

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное негосударственное образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А.Тихашин
Приказ № 80 от 31.08.2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

Б ОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Возраст детей 8-10 лет
Разработчик
Кругляк Людмила Дмитриевна,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2018

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Коррекции поведения младших школьников» имеет социально-педагогическую направленность. Данная программа реализуется в рамках детско-родительского клуба.

Актуальность программы

В настоящее время возрастает число эмоциональных и поведенческих нарушений у детей. Рассматривая личность, как динамическую систему отношений человека к себе, к окружающему, как отношение к отношению окружающих, нельзя недооценивать значение в этой системе семейных отношений. Без понимания семейных отношений трудно вникнуть в проблемы детей и подростков. Во многом именно они определяют комфортность или дискомфорт психического состояния человека, формируют его личность, могут быть причиной возникновения неадекватных поведенческих реакций младших школьников.

Для здоровой семьи характерна сильная родительская позиция с ясными семейными правилами; гибкие, открытые взаимоотношения между младшими и взрослыми членами семьи с четкими «образцами» отношений и поведения, сохраненные, эмоционально теплые связи между поколениями, которые составляют основу «семейной памяти».

Для конфликтной (дисфункциональной) семьи типичны «запутанные отношения» между членами семьи. Это - семья с мужчиной-отцом (отчимом) на периферии семейного поля; семья с разьединенными, конфликтно сосуществующими родителями; семья с хронической неприязнью между отдельными членами семьи, старшим и средним поколениями, между родственниками по материнской и отцовской линиям.

Семейные дисфункции провоцируют формирование и закрепление у детей асоциальных форм поведения, способствуют нарушению социально-психологической адаптации. Особенно ярко это проявляется в период начала школьного обучения, т.к. школа предъявляет к учащимся определённые требования, с которыми дети могут не справляться. Чувство самооценности начинает формироваться и закладывается рано, но особенно быстрое его развитие происходит с того момента, когда ребенок начинает употреблять личные местоимения. Ребенку всегда необходимо внимание к его успехам и признание их. Только так формируется устойчивая личностная установка и активность. Каждый раз, когда в силу неблагоприятных жизненных обстоятельств, у нас в последующей жизни потрясаются основы существования, и мы испытываем реальные трудности и проблемы, с которыми не можем справиться, мы неосознанно стремимся вернуться в это «детское существование», услышать, впитать снова эту благотворную положительную оценку: «Ты хороший... ты любим... у тебя есть силы... ты справишься...». Преобладающая часть родителей – не профессиональные воспитатели. Они не имеют специальных знаний в сфере воспитания и образования детей и часто испытывают трудности в установлении контактов с детьми. Для максимальной эффективности такого сотрудничества недостаточно простого информативного монологического общения, нужно стремиться к ведению равноправного диалога с семьями воспитанников. Определяющая роль в установлении такого взаимодействия принадлежит педагогам и специалистам. При тесном контакте со взрослыми, в первую очередь ответственными за жизнь и здоровье своих детей, выявляется, что многие из них занимают деструктивную позицию во взаимоотношениях с ребенком, поэтому их воспитательные методы не приводят к эффективному завершению.

Причинами подобного родительского поведения, на наш взгляд, являются: — неумение взрослых слушать и быть внимательными друг к другу;

— педагогическая и психологическая неграмотность;

- нежелание менять свои эгоистические позиции в актуальных вопросах воспитания;
- нерешенные личные проблемы, мешающие полноценному развитию ребенка.

Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации:

1. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. No 761).
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. No 537).
4. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. No 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Федеральный закон от 24 июня 1999 г. No 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
6. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г No 273 «Об образовании в Российской Федерации».
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. No 1916-р «План первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы». (глава V. «Создание системы защиты и обеспечения прав и интересов детей и дружественного к ребенку правосудия»).
9. Федеральный закон от 29.12.2010 No 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
11. Федеральный закон от 21.11.2011 No 323-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015).
13. Конституция Российской Федерации (с изменениями на 30.12. 2008 г.)
14. постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. No189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Научно-теоретические обоснования программы:

- Методологические подходы к обоснованию стратегий совладающего поведения детей и подростков И.М. Никольской, Р.М. Грановской.
- Положения теории стресса Г. Селье, в рамках которой феномен стресса рассматривается как последовательное развитие, трех стадий адаптационной перестройки гомеостатических механизмов организма, взаимосвязанных с адаптационными ресурсами личности.
- Методологические подходы к понятию «стратегии преодоления трудностей» (coping), к содержанию, которых относится формирование таких качеств и умений, которые позволяют человеку не просто справляться с возникающими трудностями, но чувствовать, что он, как личность, стал сильнее, компетентнее, его возможности выросли (Рем-Шмидт Х., 1994).
- Концептуальные положения Л.С. Выготского, в рамках которых социальная ситуация развития – положение ребенка в обществе, система его отношений со взрослыми и сверстниками определяет его психическое развитие, а ее изменение – переход от одного возрастного периода к другому. Социальная ситуация развития имеет динамический характер, создается в процессе живого взаимодействия между ребенком и его окружением.
- Концептуальные положения теории о личности как системы отношений к себе и окружающим В.Н. Мясищева.
- Положения эпигенетической теории Э. Эриксона о жизни человека как прохождении им на психосоциальном уровне восьми стадий психосоциального развития.
- Методологические принципы концепции транзактного анализа Э. Берна, в рамках которой структура личности представлена как динамическое сочетание трех «эго-состояний» «Я» (комплексных характеристик, отражающих эмоциональное состояние, мимику, жесты,

поведенческие проявления личности в данный момент времени) – «Родитель», «Взрослый», «Ребенок».

