :

Методики: («Моя семья» Г.Т. Хоментаскас, методика Филлипа, методика

диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Р.Сирса)

Тесты : («Тест тревожности» Р.Тэмпл, М. Дорки, В.Амен., тест школьной тревожности Прихожан А. М, Тест « Страхи в домиках»)

Анкеты : для родителей и воспитателей.

Методы и формы:

- Тест
- Обследование
- Беседа
- Анкетирование
- Наблюдение

По методике « Моя семья» рисунки анализировались по системе оценки пяти симптомокомплексов:

1. благоприятная семейная ситуация
2. тревожность
3. конфликтность
4. чувство неполноценности в семейной ситуации
5. враждебность в семейной ситуации

Анализ рисунков показал следующие результаты.

1. Симптомокомплекс – благоприятная семейная ситуация (табл. 1 в приложении 4)

Благоприятная семейная ситуация имеет низкие показатели, только 20% детей рисуют себя вместе с родителями, 60% детей в своих рисунках не нарисовали себя, 20% детей вместо своей семьи нарисовали животных. Изображение первыми различных предметов, а не людей, говорит об эмоциональной озабоченности семейной ситуацией, уходе, защите от неприятного задания.

2. Симптомокомплекс – тревожность (табл.2 в приложении 4)

Все рисунки отличаются наличием линий с сильным нажимом, сильной штриховкой и следами стирания.

3. Симптомокомплекс – конфликтность в семье (табл.3 в приложении 4)

О конфликтности в семье в большей степени свидетельствует отсутствие некоторых членов семьи, изоляция отдельных фигур, а также выделение некоторых членов семьи при увеличении расстояния между ними и ребенком.

4. Симптомокомплекс – чувство неполноценности в семейной ситуации (табл.4 в приложении 4)

Рисунки говорят о чувстве неуверенности, потребности в защите и заботе, об ощущении потери своего « Я». Эти дети изображают себя и других членов в виде животных.

5. Симптомокомплекс – враждебность в семейной ситуации.
(табл. 5 в приложении 4)

30% детей рисуют себя в отдалении от первого изображенного члена семьи.

По результатам теста «Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности». (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.).

высокий ИТ имеет - 5 детей дошкольного возраста(45%);

средний ИТ – 6 детей дошкольного возраста(55%);

низкий ИТ у детей группы отсутствует. (табл.9 в приложении 4)

Протоколы подвергаются количественному и качественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (И.Т.),который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14).

Наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-ребенок» (всего 10 отрицательных выборов). (диаграмма 1 в приложении 4)

Особенно высок он в показателях «объект агрессии» (3 вопрос) и «агрессивное нападение» (10 вопрос). Дети болезненно реагируют на агрессию сверстников (10 человек), и в то же время выбирают агрессивную модель поведения сами (8 человек).

Кроме того, большинство детей (6 человек) наделяют отрицательным смыслом ситуацию изоляции (12 вопрос). Ребят тревожит ситуация не включенности в игровой процесс, отсутствие взаимодействия со сверстниками.

Игра со старшими (5 вопрос) и игра с младшими (1 вопрос) детьми так же зачастую несет отрицательную эмоциональную нагрузку в выборе детей (5 и 4 человека),

что свидетельствует как об отрицательном опыте взаимоотношений, так и о тревожности в ситуации взаимодействия.

Выше уровень тревожности в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-взрослый» (всего 8 отрицательных выборов).

Особенно много отрицательных выборов детей отмечено по ситуации «выговор» (8 человек). Все дети интерпретируют ситуацию правильно, говорят «мама ругает».

Так же довольно много отрицательных выборов по ситуациям «ребенок и мать с младенцем» (6 человек), «игнорирование» (5 человек), что может говорить о ревности, травмирующем опыте общения ребенка со взрослым в условиях жизни в группе детей.

Самый низкий уровень тревожности выявлен по ситуациям, моделирующим повседневные действия (всего 4 отрицательных выбора).

Больше всего негатива (6 человек) вызывает у детей ситуация уборки игрушек. Однако в целом повседневные действия детей характеризует положительная эмоциональная окраска.

По результатам теста школьной тревожности Прихожан

высокий ИТ имеет - 5 младших школьников(42%);

средний ИТ – 7 младших школьников (58%);

низкий ИТ у детей группы отсутствует.(табл.9 в приложении 4)

По результатам методики Филипса (табл.6 в приложении 4)

Высокий процент по шкале « Общая тревожность в школе» имеют 5 человек, т.е 42% испытуемых, несколько повышена у 58% испытуемых (7 человек) .

Также высокие показатели получились по шкалам переживание социального стресса, страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих и низкая физиологическая сопротивляемость стрессу.

Все результаты приведены в диаграмме 2. (приложение 4)

Из 23 детей 10 детей имеют высокий уровень тревожности (44%), 13 детей имеют средний уровень тревожности (56%).

По результатам теста «Страхи в домиках». (методика М.А. Панфиловой.) (диаграмма 3 в приложении 4)

Исходя из исследования страхов, которым подвержены дети, выяснилось, что дети больше всего подвержены страху темноты и одиночеству, менее подвержены страху крови, меньше всего дети подвержены всем остальным страхам.

По результатам Опросника (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.,1992)

Высокий уровень тревожности имеют – 44% детей

Средний уровень тревожности имеют – 56% детей.

Исследование проводилось в течении месяца, данные заносились в протоколы. Данные всех протоколов сравнивались и заносились в общую таблицу 7.(приложение 4)

Также в течении месяца проводилось наблюдение за детьми в группах и на прогулке, результаты наблюдения записывались в протокол (методика Р.Сирса (табл.8 в приложении 4)

Все результаты совпали. Таким образом, на основе полученных результатов можно сделать следующие выводы.

Жизнь детей в неблагополучной семье тяжело сказывается на психическом развитии ребенка.

Высокий уровень тревожности имеют – 44% детей, средний уровень тревожности имеют – 56% детей, низкий уровень тревожности не выявлен ни одного ребенка, кроме того выявлены основные источники тревожности у детей. Тревожность таких детей связана с нарушением семейных взаимоотношений. Неуверенность детей, которых отличает тревожность, приводит к резкому снижению эмоционального фона, к тенденции избегания общения. Ситуация неблагополучия в семье, напряженные отношения с родителями, депривация материнской любви, изоляция в семье служит основой возникновения личностной тревожности у детей.

Кроме того выявлены следующие страхи: дети больше всего подвержены страху темноты и одиночеству.

После проведенной работы с детьми по данной программе, проводилось повторное психологическое обследование, а также анкетирование воспитателей и родителей. У всех детей произошли позитивные изменения в развитии эмоциональной сферы общения.

Полученные результаты позволили сделать следующие выводы:

- У всех детей снизилось количество страхов.(диаграмма 4 в приложении 4)
- У 10 воспитанников (44%) снизился уровень тревожности (стал средним),
- У 13 воспитанников (56 %) снизился уровень тревожности (стал низким) (табл.9 в приложении 4)
- В рисунках детей преобладают позитивные цвета и тематика; нет или присутствует незначительное количество признаков тревожности или страхов.
- Судя по высказываниям воспитателей и родителей, дети стали более уверенными в себе. Они свободнее выражают свои эмоциональные состояния, делятся своими личными проблемами, переживаниями потребностями. Значительно улучшились их коммуникативные навыки.

Результаты итоговой диагностики позволяют сделать вывод, что ожидаемые результаты программы были достигнуты.

2. Блок Шаги к успеху

Цель: Повысить психический тонус ребёнка , уверенность в себе и усилить “ Я” ребёнка.

Этот блок проводится одновременно с диагностикой, работой с родителями и воспитателями в течении первого месяца работы по программе.

Работа с детьми в этом блоке направлена на создание доброй и безопасной обстановки и на установление доверительных отношений к взрослым .

В раздевалке во всех группах на шкафчике каждого ребенка закрепили « Цветик-семицветик» (или « Цветок достижений»)

В центре цветка мы поместили фотографию ребенка, а на лепестках его достижения.(например: поливала цветы, помогала няне накрыть на стол, помогла Оле одеться, нарисовала цветок, помогла малышам одеваться и т.д.) Мы как можно чаще называли детей по имени и хвалили их в присутствии других детей и взрослых.

Нами было подобрано несколько игр и упражнений . Игры с детьми проводятся в группе психологом вместе с воспитателем. В этих играх могут принимать участие как дети дошкольного возраста так и младшие школьники.

Игра – помогает ребенку в установлении доверительных отношений и помогает снять ситуативную тревожность. Тревожные дети обычно не сразу понимают суть игры и не слишком охотно переключаются на новую для них деятельность. Сначала они держатся напряжённо, без интереса наблюдают за действиями сверстников. Ни в коем случае не надо заставлять такого ребёнка брать на себя активную роль, пока он не будет готов к этому. Наблюдая за игрой и принимая в ней сначала пассивное участие, он постепенно заражается от взрослого и сверстников интересом к игре и через некоторое время начинает сам проявлять инициативу. Конечно, это становится возможным при поддержке и одобрении (но ни в коем случае не принуждении!) психолога .Для этих детей будут привлекательны игры с простыми действиями, в которых результат зависит от сосредоточенности и ловкости. Описание игр приводится **в приложении 5**. У ребенка в игре формируется комплекс самовыражения, самоконтроля и самореализации. Этот этап рассчитан на месяц.

Завершается этот этап работы тем, что тревожные дети с удовольствием включаются в игру , начинают проявлять инициативу и легко контактируют со сверстниками. «Меня похвалил психолог,(воспитатель) значит, у меня действительно хорошо получилось»; «Я хочу поиграть в другие игры, вдруг я выиграю»; «Я выиграл, значит, я многое могу! У меня всё получилось!». « Ура!!!» « У меня правда все получилось».

Методическое обеспечение :

- Цветок достижений
- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Беседа

3 Блок Путешествие по сказкам(дошкольники)

Цель - коррекция эмоционально - волевой сферы дошкольников с помощью развития произвольного внимания и обучению искусству расслабления через сказкотерапию.

Основные задачи занятий:

- Формирование групповой сплоченности;
- Создание ситуации успеха;
- Формирование положительной мотивации общения; развитие мотивации на принятие и поддержку другого.
- Формирование позитивного самоотношения;
- Снижение тревожности;
- Актуализация чувств: радости, страха, гнева, регулирование эмоционального состояния.
- Развитие коммуникативных качеств
- Обучение адекватным формам поведения в проблемных ситуациях: социально-бытовых и микросоциальных
- Накопление положительного эмоционального опыта.

Блок включает в себя 18 занятий продолжительностью до 30 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю в форме групповых занятий в подходящем помещении, где дети могли бы разместиться по кругу, сидя на стульчиках или ковре. В группе должно быть 5 – 6 детей. На каждом занятии дети слушают сказку, сказки подобраны от простых, доступных детям к более сложным. Первые два занятия дети слушают знакомые им сказки «Репка» и «Под грибом» и учатся их проигрывать, на следующих терапевтические сказки. (приложение 6)

Общая схема игровых занятий включает в себя:

Создание групповой атмосферы (ритуал приветствия)

Формирование позитивной самооценки и развитие уверенности в себе (работа «внутри круга» со зрителями)

Развитие коммуникативных способностей (разминка)

Слушание сказки

Игры и упражнения на снятие мышечных зажимов

Рефлексия занятия (рисование под музыку)

Ритуал прощания

Условия проведения занятий:

- Принятие ребенка таким какой он есть.
- Нельзя не торопить, не замедлять игровой процесс.
- Учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации.

- Начало и конец занятия должны быть ритуальными.
- Игра не комментируется взрослым.
- В любой игре ребенку предлагается возможность импровизации.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Он создает ощущение целостности , завершенности, придает гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

Методическое обеспечение :

- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр
- Маски сказочных персонажей

Методы и формы :

- Игра
- Сказкотерапия
- Элементы арт- терапии
- Релаксационные упражнения
- Телесная терапия

4 Блок Сам себе волшебник(младшие школьники)

Цель:

Психологическая поддержка детей, имеющих страхи , обучение их искусству расслабления через сказкотерапию.

Задачи занятий:

- Формирование групповой сплоченности;

- Создание ситуации успеха;
- Формирование положительной мотивации общения; развитие мотивации на принятие и поддержку другого.
- Формирование позитивного самоотношения;
- Снижение тревожности;
- Актуализация чувств: радости, страха, гнева, регулирование эмоционального состояния.
- Развитие коммуникативных качеств
- Обучение адекватным формам поведения в проблемных ситуациях: социально-бытовых и микросоциальных
- Накопление положительного эмоционального опыта

Этот блок рассчитан на детей младшего школьного возраста от 7 до 10 лет.

Занятия проводятся в группах 1 раз в неделю по 7-10 человек, Продолжительность занятия 45 минут.

В этом блоке проводятся сказкотерапевтические коррекционные занятия, в которые включены игры и упражнения на взаимодействие, сплочение группы и на релаксацию. На занятиях дети слушают сказки и рисуют. (приложение 7)

Сказки помогают пережить детям знакомые ситуации и учат как себя вести в них. С первого занятия мы включили сказку с использованием телесной терапии. Сказки мы подобрали по мере усложнения, начиная с простой и доступной для детей на общение, раскрепощение и повышении самооценки и заканчивая более сложными, в которых рассказывается о конкретных страхах.(темноты, одиночества, разлуки). Завершается этот этап сказкой « Скала желаний», в которой дети могут помечтать и загадать каждый свое желание, которое обязательно сбудется.

Общая схема игровых занятий включает в себя:

Создание групповой атмосферы (ритуал приветствия)

Формирование позитивной самооценки и развитие уверенности в себе (работа «внутри круга» со зрителями)

Развитие коммуникативных способностей (разминка)

Слушание сказки

Рефлексия занятия (рисование под музыку)

Ритуал прощания

Условия проведения занятий:

- Принятие ребенка таким какой он есть.
- Нельзя не торопить, не замедлять игровой процесс.

- Учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации.

- Начало и конец занятия должны быть ритуальными.
- Игра не комментируется взрослым.
- В любой игре ребенку предлагается возможность импровизации.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Он создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

Данный блок основан на представлении о том, что каждый ребенок стремится как можно лучше узнать себя, свои слабые стороны и как можно более полно реализовать себя, добиться успеха(стать сильным).

На первом занятии детям даются рекомендации:

1. Если какая-то сказка тебя «зацепила», поищи в ней то, что относится к тебе. Не всегда это легко найти. Если у тебя есть человек, которому ты доверяешь, поговори с ним.
2. Подумай, как могут разворачиваться события в сказке. Не всегда так, как это представляется мне. Может быть, твой путь тебе больше подходит.
3. Ищи своего мудреца. Но не считай мудрецом любого, кто так себя называет.
4. «Странствия» твоего героя не обязательно предполагают, что нужно исчезать из дому. Приключения духа, странствия души часто могут помочь больше, чем бегство из дому, ведь оно бывает попыткой бегства от себя самого.
5. Если твоей сказки здесь не оказалось, попробуй написать ее сам.

Методическое обеспечение :

- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Сказкотерапия
- Элементы арт- терапии
- Релаксационные упражнения
- Телесная терапия

5. Блок Сказка обо мне.

Блок индивидуальной работы с детьми

Включает в себя игры, упражнения и этюды основная **цель** которых – снижение уровня тревожности, выработка у ребенка уверенности в своих силах и повышение навыков самоконтроля.

Блок включает в себя 11 занятий, которые проводятся с детьми в индивидуальной форме 1 раз в неделю.(Приложение 8)

Это блок предназначен для детей, имеющих высокий и средний уровни тревожности и большое количество страхов.

В этом блоке проводится более глубокое изучение каждого ребенка, на каждом занятии проводится работа, направленная на повышении самооценки и уверенности в своих силах.

На последующих занятиях проводится работа со страхами и проблемами ребенка, психолог помогает ребенку придумать сказку о себе.