□ Принципы клиент-центрированной терапии К. Роджерса, согласно которой необходимо стремиться создать атмосферу, в которой факторы, деформирующие личность, могут быть устранены, внутренняя природа (или сущность) человека позитивна, конструктивна и социальна и что эта природа проявляет себя в человеке, когда в его взаимоотношениях с другим людьми, в работе с ним создается атмосфера безусловного позитивного принятия, эмпатического понимания и конгруэнтности (конгруэнтность понимается в теории К. Роджерса как наличие соответствия/несоответствия Я-концепции реальным переживаниям людей).

□ Теоретические подходы к изучению проблем саморегуляции, стрессоустойчивости, конфликтологии С. Маросановой, В. Анцупова, В.Я. Ляудис, В.В. Рубцова, Е.А. Корсунского, А.А. Реан, Т.Д. Дубовицкой, Е.С. Романовой.

□ Аналитико-системный подход в семейном психологическом консультировании Э. Г. Эйдемиллера, Н.В. Александровой, основанный на синтезе парадигм психоанализа, системного и нарративного подходов.

Способы, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников:

Создание атмосферы защищенности и безопасности участников группового взаимодействия с помощью принятием правил взаимодействия и поведения на занятиях.

«Конфиденциальность» – личная информация, мысли, чувства, высказываемые участниками, не выносятся за пределы группы.

«Здесь и теперь» – говорить о собственных мыслях, чувствах, которые возникают «здесь и теперь», даже если рассказываются ситуации, происходившие раньше, то акцент делается на том, что переживается в настоящий момент.

«Я – высказывания» – говорить от своего имени, о своих мыслях, чувствах, избегая оценок, начиная фразу с «Я»: «Я чувствую, думаю, Мне кажется...», избегая обобщений, «Мы – высказываний», типа: «Мы все здесь чувствуем...».

«Называть друг друга по имени» – это создает доверительную дружескую атмосферу.

Правило «Одного микрофона» – когда говорит один участник, остальные внимательно слушают, не перебивают, не подсказывают, проявляют уважение к мнению другого человека.

Правило «Не ставим оценок» – любой участник может высказывать свои мысли, чувства, при этом ведущие и остальные участники группы обсуждают только ситуации, а не дают оценку поступкам, поведению, тем более личности высказывающегося.

Обсуждение правил. Правила в интерактивной форме обсуждаются с родителями и детьми, вначале можно предложить им сформулировать свои правила, «которые помогли бы нам работать с уважением относясь друг к другу», затем предложить вышеперечисленные правила в качестве дополнения и обобщения (почти наверняка, какие-либо формулировки, предложенные школьникам, будут близки вышеперечисленным), и тогда вышеперечисленные правила с возможными дополнениями будут выступать органичным итогом общего обсуждения.

Важную нагрузку несёт специально организованная среда, в рамках которой реализуется программа. Участники создают творческие работы, выполняют домашние задания, отчеты о которых объединяются в выставки и размещаются в определённом месте в кабинете, или другом помещении по выбору организаторов, становясь постоянным элементом среды на период проведения программы. Обязательным условием на занятиях является получение обратной связи от участников программы и ведущего.

Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы соблюдается в соответствии с:

- Конвенцией о правах ребенка, конституцией Российской Федерации,
- Соблюдением этического кодекса психологов,
- Закона о персональных данных,
- Закона об образовании,
- Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ (с изменениями от 20.07.2000 г.),

- Уставом образовательного учреждения.
- Выработкой правил группы и их соблюдение.

Сфера ответственности, основных прав и обязанностей участников программы:

Специалисты образовательного учреждения создают условия для правильной организации деятельности, предполагающую личностную включенность участников программы в процессы развития.

Педагог – психолог несет ответственность за жизнь и здоровье участников программы во время проведения занятий, а так же за сообразность содержания и методов реализации программы с возрастными и личностными особенностями участников, а также за нарушение прав и свобод в соответствии с законодательством Российской Федерации; Отвечает за адекватность используемых диагностических методов и обоснованность рекомендаций.

Психолог обязан избегать причинения вреда участникам программы, нести ответственность за все свои действия.

Участники программы (дети, родители) имеют право на:

1. Добровольное участие в программе.
2. Уважительное отношение к себе.
3. Отказ от участия в программе.

Участники программы обязаны:

1. Не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы.
2. Соблюдать режим посещения занятий.

Требования к квалификации преподавателей, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Специалист, реализующий программу–педагог-психолог, имеет высшее профессиональное образование. Компетентность педагога-психолога, реализующего программу, включает представление о планируемых результатах данной программы, умения проектировать зону ближайшего развития, психологически обеспечивать эмоционально-комфортную образовательную среду: знает основы коррекционной работы с детьми младшего школьного возраста, возрастную и педагогическую психологию, педагогику, владеет современными технологиями проектирования коррекционно-развивающей среды.

Назначение программы:

Программа предназначена для работы с младшими школьниками, имеющих проблемы поведения и обучения. Обязательно в программе должны принимать участие и родители детей.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность каждого 45-50 минут.

Программа предназначена для работы в группе и включает в себя два направления работы:

- групповая работа с детьми
- групповая работа с родителями

Общая продолжительность программы - 12 занятий с детьми (12 академических часов), 12 часов работы с родителями (12 академических часов). Суммарно 24 часа психолого – педагогического воздействия.

Цель программы

Формирование у детей социально-одобряемого поведения. Помощь родителям в налаживании здоровых семейных и детско-родительских отношений.

Задачи программы

- формирование положительной Я – концепции.
- коррекция и нормализация детско – родительских отношений
- расширение репертуара воспитательных воздействий на ребёнка родителями
- улучшение эмоционального состояния детей.
- гармонизация внутрисемейных отношений
- развитие коммуникативных навыков детей, повышение самооценки.
- положительная динамика в оценках родителями своих взаимоотношений с детьми.