« Своя сказка» помогает ребенку определиться со своими чувствами и осознать последствия своих действий в той или иной ситуации.

На следующих занятиях психолог вместе с ребенком работают над этой сказкой, проигрывают ее на куклах, рисуют и т.д.

Заканчивается этот блок занятиями фотоальбом и мои мечты, ребенок уже может сосредотачиваться на своих ощущениях, потребностях и желаниях.

Как правило в ходе проведения этого блока наблюдается следующая динамика у детей.

На начальном этапе (1-4 занятия) преобладают чувства одиночества, неуверенности, диффузной тревоги. В рисунках и играх отображается внутренний мир ребенка: столкновения, крушения, нападения, болезни, которые обычно заканчиваются гибелью главных героев, т. е. Явно проявляется депрессивная симптоматика.

Нередко здесь проявляется страх самораскрытия: дети по разным уважительным причинам отказываются от занятий, не разрешают вести записи, интересуются, покажут ли его рисунки включающим различные теоретические концепции и достаточно разнообразный и эффективный родителям и т. п.

На промежуточном этапе (5—8 занятия) обнаруживаются подавляемые ранее чувства ребенка: гнев, страхи, обиды. Начинается работа по исследованию различных частей своего «я» (нередко противоречащих друг другу). Появляется доверие к психологу, ребенок с готовностью входит в различные формы тактильного контакта с ним, стремится на занятия, огорчается при пропусках. В рисунках и играх появляется тематика победы главных героев, т. е: победы добра над злом. Нередко ребенок подходит к обсуждению своей глубинной проблемы: страха одиночества, страдания от развода родителей, и т. п.

Заключительный этап (9—11 занятия). Появляются чувства радости, свободы, чувство собственного достоинства, гордость за собственные достижения, вера в свои силы. В рисунках и играх присутствуют позитивные образы (красивые цветы, сильные

животные, быстрые машины, смелые солдаты и т. п.). Несколько теряется интерес к занятиям. Ребенок соглашается и не возражает против их завершения.

Методическое обеспечение :

- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Сказкотерапия
- Элементы арт-терапии
- Релаксационные упражнения
- Статическая медитация

6. Блок Работа с родителями.

Цель : информирование родителей о имеющихся нарушениях в развитии детей, повышение уровня психологической культуры и понимания особенностей поведения тревожных детей.

Блок состоит из 9 занятий , в первые три месяца проводятся по 2 занятия в месяц, в последующие 3 месяца по 1 занятию в месяц.

После каждого занятия родители получают домашнее задание и пакет методических материалов. Для оптимальной работы группы в ее состав можно включать от 7 до 10 участников. На четвертое занятие приглашаются дети. В конце каждого занятия выдается памятка.

На первом занятии проводится анкетирование родителей по выявлению уровня психо – эмоционального состояния ребенка

(Анкетирование: «уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко), после анкетирования в малых группах составляется

портрет тревожного ребенка, проводится обсуждение и в конце занятия психолог показывает презентацию « Какой он – тревожный ребенок ?»

Домашнее задание : заполнить анкету другим членам семьи, принести анкеты других членов семей.

На втором занятии психолог показывает презентацию « Тревожный ребенок и как ему помочь?» Из этой презентации родители узнают:

- что такое тревожность
- причины тревожности.
- как помочь такому ребенку.

В конце занятия родителям раздается памятка «Профилактика тревожности».

На третьем занятии психолог рассказывает родителям как играть с тревожным ребенком и в какие игры.

Родителям раздаются напечатанные игры.

Домашнее задание : поиграть с детьми в эти игры.

На четвертом занятии родители вместе с детьми и психологом играют в понравившиеся им игры, в несколько новых игр предлагает сыграть психолог. В конце занятия родители и дети делятся своими чувствами о занятии(что понравилось, какое сейчас настроение, что было трудно)

Домашнее задание: поиграть с детьми в эти игры дома.

На пятом занятии психолог рассказывает о детских страхах, причинах возникновения и правилах борьбы с ними.

В конце занятия родителям выдается памятка « Правила борьбы с детскими страхами»

На шестом занятии психолог рассказывает об особенностях в поведении детей.

В конце занятия дискуссия, каждый по желанию может рассказать о своем ребенке и задать вопросы психологу.

Родителям выдается памятка « Как вести себя с ребенком»

На седьмом занятии психолог дает родителям информацию как самооценка влияет на жизнедеятельность ребенка.

В конце занятия родителям выдается памятка « Как приблизить самооценку ребенку к адекватной»

Домашнее задание :познакомится с памяткой.

На двух последних занятиях дается теоретический и практический материал по снятию напряжения у ребенка.

Родителям выдается упражнения на снятия мышечных зажимов

Заканчивается цикл занятий с родителями занятием « Терапия любовью».

На этом занятии говорится о базовой программе Бориса Зиновьевича Драпкина – одного из самых известных детских психиатров.

Методика полезна любому, в том числе и здоровому ребенку, фразы и выражения тщательно подобраны.(приложение 9)

Родители должны запомнить эти фразы и каждый вечер говорить своему ребенку, дождавшись, пока он заснет.

Методическое обеспечение :

- Анкета: «Уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко),
- Презентации

- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Беседа
- Дискуссия
- Анкетирование
- Релаксационные упражнения

7. Блок Методический (круглый стол для воспитателям).

Цель : информирование воспитателей о имеющихся нарушениях в развитии детей, повышение уровня психологической культуры и понимание особенностей поведения тревожных детей.

Блок состоит из 7 занятий , в первые два месяца проводятся по 2 занятия в месяц, в последующие 5 месяцев по 1 занятию в месяц.

На первом занятии воспитателям предлагается выбрать одного ребенка и заполнить анкету по выявлению уровня психо – эмоционального состояния ребенка

(Анкетирование: «уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко), после анкетирования в малых группах составляется

портрет тревожного ребенка, проводится обсуждение и в конце занятия психолог показывает презентацию « Какой он – тревожный ребенок ?»

На втором занятии психолог знакомит воспитателей с самооценкой ребенка, рассказывает о играх, которые помогут сформировать у ребенка адекватную самооценку.

В конце занятия воспитателям дается домашнее задание :сделать одну игру в своей группе.

На третьем занятии психолог показывает презентацию « Тревожный ребенок и как ему помочь?» Из этой презентации воспитатели узнают:

- что такое тревожность
- причины тревожности.
- как помочь такому ребенку.

В конце занятия воспитателям выдается памятка «Профилактика тревожности».

На четвертом занятии психолог рассказывает воспитателям как играть с тревожным ребенком и в какие игры.

Две игры проигрываются на занятии.

Домашнее задание : поиграть с детьми в эти игры в группе.

На пятом занятии психолог рассказывает о детских страхах, о причинах их возникновения и правилах борьбы с ними.

На этом занятии воспитатели знакомятся с методами работы с детскими страхами. Придумывается одна сказка по кругу про какойнибудь страх по выбору участников круглого стола)

Домашнее задание: сказка (по одному страху)

На шестом занятии участники круглого стола рассказывают свои сказки по кругу и знакомятся теоретической частью – роль сказки в развитии и воспитании ребенка.

На последнем занятии проводится игра «Как я справляюсь со своей тревогой» Г.Б. Мониной, Е.К. Лютова по профилактике эмоционального состояния.

Методическое обеспечение :

- Анкета: «Уровень тревожности ребенка», Г.П.Лаврентьева, Т.М. Титаренко),
- Презентации
- Спокойная музыка
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Беседа
- Дискуссия
- Анкетирование
- Релаксационные упражнения

8 .Блок Игровой

Целью этого блока является переход к непосредственному общению, что предполагает отказ от привычных для детей вербальных и предметных способов взаимодействия, формирование способности видеть сверстника, обращать на него внимание и умение общаться с ним без слов.

Этот блок включает в себя **8 занятий**. Продолжительность одного занятия 30 – 40 минут. Одно занятие включает в себя 4 игры. Игры подобраны для разных возрастных категорий детей, в группе может быть от 6 до 8 детей.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, в течении последнего месяца программы.

На первом занятии дети учатся общаться без слов, психолог предлагает им сыграть в игры : « Жизнь в лесу», « Добрые эльфы», « Птенцы» и «Муравьи».(приложение 10) Дети знакомятся с обитателями леса и их повадками.

На втором занятии дети учатся обращать внимание на окружающих и уподобляться им, отвлекаться от фиксированности на собственном « Я» .Дети с психологом играют в следующие игры: « Общий круг»,

« Переходы», « Зеркало», « Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем!»
».(приложение 10)

На третьем занятии дети учатся согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

Игры на этом занятии : « Сороконожка», « Лабиринт», « Продолжи движение», « Заводные игрушки» ».(приложение 10)

Четвертое занятие состоит из игр на переживание общих эмоций.

На этом занятии общность чувств позволяет ощутить единство с другими детьми, их близость и даже родственность.

Занятие включает следующие игры : « Злой дракон», « Две страны» . ».

(приложение 10)

Дальше дети играют , которые им понравились. Дети предлагают сами.

(2 игры).

Пятое занятие состоит из игр на переживание общих эмоций.

На этом занятии общность чувств позволяет ощутить единство с другими детьми, их близость и даже родственность.

« Кто смешнее засмеется», « Обнималки». ».(приложение 10)

Дальше дети играют , которые им понравились. Дети предлагают сами.

(2 игры).

На шестом занятии дети учатся видеть и подчеркивать положительные качества и достоинства других детей, доставляя им удовольствие и радуясь вместе с ними.

Занятие включает следующие игры: « Спящая красавица», « Пожелания» ».(приложение 10)

Дальше дети играют , которые им понравились. Дети предлагают сами.

(2 игры).

На седьмом занятии дети учатся видеть и подчеркивать положительные качества и достоинства других детей, доставляя им удовольствие и радуясь вместе с ними.

Занятие включает следующие игры: « Добрые волшебники»,

« Комплименты», « Открытки в подарок». ».(приложение 10) Дальше дети играют , которые им понравились. Дети предлагают сами.

(2 игры).

На восьмом занятии дети играют вместе с психологом в игры по выбору детей(4 – 5 игр)

Общее правило для всех игр – запрещение разговоров между детьми. Таким образом, можно исключить возникновение зажатости, страха сделать что то не так, возникновения ссор.

В каждой игре вводится особый язык условных сигналов, которыми участники могут обмениваться при общении. В основном эти сигналы выражаются в телесном контакте.

Психолог играет вместе с детьми, показывая образцы игровых действий. В игру приглашаются только желающие. В случае , если дети не присоединяются, взрослый не настаивает, но стремится ненавязчиво заинтересовать их и привлечь к общей игре. Начав играть с несколькими детьми, вы увидите, что к концу занятия присоединится большинство детей. Время от времени взрослый может комментировать происходящее и направлять игру.

Методическое обеспечение

- Спокойная музыка
- Танцевальная музыка
- Краски, карандаши, альбомные листы
- Атрибуты для игр

Методы и формы :

- Игра
- Релаксационные упражнения

Индивидуальное консультирование родителей

Это блок является дополнительным к работе по программе. Родители на консультацию могут прийти по желанию.

Одним из первых этапов после установления контакта, традиционно выделяемый всеми авторами, является формулирование родителем запроса, т. е. конкретизация ожидаемой психологической помощи, выделяется структура жалобы: локус, самодиагноз, обсуждаются способы работы с ее скрытым и явным содержанием.

Однако принципиальное отличие процесса консультирования в рамках нашего центра — это отсутствие жалобы.

Мониторинг обращений и анализ работы с семьей на протяжении 10 лет показал, что **наиболее распространенными проблемами семьи** являются:

- Отсутствие одного из родителей (как правило, отца) или замена его другим или несколькими партнерами матери;

- Социальная несостоятельность родителей: отсутствие жилья, профессии, постоянного места работы, низкий материальный уровень, ограниченное количество положительных социальных контактов;
- Отсутствие педагогической компетентности родителей;
- Эмоциональная неуравновешенность, неумение выражать свои эмоции;
- Иждивенческая позиция, перенос ответственности за свои проблемы на третьих лиц.

Родителям предлагается придти на консультацию по результатам диагностики или проблемам детей, вскрытым в ходе групповой или индивидуальной работы. Следовательно, первым этапом становится сообщение педагога-психолога родителям о проблеме ребенка. А задачей этого этапа — мотивирование родителей к формулированию жалобы, а затем и запроса. Сложность данного этапа заключается, с одной стороны, в преодолении страха самораскрытия родителей, с другой стороны, в необходимости учитывать установку родителей, которая сложилась у них в отношении центра в период помещения ребенка и боязни потерять ребенка.

Некоторые родители не приходят на консультацию из за боязни сказать что то лишнее, другие из за своей лени.

Более того, страх самораскрытия и неадекватная установка в совокупности могут образовать достаточно мощные психологические защиты, мешающие консультированию.

Мы полагаем, что наиболее оптимальный вариант, когда сообщение психолога состоит из двух частей: краткого описания трудностей ребенка и прогноза его будущего — яркого описания вытекающих из выделенных трудностей проблем в более взрослом возрасте, мешающих ребенку быть успешным, здоровым и счастливым, т. е. не обеспечивающих его самореализацию и здоровье.

В ходе этой работы определяется ключевая проблема и ресурс семьи.

На совете специалистов семья рассматривается как единое целое, как социальная ячейка, при этом выделяются отдельно проблемы ребенка и проблемы родителей. По результатам Совета создается индивидуальная программа реабилитации семьи и ребенка (ИПСР), где указываются конкретные мероприятия, сроки их реализации и исполнители. Поскольку первичная гипотеза о содержании внутреннего конфликта ребенка, зоне конфликта и способе его поведения в конфликте сформулирована до встречи с родителями, то в процессе диагностической беседы происходит уточнение гипотезы. При этом основными методическими приемами являются:

- а) просьбы уточнения, например: «Очень хочется понять, поясните...», «Много материала, помогите разобраться...»;

б) использование средств, направленных на установление связи, например, завершение

родителями предложений психолога: «И это страх того, что...»;

в) использование вопросов-предположений, например: «А может быть так, что...»

Поскольку беседа подразумевает достаточно активную позицию консультанта, для обеспечения эмоционального комфорта родителей часть вопросов формулируется в косвенной форме:

а) в форме вопросов-вставок, произнесенных между прочим, например: «Я очень интересуюсь тем, что вы...»;

б) в форме вежливых просьб, например: «Не могли бы вы рассказать о...»

Чтобы избежать неверной трактовки психологом чувств собеседника, используется метод перефразирования мыслей и чувств родителей, например: «Если я вас правильно поняла, то...»

Важным для быстрого достижения терапевтического эффекта консультирования является постоянное резюмирование, или подытоживание, мыслей, выраженных родителями, например: «Вас больше всего беспокоит, как я понял...»

Не менее важным, на наш взгляд, является обращение внимания на преобладающие психологические защиты родителей, проявляющиеся в процессе консультирования. Чаще всего можно встретиться с защитой по типу проекции или слияния.

Проекция — это невротический механизм, основным содержанием которого является стремление перевалить ответственность за то, что исходит от самого человека, на окружающую среду. Проецирующие родители, как правило, склонны видеть недостатки ребенка, присущие им самим, приписывать ребенку собственные страхи, желания, суждения. Для слияния характерно отсутствие границы между человеком и средой, в частности, между родителем и ребенком. В беседе с таким родителем часто проявляются темы страхов, тревоги, либо упоминаются те или иные психосоматические симптомы ребенка. И это понятно, т. к. при наличии слияния у ребенка чаще всего основное содержание внутреннего конфликта связано со второй стадией созревания его «я» (2 и 3 год жизни: «самостоятельность — нерешительность»). А к типичным проявлениям этого внутреннего конфликта как раз относятся различного рода социальные страхи: сделать что-то не так, страх принять самостоятельное решение и т. п.

В процессе консультации мы часто встречаемся с механизмом дефлексии или интеллектуализации, который внешне выглядит как «разговор ни о чем». Родитель, как

правило, проявляет в беседе большой интерес к внутреннему миру ребенка, с удовольствием анализирует мельчайшие проявления детской души.