Контингент обучающихся и принцип набора в группу:

Программа предназначена для родителей с неадекватными стилями семейного воспитания, при коммуникативных нарушениях в семье: разобщённость, перверсия ролей и т.д. Программа актуальна при поведенческих проблемах детей: негативизм, лживость, воровство и т.д., связанных с проблемами в семье. Участниками группы становятся дети и их родители по результатам предварительных консультаций со специалистом и предварительной диагностики детей. В группе от 5 до 9 человек. Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 7-11 лет имеющих эмоциональные проблемы, и трудности в поведении и их родителей.

Ожидаемые результаты программы:

После прохождения курса занятий по программе у детей значительно снижается уровень тревожности, агрессии, исчезают страхи. Они становятся более спокойными, уравновешенными, уверенными в себе, «покладистыми» на занятиях у других специалистов (логопедов, педагогов). Отмечается качественное улучшение коммуникативных навыков при взаимодействии с детьми и взрослыми. Приобретенный опыт творческого самовыражения способствует изменению отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, а также укреплению (или пробуждению) доверия к миру, развитию новых, более продуктивных отношений с миром.

Для родителей могут быть актуальны изменения во взаимодействии с ребёнком:

Родители начинают лучше понимать, что происходит с ребёнком, и как они могут ему помочь – для того, чтобы в дальнейшем самим справляться с проблемными ситуациями.

Улучшаются взаимоотношения детей и родителей, а иногда и родителей между собой – и те, и другие начинают лучше слышать и понимать друг друга и получают ценный опыт сотрудничества, который можно распространить на все сферы семейной жизни.

Ребёнок «прорабатывает» проблемную ситуацию, и она перестаёт иметь над ним «эмоциональную власть» - ребёнок начинает жить обычной детской жизнью.

Ребёнок становится увереннее в себе и находит свои способы справляться с тем, с чем раньше не мог справиться.

Ребёнок научается делать выбор, брать за него ответственность и принимать границы – свои и чужие, а значит, становится более адаптивным в социальном мире.

Ребёнок становится свободнее, пробует выражать себя и принимать таким, какой он есть – и это формирует основу для здорового развития личности.

Возможные риски для реализации и эффективности программы и пути их преодоление:

1	Снижение актуальности программы	Регулярный анализ эффективности программы
2	Не востребованность программы в связи с недостаточной информированностью клиентов	Осуществление регулярного информирования клиентов о реализации данной программы с использованием разнообразных каналов коммуникации передачи информации
3	Не достаточная активность участников программы	Корректировка плана программы с привлечением специалистов службы сопровождения
4	Не достаточный уровень общей осведомлённости родителей особенностях группового взаимодействия	Выработка координированных действий специалистов службы сопровождения

Оценка результативности:

Критериями результативности программы являются изменения в эмоционально-личностной сфере ребенка и поведении:

- нормализация или улучшение эмоционального состояния;
- наличие положительной динамики в решении эмоциональных проблем (снижение уровня тревожности, агрессивности);
- развитие творческой активности;
- умение конструктивно взаимодействовать с другими людьми;
- повышение уровня самооценки.

Для оценки результативности могут использоваться:

1. Данные диагностического исследования эмоционального состояния перед началом и в конце занятий (тест Люшера, цветовой тест отношений, рисуночный тест Сильвер);
2. Данные анализа продуктов деятельности (на протяжении всех занятий);
3. Данные опроса детей и анкетирования родителей по окончании занятий.

Анкетирование родителей (анкеты Лисиной М.И. – Синько Т.В., Степановой Г. Приложение 1,2)

Эффективность измеряется по качественному анализу рисуночных проб, положительной динамикой в оценках родителей своих взаимоотношений с детьми, повышению коммуникативных навыков детей.

Содержание программы

Программа рассчитана на 12 занятий с детьми и 12 занятий с родителями. Работа с детьми проводится по рабочей программе «Коррекция поведения младших школьников» с использованием арт-терапевтических и игровых методов. Работа с родителями проходит по рабочей программе «Повышение компетентности родителей в формировании социально одобряемого поведения младших школьников» проходит в форме групповых бесед, консультаций со специалистом. Дети и родители занимаются параллельно в разных кабинетах с разными специалистами. В конце каждого занятия группы соединяются для получения обратной связи.

БЛОК ДЛЯ ДЕТЕЙ
«Коррекция поведения младших школьников».

Раздел 1. Вводная часть.

Тема 1.1 Знакомство.

Раздел 2. Основная часть. Изучение себя.

Тема 2.1. Моя имя.

Тема 2.2. Самоидентификация.

Тема 2.3. Моя фантазия.

Тема 2.4. Образ «Я».

Тема 2.5. Моя семья.

Тема 2.6. Мои чувства

Раздел 3. Завершающая часть.

Тема 3.1. Моё будущее.

Тема 3.2. Я и другие

Учебно-тематический план для занятий с детьми

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе	
			теорет.	практ.
1.	Знакомство	1	0,5	0,5
2.	Мое имя	1	0,25	0,75
3.	Какой я	1	0,25	0,75
4.	Я и моя фантазия	1	0,25	0,75
5.	Мой внутренний мир	1	0,25	0,75
6.	Я и моя семья	1	0,25	0,75
7.	Моя история	1	0,25	0,75
8.	Мой образ в будущем	1	0,25	0,75
9.	Мои чувства (злость)	1	0,25	0,75
10.	Мои чувства (страх)	1	0,25	0,75
11.	Мой дом	1	0,25	0,75
12.	Заключительное занятие. Я и другие.	1	0,5	0,5
	ВСЕГО:	12	3,5	8,5

БЛОК ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

«Повышение компетентности родителей в формировании социально одобряемого поведения младших школьников».

Раздел 1. Вводная часть.

Тема 1.1 Знакомство.

Раздел 2. Основная часть.

Тема 2.1. Адаптация.

Тема 2.2. Общение.

Тема 2.3. Мотивация к обучению.

Тема 2.4. СДВГ.

Тема 2.5. Конфликты.

Раздел 3. Завершающая часть.

Тема 3.1. Исполнение желаний.