Однако на деле ребенок обращает на себя внимание беззащитностью, ранимостью, стремлением к поддержке, теплу и вниманию от любого взрослого, поскольку его собственные родители эмоционально холодны. Соответственно недостаточно удовлетворенной остается важнейшая потребность в любви и принятии. Основное содержание конфликта у таких детей чаще относится к первой стадии, связанной с первым годом жизни «доверие — недоверие к окружающему миру».

Существенной особенностью в консультировании, ориентированном на сохранение психологического здоровья, является стадия реориентации, или поиска оптимальных действий родителя в данной ситуации. Понятно, что итогом консультации должно стать появление у родителей готовности к укреплению психологического здоровья своего ребенка и понимания, как это можно и нужно делать.

Таким образом, необходимо, чтобы родители приняли общие условия, способствующие сохранению психологического здоровья, описанные нами ранее, умели применить их к своей конкретной ситуации и определить необходимые изменения в своем взаимодействии с ребенком.

Достаточно эффективным в этих целях может быть совместное заполнение карты психолого-педагогической помощи ребенка.

6. Ожидаемые результаты программы:

Индивидуальной работы:

- 1) Ребенок открыто выражает свое мнение.
- 2) Ребенок меньше смущается и более открыто выражает свои потребности.
- 3) Ребенок берет на себя ответственность за свои поступки, при этом не испытывая страха.
- 4) Ребенок начал контролировать свое поведение, конструктивно выражать свои запросы и проявлять чувства (напр., агрессию).
- 5) Ребенок начал вступать в сотрудничество.
- 6) Ребенок в большей степени принимает себя и чаще проявляет радостно-удовлетворенные чувства.

Групповой работы:

1. Повысилась уверенность в себе.
2. Снизилась тревожность.
3. Улучшились взаимоотношения взрослый – ребенок

4. У воспитанников улучшилась концентрация внимания, к умению максимально сосредоточиваться и совершенствовать волевые качества
5. Дети научились преодолевать барьеры в общении, чувствовать друг друга, находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям.
6. Улучшились и активизировались выразительные средства общения; пластика, мимика и речь.
7. Путешествуя по сказкам дети развили фантазию и образное мышление.
8. Дети эмоционально разрядились, сбросили телесные зажимы, спрятанный страх, беспокойство.
9. Дети стали мягче, добрее, увереннее в себе, восприимчивее к людям и окружающему миру.
10. У них сформировался положительный образ своего тела и принятие себя таким какой он есть.

У родителей и воспитателей:

1. Повышение уровня психологической культуры.
2. Осознание понятия тревожность и ее причины.
3. Осознание понятия детских страхов и причин их возникновения.
4. Понимание особенностей поведения тревожных детей.
5. Правильно выстраивать работу с ребенком имеющим повышенную тревожность и знать основные симптомы детских страхов (страх темноты. одиночества, страх наказания и т.д.)

7.Список литературы.

1. Алябьева Е.А. Коррекционно - развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений.
–М.: ТЦ Сфера, 2002.
2. Баркан А.И. Практическая психология для родителей, или Как научиться понимать своего ребенка. – М., АСТ-ПРЕСС, 1999.
3. Буянов М.И. Ребенок из неблагополучной семьи. - М., 1988
4. Выготский Л.С.Психология.-М.:Апрель-Пресс,2000
5. Дарвиш.О.Б.Возрастная психология.М.: Владос-Пресс, 2004
6. Детские страхи. Секреты воспитания : набор инструментов по преодолению страхов. – 2-е изд.-М.:НР « Институт перспективных исследований»,2011
7. Дьяченко О.М. Булычева А.И. и др. Психолог в детском дошкольном учреждении. М.: Новая школа,1996.
8. Изард К.Э.Психология эмоций.СПб.,1999.
9. Инхельдер Б Пиаже Ж. Психология ребенка СПб 2003.
10. Захаров А.И. Ночные и дневные страхи у детей « Издательство Союз» Санкт- Петербург 2000.
11. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми.- СПб.: Речь, 2003.
12. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», «Давайте жить дружно!» практическое пособие, 2-ое издание, стереотипное, М.»ГЕНЕЗИС» 2000г.200с.
13. Лендрет Г.Л.Игровая терапия: искусство отношений/пер.с англ.- М.:Международная педагогическая академия,1994.

14. Лютова Е.К. Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными, аутичными детьми. М.: Генезис, 2000.
15. Лютова Е.К. Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Речь Санкт-Петербург 2005.
16. Михайленко Н.Я Игра с правилами в дошкольном возрасте. Руководство практического психолога. Екатеринбург: деловая книга, 1999.
17. Панфилова М.А. «Игротерапия общения» (тесты и коррекционные игры), Москва, 2008 г.
18. Прихожан А.М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст. Москва, 2009 г.
19. Романов А.А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей: альбом игровых коррекционных задач. Пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей. М.: «Плейт», 2004.
20. Роджерс К. Растущая сила наук о поведении человека. В кн. Взгляд на психотерапию. Становление человека : пер с англ М.: Издательская группа «Прогресс-Универс», 1994
21. Фопель К.
Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 1.— М.: Генезис, 1998.— 160 с, ил.
22. Фопель К. От головы до пят, Привет ушки М.: Генезис, 2005.
23. О.В.Хухлаева, О.Е.Хухлаев Лабиринт души: терапевтические сказки М.: Академический Проект, 2010
24. Шишова Т. Страхи – это серьезно. Москва « Издательский Дом « Искатель» 1997
25. Экслейн В. Игровая терапия / пер с англ.-М:Апрель-Пресс, Эксмо-Пресс 2000.

7.1 . Рекомендуемая литература для родителей:

1. Баркан А.И. Практическая психология для родителей. - М.: АСТ - ПРЕСС, 2001.-432 с
2. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. - Ярославль: Академия развития, 1996. - 208 с
3. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей.-М., 1986.
4. Ковалёв С.В. Психология современной семьи.-М., 1988.
5. Мони́на Г., Лютова Е. «Проблемы маленького ребенка», издательство «РЕЧЬ», С-Пб., 2003 г., 180 – с.
6. Яковлева Н. «Психологическая помощь дошкольнику», издательство «Валери CGL@? 2001 г., 108 – с.
7. Мирилова Т.Л. «Эмоциональное развитие ребенка», «Корифей»Волгоград, 2010 г., 98 – с.
8. Метенова Н.М. «Родителям о детях», издательство «Индиго», Ярославль 2009 г., 48 – с.

7.2. Рекомендуемая литература для воспитателей:

1. Е.А.Алябьева «Психогимнастика в детском саду», методические материалы в помощь психологам и педагогам, М., Творческий центр СФЕРА, 2003 г.,88 – с.
2. Дружинин В.Н. Психическое здоровье детей. - М.: Тв. Центр, 2002. - 64 с
3. Изард К.Э. Эмоции человека- СПб.: Изд-во "Питер", 2000. -464 с
4. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. - 1998. - № 2. - С. 12-14.
5. Михеева Е.В. «Развитие эмоционально – двигательной сферы детей 4 – 7 лет», издательство «УЧИТЕЛЬ», Волгоград, 2011 г., 155 – с.
6. Монакова Н.И.,«Развитие эмоциональной сферы дошкольников» «РЕЧЬ», С-Пб., 2008г., 128 – с.

Приложение 1.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И СОПРОВОЖДЕНИЯ СЕМЬИ

в трудной жизненной ситуации

Фамилия _____

Категория семьи: малообеспеченная, многодетная, неполная, с родителем-инвалидом, с ребенком-инвалидом, семья одинокой матери, безработные, беженцы-переселенцы, родитель-пенсионер, учет в комиссии по делам несовершеннолетних, несовершеннолетние родители, ребенок признан нуждающимся в гос. защите, семья опекунов, приемная семья, патронатная семья, базовая семья (кандидаты в замещающие _____ родители).