Учебно-тематический план для занятий с родителями

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе	
			теорет.	практ.
1.	Вводное занятие. Знакомство	1	0,5	0,5
2.	Эмоциональная лабильность	1	0,5	0,5
3.	Развитие эмоционально – волевой сферы ее значимость в развитии ребенка.	1	0,5	0,5
4.	Индивидуальные характеристика и их влияние на эмоциональные проявления	1	0,5	0,5
5.	Чувство радости	1	0,5	0,5
6.	Печаль. Родительская позиция.	1	0,5	0,5
7.	Тревога, страх. Родительская позиция.	2	0,5	1,5
8.	Злость, гнев. Родительская позиция.	2	0,5	1,5
9.	Калейдоскоп эмоций.	1	0,5	0,5
10.	Итоговое занятие. Диагностика. Анкетирование	1	0,5	0,5
	ВСЕГО:	12	5	7

Учебно-методический комплекс программы:

Занятия с родителями и детьми проводятся в двух разных помещениях. Помещения должны быть светлым, просторным, легко проветриваемым, стулья должны быть легко перемещаемы и не соединенными друг с другом.

Методическое оснащение программы:

Плакат с правилами. Листы А-4 на каждого участника по количеству занятий. Цветные карандаши, восковые мелки, фломастеры, клей и ножницы, пластилин. Материалы для творчества. Методическое оснащение для бесед с родителями.

Тестовые методики: Приложение 1.

Конспекты занятий: Приложения 2,3.

Список используемой литературы:

1. Алан Д. Ландшафт детской души. Юнгианское консультирование в школах и клиниках. СПб, Минск: **Диалог-Лотаць**, 1997.
2. Бардиер Г.Л., Никольская И.М. Что касается меня...сомнения и переживания самых младших школьников. СПб: Речь, 2005.
3. Келлог Д. Мандалы в арт-терапии / Метод «Мандала». Под редакцией Копытина А.И. Москва: Психотерапия, 2009.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб: Речь, 2006.
5. Кожохина С.К. Растем и развиваемся с помощью искусства. СПб: Речь, 2006.
6. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб: Питер, 2002.
7. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб: Речь, 2005.
8. Сакович Н.А. Игры в тигры. Сборник игр с агрессивными детьми и подростками.
9. Сучкова Н.О. Арт-Терапия в работе с детьми из неблагополучных семей. СПб: Речь, 2008.
10. Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. Москва: Класс, 1997.
11. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию: становление человека. Москва: Прогресс, 1994.
12. Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб: Питер, 2001.
13. Эйдемиллер Э. Г., Добряков И. В., Никольская И. И. Семейный диагноз и семейная психотерапия. СПб: Речь, 2005.
14. Акулина, Мария Детско – родительские отношения / Мария Акулина. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012. - 108 с.
15. Воспитание детского коллектива. 4 класс: программа, родительские собрания, классные часы, коллективные творческие дела. - Москва:**Высшая школа**, 2016. - **290** с.
16. Галой, Н. Ю. Игровые сеансы с детьми раннего возраста и детско-родительскими парами. Комплексы игровых упражнений и действий / Н.Ю. Галой. - М.: Учитель, 2015. - **339** с.
17. Галой, Н.Ю. Игровые сеансы с детьми раннего возраста и детско-родительскими парами. Комплексы игровых упражнений и действий. ФГОС ДО / Н.Ю. Галой. - М.: Учитель, 2015. - **316** с.
18. Генгер, Мария Детско-родительские отношения в семьях участников боевых действий / Мария Генгер. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2014. - 200 с.

Тест Люшера (модификации Ореховой и Собчик).

Инструкция для психолога: цветковые карточки выкладываются перед ребенком на чистом белом (но не ослепительно) листе бумаги. Ответы ребенка следует записывать в верхней части его ответного бланка в специально отведенном для этого месте.

Инструкция к тесту Люшера: «На какой из этих цветов больше всего похоже твое настроение, когда ты утром идешь в школу? Чаще всего, обычно. Назови или покажи пальцем. А дома в выходные дни? На уроках математики? Русского языка? Чтения? Природоведения? И т. Д. Когда у доски отвечаешь? А перед контрольной работой? Когда на перемене с ребятами играешь (общаешься)? Когда с классным руководителем разговариваешь? (Последовательно записывайте номера цветов, которые выбирает ребенок, отвечая на вопросы.! А теперь выбери из всех этих цветов тот, который тебе больше всего нравится, кажется красивее других. (Выбранную цветовую карточку следует убрать, а ее номер записать.) А из оставшихся?» Далее предлагайте ребенку делать аналогичный выбор из остающихся цветов, выбранные карточки убирайте, пока они все не закончатся. Последовательность предпочтения цветов записывайте в ответном бланке.

Цветовой выбор не занимает много времени и дает необходимую информацию о физиологическом состоянии ребенка, его работоспособности в день проведения тестирования. Процедура исследования цветовых ассоциаций (когда ребенок выбирает, на какой цвет похоже его настроение дома, в школе, на конкретных уроках и пр.) позволяет выявить, насколько комфортно ребенок себя чувствует в типичных для него жизненных ситуациях.

Мы предлагаем использовать в таблице следующие условные обозначения:

0 Эмоциональные состояния и установки:

+ - положительное отношение, установка, эмоциональное состояние, хорошее настроение (отмечается при выборе синего, зеленого, красного, желтого и фиолетового цветов);

О – нейтральное отношение, отсутствие эмоций, пассивное неприятие, равнодушие, опустошенность, ощущение ненужности (отмечается при выборе серого цвета);

-- отрицательное отношение, установка, негативизм, резкое неприятие, преобладание плохого настроения (отмечается при выборе черного цвета).

С – тревога, беспокойство, напряжение, страх, неприятные физиологические ощущения (болит живот, голова, подташнивает и пр.), отмечается при выборе коричневого цвета.

И – инфантилизм, капризы, неустойчивость установок, безответственность, сохранение «позиции ребенка» (отмечается при выборе фиолетового цвета только для ситуаций: самочувствие дома, общая установка к школе, взаимоотношение с классным руководителем).