Направление работы: _____

Сроки реабилитации: _____

- Исполнитель
- Индивидуальные консультации психолога
- *Детско-родительские отношения*
- *Возрастные особенности ребенка*
- *Супружеские конфликты и пути их разрешения*
- *Детские страхи*
- *Развитие у ребенка лидерских качеств*
- *Семейные мифы и традиции*
- *Другое:*
- Содействие в получении консультаций психотерапевта
- Групповые занятия по программе «Семейный круг»
- Групповые занятия по программе «Волшебные зеркала»
- Выход мобильной бригады специалистов (социальный педагог, психолог, юрист) по месту проживания семьи
- Организация и проведение сетевой встречи
- Помощь в восстановлении утраченных документов
- Содействие в организации лечения от алкоголизма
- Содействие в трудоустройстве
- Содействие в устройстве ребенка в образовательное учреждение
- Индивидуальные консультации соц.педагога
- *Возможности трудоустройства*

- Организация досуга ребенка, в том числе семейных праздников
- Общение с людьми , имеющими зависимость
- Другое:
- Индивидуальные консультации юриста
- Трудовые отношения
- Жилищные права несовершеннолетних
- Разъяснение прав и обязанностей родителей
- Алиментные обязательства родителей
- Ответственность несовершеннолетних за совершение уголовных преступлений
- Ответственность несовершеннолетних за совершение административных правонарушений
- Государственная материальная помощь
- Другое:

ФИ ребенка:

Индивидуальные занятия с психологом

Работа с именем

Развитие эмпатии и эмоциональной отзывчивости

Работа со страхами, снятие тревожности

Развитие представлений о себе

Развитие позитивного отношения к родительской семье

Развитие представлений о будущем (Моя мечта)

Другое:

Групповые занятия с психологом

Помощь в адаптации к школе (психолог, социальный педагог)

Индивидуальные занятия с социальным педагогом

Значение моральных ценностей в социуме

Организация временной трудовой занятости несовершеннолетних

Другое:

Директор ГУ СРЦН «Надежда»

Гончарова Н.Ф.

Дополнительные консультации специалистов (темы):

Юрист _____

Мед.работники _____

Дополнительные мероприятия, в том числе по организации досуга семьи:

Выводы и рекомендации:

Приложение 2.

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Для обеспечения индивидуального подхода к детям, нам важно знать Ваше мнение об особенностях Вашего ребенка. Пожалуйста, в листе ответов обведите букву по каждому пункту анкеты в соответствии с его обычным поведением. Спасибо за помощь.

Психологическая служба.

1. Часто ли бывает, что ребенку трудно сосредоточиться на чем-то:

▪А – часто; ▪Б – иногда; ▪В - не часто.

2. Любое задание вызывает излишнее беспокойство:

▪А – всегда; ▪Б – иногда; ▪В – редко или никогда;

3. Смущается чаще других:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

4. Часто говорит о возможных неприятностях:

▪ А – да; ▪Б – иногда; ▪ В – нет.

5. Краснеет в незнакомой обстановке:

▪А – всегда; ▪ Б – иногда; ▪В - редко или никогда.

6. Руки обычно холодные и влажные:

▪А – да; ▪ Б – иногда; ▪ В – нет.

7. Сильно потеет, когда волнуется:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

8. Предпочитает играть:

▪А – один; ▪Б - со взрослыми; ▪В – с детьми.

9. Когда Вы просите убрать игрушки на место, ребенок:

▪А – не убирает; Б▪ – убирает с▪ Вами; Б – убирает сам.

10. Когда ребенок ложится спать, то чаще:

- А – просит Вас посидеть с ним;
- Б – ложится с мягкой игрушкой;
- В – засыпает быстро один

11. Обычно ребенок спит:

- А – беспокойно, крутится, разговаривает во сне;
- Б – иногда просыпаясь;
- В – спокойно.

12.Обычно ребенок беспокоен, легко расстраивается:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

13.Часто ребенок не может сдержать слез:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

14. Ребенок плохо переносит ожидания:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

15.Ребенок боится сталкиваться с трудностями:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

16.Ребенок не уверен в себе, своих силах:

▪А – да; ▪Б – иногда; ▪В – нет.

Лист ответов.

Ф.И.ребенка_____возраст_____дата

заполнения_____

- | | | | | | | | |
|----|--------|----|--------|-----|--------|-----|--------|
| 1. | А Б В. | 5. | А Б В. | 9. | А Б В. | 13. | А Б В. |
| 2. | А Б В. | 6. | А Б В. | 10. | А Б В. | 14. | А Б В. |
| 3. | А Б В. | 7. | А Б В. | 11. | А Б В. | 15. | А Б В. |
| 4. | А Б В. | 8. | А Б В. | 12. | А Б В. | 16. | А Б В |

Приложение 3

Анкета для воспитателей.

Уважаемые воспитатели!

Для обеспечения индивидуального подхода к детям, нам важно знать Ваше мнение об особенностях Вашего воспитанника. Пожалуйста, в листе ответов обведите букву по каждому пункту анкеты в соответствии с его обычным поведением. Спасибо за помощь.

Психологическая служба.

1. Часто ли бывает, что ребенку трудно сосредоточиться на чем-то:

• А – часто; • Б – иногда; • В – не часто.

2. Любое задание вызывает излишнее беспокойство:

• А – всегда; • Б – иногда; • В – редко или никогда;

3. Смущается чаще других:

• А – да; • Б – иногда; • В – нет.

4. Часто говорит о возможных неприятностях:

• А – да; • Б – иногда; • В – нет.

5. Руки обычно холодные и влажные:

• А – да; • Б – иногда; • В – нет

6. Сильно потеет, когда волнуется:

• А – да; • Б – иногда; • В – нет.

7. Предпочитает играть:

• А – один; • Б – со взрослыми; • В – с детьми.

8. Когда Вы просите убрать игрушки на место, ребенок:

• А – не убирает; • Б – убирает с • Вами; Б – убирает сам.

9. В сюжетно- ролевой игре обычно ребенок:

• А – всегда подчиняется кому-либо;

• Б – иногда подчиняется, но может выполнять и активную роль;

• В – обычно бывает инициатором игры.

10. Если ребенок ломает игрушку, то делает это:

▪ А – в порыве гнева;

▪ Б – по неосторожности;

▪ В – проявляя любопытство.

11. Обычно ребенок спит:

• А – беспокойно, крутится, разговаривает во сне;

• Б – иногда просыпаясь;

- В – спокойно.

12. Обычно ребенок беспокоен, легко расстраивается:

- А – да; • Б – иногда; • В – нет.

13. Часто ребенок не может сдерживать слез:

- А – да; • Б – иногда; • В – нет.

14. Ребенок плохо переносит ожидания:

- А – да; • Б – иногда; • В – нет.

15. Ребенок боится сталкиваться с трудностями:

- А – да; • Б – иногда; • В – нет.

16. Ребенок не уверен в себе, своих силах:

- А – да; • Б – иногда; • В – нет.

Лист ответов

Ф.И.ребенка _____ возраст _____ дата
заполнения _____

- | | | | |
|-----------|-----------|------------|------------|
| 5. А Б В. | 5. А Б В. | 9. А Б В. | 13. А Б В. |
| 6. А Б В. | 6. А Б В. | 10. А Б В. | 14. А Б В. |
| 7. А Б В. | 7. А Б В. | 11. А Б В. | 15. А Б В. |
| 8. А Б В. | 8. А Б В. | 12. А Б В. | 16. А Б В. |

Приложение 4.

Диагностика

Таблица 1.

Выявленные показатели	Количество детей (%)
Изображение всех членов семьи	22%
Изображение первыми людей	35%
Общая деятельность всех членов	0%
Отсутствие изолированных членов	65%
Хорошее качество линий	30%

Таблица 2.