Н – нормальное фоновое эмоциональное состояние, примерно одинаковое соотношение приятных и неприятных эмоциональных переживаний (отмечается в том случае, если расчетное значение суммарного отклонения от аутогенной нормы (СО) находится в пределах от 10 до 18).

2. Эмоциональная самооценка:

+ - позитивная самооценка, ребенок отождествляет себя с хорошими детьми (отмечается в том случае, если цветовой выбор ребенка начинается с синего, зеленого, красного, желтого цветов);

-- негативная самооценка, ребенок отождествляет себя с плохими людьми, сам себе не нравится (отмечается в том случае, если цветовой выбор ребенка начинается с черного, серого, коричневого цветов);

И – инфантильная самооценка, личностная незрелость, сохранение установок и манеры поведения, свойственных более младшему возрасту (отмечается в том случае, если цветовой выбор ребенка начинается с фиолетового цвета).

1 Энергия (отмечается на основе расчета значения вегетативного коэффициента ВК):

Н - норма, отсутствие утомления, хорошая работоспособность;

↓ - состояние компенсируемой усталости;

↓↓ - состояние хронического переутомления;

↑ - состояние перевозбуждения, компенсирующее усталость.

Неблагополучная ситуация в семье, негативное отношение к школе, боязнь тех ли иных уроков, неуверенность в ситуации проверки знаний, не сложившиеся отношения с учителем или одноклассниками – все это может существенно нарушать самочувствие ребенка и, как следствие, сам процесс обучения. Страх школы, конкретных предметов, проверки знаний или отрицательное отношение к учителю может иметь объективную основу в недостатках интеллектуального развития учащихся. Осложнение взаимоотношений с окружающими может быть вызвано особенностями его поведения, наличием неадекватных реакций. Информация об эмоциональном состоянии ребенка должна быть проанализирована.¹²

Ниже мы приводим интерпретации цветовых выборов и цветовых ассоциаций, надежность которых подтверждена наблюдениями педагогов, психологов, родителей, а также сведениями о состоянии здоровья ребенка.

Синий цвет (1). Этот цвет предпочитают (выбирают в качестве наиболее приятного) чувствительные, впечатлительные, но в то же время спокойные и уравновешенные дети. Они часто отличаются утонченностью и хорошим эстетическим развитием. Состояние грусти и печали является для них приятным эмоциональным переживанием. Они имеют потребность в глубоком личном, а не поверхностном игровом общении. Если эта потребность удовлетворяется (либо в школе, либо дома), то ребенок чувствует себя хорошо. Но даже если потребность долго не находит удовлетворения, она «трансформируется» в состояние ожидания с сохранением положительной эмоциональной окраски.

Зеленый цвет (2). Этот цвет предпочитают дети с высоким уровнем притязаний. Для них характерна озабоченность собственным статусом и положением в коллективе. Они испытывают потребность в похвале, хотят быть лучше других. Обычно этот цвет выбирается детьми на начальном этапе подросткового кризиса. Такой выбор свидетельствует об активизации потребности в самоутверждении, о необходимости уважительного отношения к личности ребенка. Если окружающие продолжают обращаться с ним, как с маленьким, управлять и помыкать, то потребность в самоутверждении гипертрофируется и трансформируется в подростковый негативизм (подросток в качестве предпочитаемого начинает выбирать черный цвет). Если окружающие ребенка взрослые понимают, что он вступил в подростковый возраст, и соответствующим образом изменяют манеру общения с ним, то многих поведенческих проблем просто не возникает.

Детям, которые ассоциируют с зеленым цветом свое настроение *дома*, необходимо, чтобы в семье их уважали и проявляли серьезное отношение к их мнению, интересам и достижениям, чтобы взрослые не обращались с ними как с маленькими.

Дети, выбирающие зеленый цвет для передачи своего настроения *в школе*, стремятся к лидерству во всем, стараются получать только «пятерки», хотят быть отличниками, проявляют очень высокую чувствительность во взаимоотношениях с учителями, добиваются, чтобы их хвалили и ставили в пример другим, готовы заниматься общественной работой, если она повышает их статус в классе.

Красный цвет (3). Этот цвет предпочитают активные, энергичные, напористые, деятельные дети (иногда слишком деятельные). Они обычно оптимистичны, шумны и веселы, часто несдержанны.

Желтый цвет (4). Этот цвет предпочитают мечтательные дети с богатым воображением, обычно полные надежд, но не готовые активно действовать, склонные в фантазиях проигрывать различные жизненные ситуации. Они живут больше в будущем, чем в настоящем. Такие дети любят составлять планы, но не всегда доводят их до реализации. Если желтый цвет ассоциируется с обстановкой в школе или дома, то это означает, что ребенок связывает с ними только хорошие ожидания.

Фиолетовый цвет (5). Этот цвет предпочитают дети, у которых доминируют инфантильные установки.

Если фиолетовый цвет характеризует настроение ребенка *в школе*, то он не чувствует ответственности, не готов преодолевать учебные трудности, ходит в школу, чтобы общаться с одноклассниками. Таким детям нравится в школе, когда там бывает интересно и когда их хвалят. Однако если они испытывают трудности при выполнении домашнего задания или получают замечание на уроке, отношение к школе резко меняется: они могут капризничать, устраивать истерики, отказываться идти в школу. Если ребенок ассоциирует с фиолетовым цветом свои отношения с учителем, то от него он ожидает повышенной заботы и индивидуализированного отношения. Может обижаться и капризничать, если учитель строит отношения с ним только на «деловой» основе и не оказывает эмоциональных знаков внимания. Такой ребенок не соблюдает «дистанцию» в отношениях с учителями, старается любыми способами добиться расположения любимого учителя.

Если «фиолетовое» настроение характерно для *дома*, то, как правило, оказывается, что родители продолжают обращаться с подростком, как с маленьким ребенком, потакают и умиляются его капризам, строят отношения с ним по принципу гиперопеки.

Коричневый цвет (6). Этот цвет предпочитают тревожные дети, которые часто испытывают эмоциональный или физический дискомфорт, неприятные болезненные ощущения («мне не хорошо», «тошнит», «у меня болит живот» и т. П.), страх. Если коричневый цвет оказывается на первом месте в ряду цветовых предпочтений ребенка, то обычно это связано с наличием у него каких-либо хронических заболеваний (часто сильного диатеза, аллергии) или травм (ушибов, переломов), которые осложняют его деятельность и общение.

Ребенок, выбирающий коричневый цвет для обозначения своего настроения *в школе*, обычно плохо себя в ней чувствует: боится школы, испытывает затруднения в учебе по каким-то конкретным предметам (например, неграмотные ученики вплоть до 7-8 класса выбирают коричневый цвет для обозначения своего самочувствия на уроках русского языка).

Черный цвет (7). Выбирают учащиеся, негативно настроенные по отношению к себе и ко всему окружающему, выражая активное, резкое неприятие, протест. Они ненавидят школу, уроки и все, что связано с учебой, и открыто об этом говорят. Дома находятся в состоянии открытой конфронтации с родителями. Родители их наказывают (иногда жестоко), но дети все равно действуют по-своему. Если ребенок выбирает черный цвет как наиболее предпочитаемый (первое место), то внутренне он уже согласился с той отрицательной оценкой, которую получает от окружающих («да, я плохой»). Первоклассниками черный цвет выбирается крайне редко, но достаточно часто его выбирают дошкольники в детских садах и особенно дети, занимающиеся в центрах развития и подготовки к школе (до 20%). Дети устают от нудных занятий, от принуждения со стороны родителей и заранее ненавидят школу (само собой, и центры подготовки тоже). Когда они приходят в школу, то у большинства отношение меняется: оказывается, в школе совсем не так плохо, как они думали (мы проводили специальное обследование и беседы с детьми).

Серый цвет (0). Связан с инертностью и безразличием. Для детей, выбирающих этот цвет, характерно пассивное неприятие, равнодушие к школе. Дома они предоставлены сами себе, брошены, какое-либо эмоциональное участие взрослых в их жизни отсутствует.

В общении с детьми необходимо учитывать их доминирующие установки, особенно в период адаптации к школе и для оптимизации семейной ситуации. Установка – это «руководство к действию», ожидание, которое стремится быть реализованным. Необходимо искать причины неконструктивных детских установок, менять необходимым образом окружающую ребенка ситуацию, отношение к нему взрослых, чтобы страх и равнодушие не сковывали его деятельность, и не было необходимости в агрессивной защите.

На основании сделанного ребенком последовательного выбора цветовых предпочтений рассчитываются показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы (СО) и вегетативный коэффициент (ВК).

Порядок выбора цветов **34251607**, соответствующий аутогенной норме – индикатору психологического благополучия – был предложен Вальнеффом. Чтобы получить **суммарное отклонение (СО) от аутогенной нормы**, нужно: 1) для каждого из 8 цветов вычислить разницу между его номером в реальном ряду предпочтений ребенка и номером в нормативном, «идеальном» ряду, 2) суммировать эти разности (их абсолютные величины, без учета знака). Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным.

Зона 2 (20<СО (К32). Преобладание отрицательных эмоций.

У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания, причины которых необходимо выяснить. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, о наличии проблем, которые он не может преодолеть самостоятельно. Преобладание плохого настроения может не нарушать сам процесс обучения, но свидетельствует о том, что ребенок нуждается в психологической помощи. Необходимо понять причины выявленного у ребенка состояния и в соответствии с этим планировать оказание помощи.

Зона 3 (10<СО<18). Эмоциональное состояние в норме. Ребенок может и радоваться, и печалиться, поводов для беспокойства нет, адаптация протекает в целом нормально.

Зона 4 (0<СО<8). Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично, пребывает в состоянии эйфории.

Вегетативный коэффициент (ВК) характеризует энергетический баланс организма: способность к энерготратам или установку на сбережение энергии. В «психологической характеристике» он обозначается как «физиологическая энергия».

Расчет ВК производится по формуле, предложенной К. Шипошем	$BK = \frac{18 - \text{место красного} - \text{место желтого}}{18 - \text{место синего} - \text{место зеленого}}$
Для приведенного выше выбора, сделанного ребенком, расчет производится следующим образом	$BK = \frac{18 - 3 - 8}{18 - 5 - 2} = \frac{7}{11} = 0,64$

Значение ВК изменяется от 0,2 до 5 баллов. Полученное значение сравнивается с данными нормативных таблиц (Приложение 1) и интерпретируется следующим образом:

2 зона. Хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка, требуется их существенное снижение. Обычно переутомление связано с наличием (и обострением) хронических заболеваний (почечной, сердечной, легочной недостаточности и пр.). Общая ослабленность организма обычно проявляется в его низкой сопротивляемости инфекциям, что приводит к частым простудным заболеваниям.

2 зона. Компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха ребенка.

3 зона. Оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, отсутствием усталости, здоровой активностью, готовностью к энерготратам. Нагрузки соответствуют его возможностям. Образ жизни ребенка позволяет ему полностью постанавливать затраченную энергию.

4 зона. Перевозбуждение. Чаще всего является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, а не в оптимальном режиме, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, иногда необходимо и снижение нагрузок.

Широко известно, что в состоянии хронического переутомления память, внимание, мышление не могут полноценно функционировать, нарушается адекватность реагирования, снижается способность к самоуправлению. Все это, естественно, отрицательно сказывается на школьных успехах. Но чем больше времени ребенок начинает уделять урокам и меньше – отдыху, тем плачевнее бывают общие результаты: к слабой успеваемости добавляется и потеря здоровья. При хроническом переутомлении, и первую очередь, требуется снижение нагрузок.