Выявленные показатели	Количество детей (%)
Наличие штриховки	50%
Стирание	60%
Линия с сильным нажимом	70%
Преувеличение внимание к деталям	45%
Линия основания	35%

Таблица 3

Выявленные показатели	Количество детей (%)
Барьеры между фигурами	25%
Выделение отдельных фигур	35%
Изоляция отдельных фигур	40%
Преобладание вещей	42%
Отсутствие некоторых членов семьи	45%

Таблица 4

Выявленные показатели	Количество детей (%)
Отсутствие автора	60%
Изображение себя последним	30%
Изоляция от других	45%
Маленькие фигуры	30%
Расположение фигур на нижней части листа	50%

Таблица 5

Выявленные показатели	Количество детей (%)
Агрессивная позиция фигур	9%
Деформированная(нечеткая) фигура	22%
Руки раскинуты в сторону	13%
Пальчики в виде длинных палочек	13%

Таблица 6.

Факторы	Нормальный уровень	Повышенный уровень	Высокий уровень
Общая тревожность в школе	-	7	5
Переживание социального стресса	3	4	5
Фрустрация потребности достижения успеха	4	5	3
Страх самовыражения	-	7	5
Страх ситуации проверки знаний	3	7	2
Страх не	-	7	5

соответствовать ожиданиям окружающих			
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	2	5	5
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	7	3	2

Таблица 7.

Результаты обследования детей _____ группы 20__ - 20__
уч. год

№п/п	Ф.И. ребенка	Тест тревожность		Тревожность по анкете		Методика Р. Сирса	«Моя семья»
		И.Т. %	И.Т. %	Родители	Воспитатели		

Таблица 8

Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение
(методика Р. Сирса)

Признаки или шкала Р. Сирса

-
1. Часто напряжен, скован.
 2. Часто грызет ногти.
 3. Сосет палец.
 4. Легко пугается.
 5. Сверхчувствителен.
 6. Плаксив.
 7. Часто агрессивен.
 8. Обидчив.
 9. Нетерпелив, не может ждать.

10. Легко краснеет, бледнеет.
11. Имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации.
12. Суетлив, много лишних жестов.
13. Потеют руки.
14. При непосредственном общении с трудом включается в работу.
15. Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы.

Обработка результатов:

- 1-4 признака - слабая тревожность;
 5-6 признаков - выраженная тревожность;
 7 признаков и более - высокая тревожность.

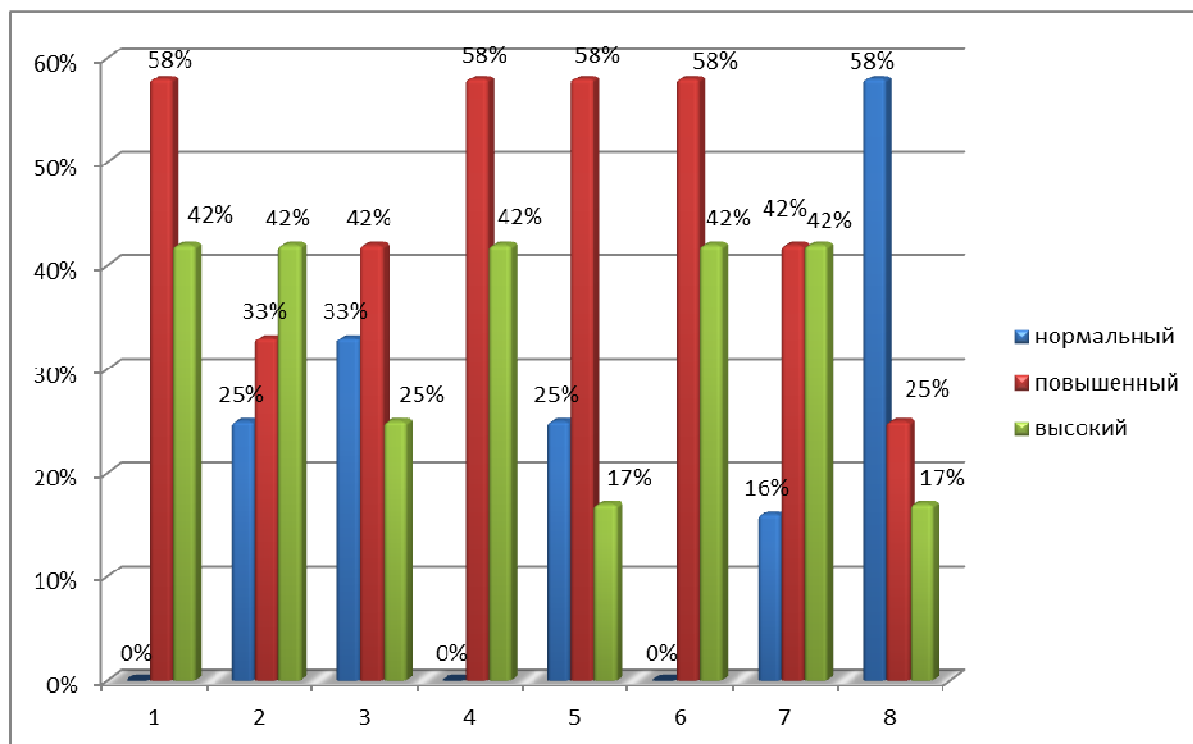
Таблица 9. Показатели тревожности у дошкольников и младших школьников до и после занятий по программе: « У страха глаза велики»

Возрастная группа	До начала работы по программе		После окончания работы по программе	
	Кол-во	И.Т.%	Кол-во	И.Т.%
5-7 лет	11 человек		11 человек	
	2	75%	2	45%
	2	64%	3	35%
	1	57%	4	18%
	3	45%	2	15%
	2	38%		
	1	35%		
5 чел (45%) – высокий уровень 6 чел. (55%) – средний уровень			5 чел. (45%) – средний уровень, 6 чел. (55%) – низкий уровень	
7-10 лет	12 человек		12 человек	
	2	71%	3	48%
	3	67%	2	45%
	4	45%	4	18%
	3	36%	3	15%
5чел. (42%) – высокий уровень 7 чел. (58%) – средний уровень			5 чел. (42%) – средний уровень, 7 чел. (58%) – низкий уровень	

Диаграмма 1.



Диаграмма 2.



1. Общая тревожность в школе
2. Переживание социального стресса

3. Фрустрация потребности достижения успеха
4. Страх самовыражения
5. Страх ситуации проверки знаний
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Диаграмма 3.