Для правильной оценки энергетического баланса организма, работоспособности ребенка, необходимо учитывать взаимное расположение красного (3) и желтого (4) цветов. Меняется эмоциональное восприятие цвета: сине-голубые оттенки кажутся более привлекательными, а желто-красные – резко неприятными. Особенно непереносимым становится желтый цвет. Когда этот цвет оказывается перед глазами переутомленного человека, он может вызвать приступ тошноты или головной боли, даже привести к потере сознания.

Проективный тест «Рисунок семьи».

Тест предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений. Он поможет прояснить отношения ребенка к членам своей семьи, то, как он воспринимает их и свою роль в семье, а также те характеристики отношений, которые вызывают в нем тревожные и конфликтные чувства.

Описание теста. Семейную ситуацию, которую родители оценивают со всех сторон положительно, ребенок может воспринимать совершенно иначе. Узнав, каким он видит окружающий мир, семью, родителей, себя, можно понять причины возникновения многих проблем ребенка и эффективно помочь ему при их разрешении.

Инструкция к тесту. Ребенку дают простой карандаш средней мягкости и стандартный чистый лист бумаги формата А4. Использование каких-либо дополнительных инструментов исключается. «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Не следует давать какие-то указания или уточнения. На возникающие у ребенка вопросы, такие, как «Кого надо рисовать, а кого не надо?», «Надо нарисовать всех?», «А дедушку рисовать надо?» и т.д., отвечать следует уклончиво, например: «Рисуй так, как тебе хочется».

Пока ребенок рисует, вы должны ненавязчиво производить наблюдение за ним, отмечая такие моменты, как:

Порядок заполнения свободного пространства.

Порядок появления персонажей рисунка.

Время начала и окончания работы.

Возникновение трудностей при изображении того или иного персонажа или элементов рисунка (чрезмерная сосредоточенность, паузы, заметная медлительность и т.д.).

Время, затраченное на выполнение отдельных персонажей.

Эмоциональный настрой ребенка во время изображения того или иного персонажа рисунка. По окончании рисунка попросите ребенка подписать или назвать всех изображенных персонажей рисунка.

После того как рисунок будет завершен, наступает второй этап исследования – беседа. Беседа должна носить легкий, непринужденный характер, не вызывая у ребенка чувства сопротивления и отчуждения. Вот вопросы, которые следует задать:

Чья семья изображена на рисунке, – семья ребенка, его друга или вымышленного лица?

Где эта семья находится и чем заняты ее члены в настоящее время?

Как ребенок описывает каждого из персонажей, какую роль отводит каждому в семье?

Кто в семье самый хороший и почему?

Кто самый счастливый и почему?

Кто самый грустный и почему?

Кто больше всех нравится ребенку и почему?

Как в этой семье наказывают детей за плохое поведение?

Кого одного оставят дома, когда поедут на прогулку?

Интерпретация результатов теста

Полученное изображение, как правило, отражает отношение ребенка к членам его семьи, то, какими он их видит, и какую роль в семейной конфигурации отводит каждому.

1. Оценка общей структуры. Что мы видим на рисунке: действительно, семью, члены которой изображены вместе, близко стоящими или занятыми выполнением какого-то общего дела или это просто несколько изолированных фигур, никак не контактирующих друг с другом. Следует иметь в виду, что то или иное изображение семейной ситуации может быть связано с реальным положением в семье, а может противоречить ему.

Если, например, члены семьи изображены держащимися за руки, то это может соответствовать реальной ситуации в семье, а может быть отражением желаемого.

Если два человека изображены близко друг к другу, то, возможно, это отражение того, как ребенок воспринимает их взаимоотношения, но при этом оно не отвечает действительности.

Если какой-то персонаж отдален от других фигур, это может говорить о «дистанции», которую ребенок замечает в жизни и выделяет ее.

Помещая одного из членов семьи выше остальных, ребенок тем самым придает ему исключительный статус. Этот персонаж, по мнению ребенка, обладает наибольшей властью в семье, даже если он рисует его самым маленьким по сравнению с размерами остальных.

Ниже остальных ребенок склонен помещать того, чье влияние в семье минимально.

Если ребенок выше всех помещает своего младшего брата, то, по его мнению, он именно тот, кто управляет всеми остальными.

2. Определение наиболее привлекательного персонажа. Его можно выявить по следующим признакам:

он изображается первым и помещается на переднем плане;

он выше и крупнее остальных персонажей;

выполнен с большей любовью и тщательностью;

остальные персонажи сгруппированы вокруг, повернуты в его сторону, смотрят на него.

Ребенок может выделить одного из членов семьи тем, что изображает его в какой-то особенной одежде, наделяет его какими-то деталями и таким же образом изображает собственную фигуру, отождествляя, таким образом, себя с этим персонажем.

Размер того или иного члена семьи говорит о том значении, которое имеет этот персонаж для ребенка. Например, если бабушка нарисована большего размера, чем отец с матерью, то скорее всего в настоящее время отношения с родителями стоят для ребенка на втором плане. Наоборот,

наименее значимый персонаж на рисунке изображается самым маленьким, рисуется в последнюю очередь и помещается в стороне от остальных. С таким персонажем ребенок может обойтись более категорично: перечеркнуть несколькими штрихами или стереть резинкой.

Сильная штриховка или сильный нажим карандаша при изображении той или иной фигуры выдают чувство тревоги, которое испытывает ребенок по отношению к этому персонажу. И напротив, именно такая фигура может быть изображена с помощью слабой, тонкой линии.

Предпочтение того или иного родителя выражается в том, ближе к кому из родителей нарисовал себя ребенок, какое выражение лица прочитывается в фигурах родителей.

Дистанция между членами семьи – один из основных факторов, отражающих предпочтения ребенка. Расстояния на рисунке являются отражением психологической дистанции. Таким образом, наиболее близкие люди изображаются на рисунке ближе к фигуре ребенка. Это же касается и других персонажей: те, кого ребенок помешает на рисунке рядом, близки, по его мнению, и в жизни.