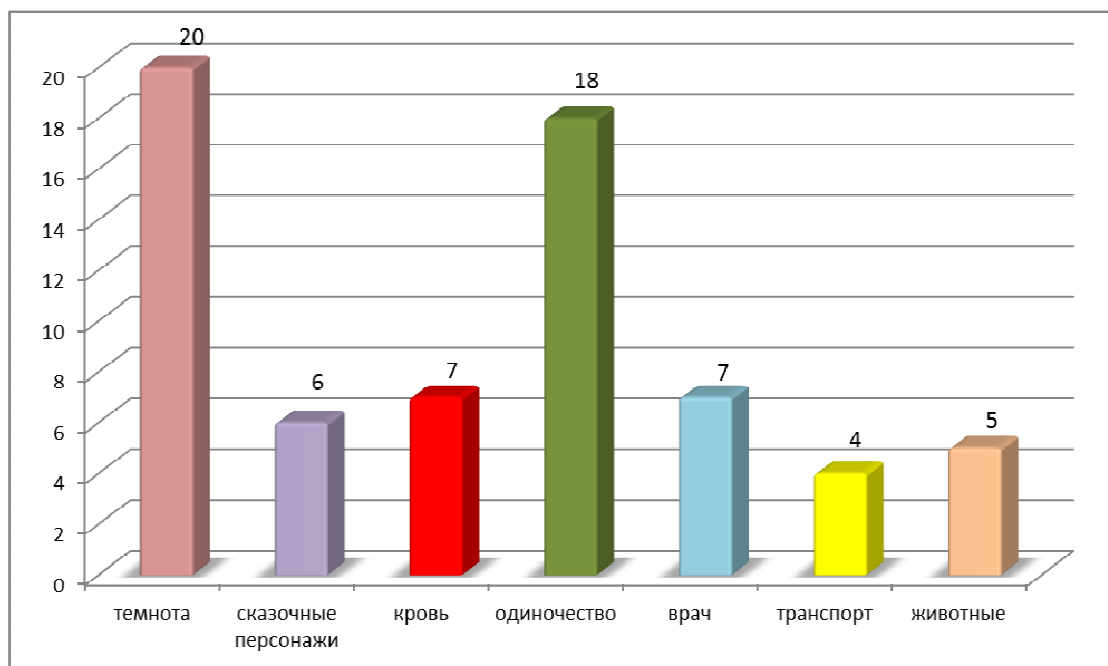
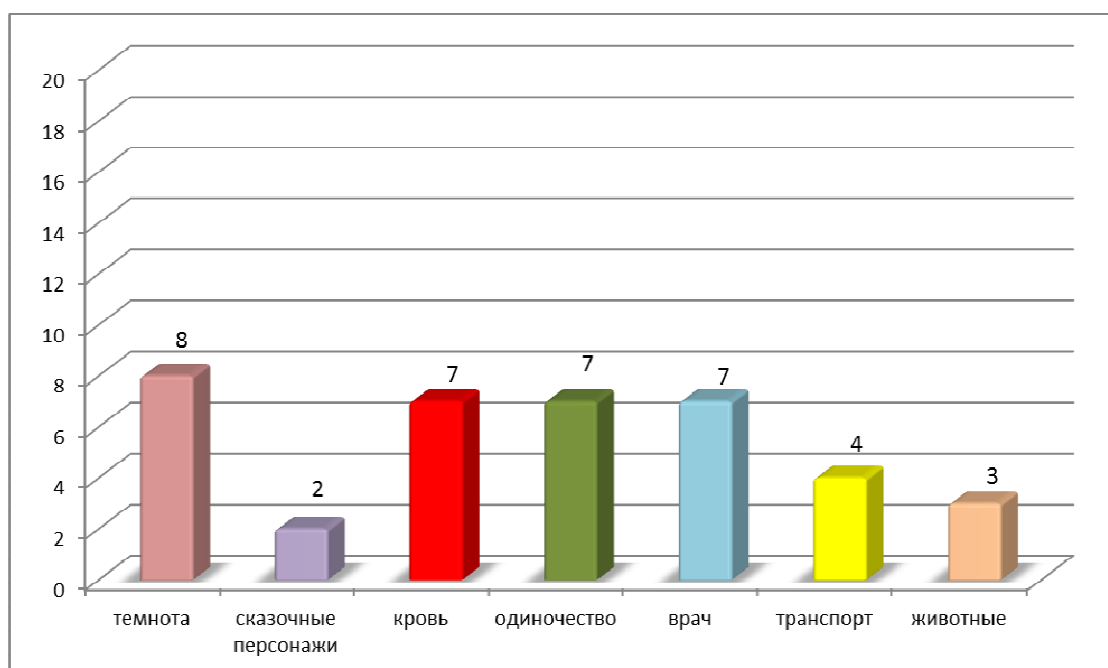


Диаграмма 4.



Приложение 5.

Групповые игры для повышения самооценки ребенка и снижения тревожности.

1. Игра «Похвалилки»

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами «Однажды я...» Например: «Однажды я помог товарищу в школе» или «Однажды я быстро выполнил домашнее задание» и т.д.

На обдумывание задания дается 2—3 минуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он здорово выполнил именно то, что указано в его карточке.

После того как все дети выскажутся, взрослый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они это сделают сами.

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

2. Игра «За что меня любит мама»

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама.

Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил то, что сказали другие. При затруднении дети могут ему помочь.

После этого нужно обсудить с детьми, приятно ли им было, что другие дети запомнили эту информацию. Дети обычно сами делают вывод, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

На первых порах дети, чтобы показаться значимыми, рассказывают, что мамы любят их за то, что они моют посуду, не мешают маме писать диссертацию, любят маленькую сестренку... Только после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть.

3. Игра «Подари карточку»

Взрослый вместе с детьми в течение нескольких занятий рисует карточки с пиктограммами, обозначающими различные положительные качества. С детьми необходимо обсудить, что означает каждая пиктограмма.

Например, карточка с изображением улыбающегося человечка может символизировать веселье, с изображением двух одинаковых конфет — доброту или

честность. Если дети умеют читать и писать, вместо пиктограмм можно записать на каждой карточке какое-либо положительное качество (обязательно положительное!).

Каждому ребенку выдается 5—8 карточек. По сигналу ведущего дети закрепляют на спине товарищей (при помощи скотча) все карточки. Ребенок получает ту или иную карточку

4.Игра « Копилка достижений»

Это очень хорошая игра, которая должна перерасти в привычку видеть и ценить свои маленькие победы каждый день. Мы брали какую-нибудь картонную коробку или вместительную банку и вместе с ребенком оформляли ее так, как ему хотелось бы, чтобы выглядела копилка его главных ценностей - маленьких и больших собственных успехов в жизни. Может быть, на поверхности этой копилки появятся рисунки, отражающие предметы, которые как-то связаны с понятием "успех", или это будут просто симпатичные узоры. Оставьте этот выбор за мальчиком или девочкой. Отдельно приготовили небольшие листочки бумаги и ввели правило: когда ребенок возвращается из школы в центр, он обязательно должен вспомнить и написать на этом листочке какое-то свидетельство успеха, которого он достиг за сегодняшний день. Так, на записочках будут появляться фразы: "Хорошо прочитала стихотворение у доски", "Нарисовала отличный рисунок на тему "Осень", "Сделала подарок близкому человеку, который ей очень понравился", "Все-таки смог написать контрольную по математике на "пять", хотя боялся" и многие другие. Эти записки мы складывали в копилку достижений. Важно, чтобы даже в самом неблагоприятном дне ребенок смог найти что-то, что ему удалось. "Утяжеление" копилки со временем само по себе наполняет детей гордостью и большей уверенностью в своих силах, особенно если воспитатели и родители относятся к его маленьким победам с уважением.

Примечание. Данную игру можно использовать сначала для поднятия самооценки ребенка в целом, а потом для повышения веры в свои силы.

5.Игра "Солнышко"

Это отличная игра, которая позволяет получить от других "психологические поглаживания", столь необходимые каждому человеку для того, чтобы ощущать себя любимым, нужным, успешным. Поэтому проводить ее нужно в обстановке доброжелательности, в окружении важных для ребенка людей. Мы переключали внимание детей на конкретного ребенка. У Саши сегодня день рождения. "Посмотрите, что-то наш именинник совсем замерз. Давайте поиграем в игру "Солнышко" и согреем его все вместе!" Усадите всех гостей в круг (если не хватает стульев, можно встать или сесть на пол). В центре поставьте вашего ребенка. Каждому

гостю раздайте по одному цветному карандашу. Объясните, что это лучик солнца. Его можно подарить озябшему с добрыми словами, сказав о том, что гостю нравится в имениннике, за что того можно уважать. Покажите пример сами, сказав одно предложение-комплимент своему ребенку и отдав ему лучик. Тот, кого согревают, должен не забыть сказать "спасибо", можно добавить "очень приятно", если ему что-то особенно радостно будет слышать. (в этой роли должен побывать каждый ребенок)

Примечание. У присутствующих на празднике маленьких гостей тоже может возникнуть желание побыть "отогреваемым", оказаться в центре внимания. Сколько бы окружающие ни рассказывали ребенку о том, какой он замечательный, самым важным является момент, когда ребенок примет их мнение и согласится с тем, что он действительно имеет ряд достоинств и заслуживает уважения. Так что данная игра - хороший способ проверить, что же принял для себя ваш ребенок и как это отразилось на его самоотношении.

Возьмите мяч. Объясните ребенку правила игры: вы будете кидать ему мяч и начинать предложение, а он должен бросить его обратно, назвав окончание, пришедшее ему на ум. Все предложения будут касаться ребенка. Одни и те же "начала" могут прилетать к ребенку несколько раз, но придуманные им "окончания" должны различаться. А теперь кидайте ребенку мяч со словами: "Я умею...", "Я могу...", "Я хочу научиться...".

Примечание. Каждое начало предложения повторяйте несколько раз, чтобы ребенок осознал, как много он всего умеет, над чем обычно не задумывался.