3. Ребенок о себе. Если ребенок больше всех выделяет на рисунке свою фигуру, рисует себя более тщательно, прорисовывая все детали, изображая более ярко, так что бросается в глаза, а остальные фигуры составляют просто фон, то тем самым он выражает важность собственной личности. Он считает себя основным персонажем, вокруг которого вращается жизнь в семье, самым значимым, уникальным. Подобное ощущение возникает на основе родительского отношения к ребенку. Стремясь воплотить в ребенке все то, чего не смогли добиться сами, дать ему все, чего были лишены, родители признают его приоритет, первостепенность его желаний и интересов и свою вспомогательную, второстепенную роль.

Маленькая, слабая фигурка, изображенная в окружении родителей, в которой ребенок признает себя, может выражать чувство беспомощности и требование заботы и ухода. Такое положение может быть связано с тем, что ребенок привык к атмосфере постоянной и чрезмерной опеки, которая окружает его в семье (часто наблюдается в семьях с единственным ребенком), поэтому чувствует себя слабым и даже может злоупотреблять этим, манипулируя родителями и постоянно требуя от них помощи и внимания.

Ребенок может нарисовать себя вблизи родителей, оттеснив остальных членов семьи. Таким образом, он подчеркивает свой исключительный статус среди других детей.

Если ребенок рисует себя рядом с отцом и при этом преувеличивает размеры собственной фигуры, то, вероятно, это указывает на сильное чувство соперничества и желание ребенка занять такое же прочное и авторитетное место в семье, как и отец.

4. Дополнительные персонажи. Рисуя семью, ребенок может добавить людей, не относящихся к семейному кругу, или животных. Такое поведение трактуется как попытка заполнить пустоты, возместить нехватку близких, теплых отношений, компенсировать недостаточность эмоциональных связей и т.д. Так, например, мальчик, будучи единственным ребенком в семье, может включить в свой рисунок двоюродных сестер или братьев, самых дальних родственников и разных животных – кошек, собак и прочих, выражая тем самым недостаток близкого общения с другими детьми и потребность иметь постоянного спутника в играх, с которым можно было бы общаться на равных.

На рисунке могут присутствовать и вымышленные персонажи, которые также символизируют неудовлетворенные потребности ребенка. Не получив их удовлетворения в реальной жизни, ребенок удовлетворяет эти потребности в своей фантазии, в воображаемых отношениях. В таком случае вам следует попросить ребенка рассказать побольше об этом персонаже. В его ответах вы найдете то, чего ему не хватает в действительности.

Ребенок может изобразить вблизи одного из членов семьи домашнее животное, в действительности отсутствующее. Это может говорить о потребности ребенка в любви, которую он хотел бы получить от этого человека.

5. Родительская пара. Обычно родители изображаются вместе, отец выше и крупнее помещается слева, мать пониже справа, за ними следуют другие фигуры в порядке значимости. Как уже отмечено, следует учитывать, что рисунок не всегда отражает действительность, иногда это лишь отражение желаемого. Ребенок, который воспитывается одним из родителей, может тем не менее изобразить их обоих, выражая тем самым свое желание того, чтобы их союз восстановился.

Если же ребенок рисует одного родителя, с которым живет, это означает принятие им реально существующей ситуации, к которой ребенок более или менее адаптировался.

Один из родителей может оказаться на рисунке в изолированном положении. Если фигура родителя одного с ребенком пола изображена в стороне от остальных, то это можно интерпретировать как желание ребенка находиться с родителем противоположного пола. Ревность, вызванная эдиповым комплексом, является вполне нормальным явлением для ребенка до достижения им полового созревания (в среднем 12 лет).

Тот случай, когда фигура ребенка и родителя противоположного пола удалены друг от друга, может, по-видимому, рассматриваться как незначительное нарушение естественного порядка взаимоотношений с родителем другого пола.

Если на рисунке родители контактируют друг с другом, например держатся за руки, то, значит, в жизни между ними наблюдается тесный психологический контакт. Если контакта на рисунке нет, то скорее всего его нет и в реальности.

Иногда ребенок, игнорируя реальную ситуацию, изображает одного из родителей неестественно большого размера, часто это касается материнской фигуры. Это говорит о том, что в его глазах этот родитель воспринимается как подавляющая фигура, пресекающая любое проявление самостоятельности и инициативы. Если у ребенка сложился образ одного из родителей как доминирующего, подавляющего, враждебного, пугающего человека, то он склонен придать его фигуре большие размеры по сравнению с фигурами других членов семьи, не учитывая их реальных физических размеров. Такая фигура может изображаться с большими руками, демонстрируя своей позой властное, диктаторское отношение.

Противоположным образом родитель, которого ребенок не воспринимает всерьез, игнорирует, не уважает, изображается небольшим по размерам, с маленькими руками или вообще без них.

6. Идентификация. В рисунке семьи имеет место и такой показательный фактор, как идентификация. Ребенок легко отождествляет себя с тем или иным персонажем своего рисунка. Он может отождествлять себя с отцом, матерью, сиблингом.

Идентификация с родителем своего пола соответствует нормальному положению вещей. Она отражает его желание иметь предпочтительные отношения с родителем противоположного пола.

Идентификация со старшим сиблингом, независимо от пола, также является нормальным явлением, особенно если есть ощутимая разница в возрасте.

Иногда ребенок может отождествлять себя и с дополнительными персонажами, не входящими в состав семьи. В чем выражается идентификация? Фигура, с которой идентифицирует себя ребенок, изображается наиболее привлекательной, законченной; ей уделяется больше времени. Кроме того, предостаточно информации об этом обычно дают результаты беседы. В беседе, на которую следует полагаться более всего, часто открываются совершенно противоположные вещи. Оказывается, что ребенок может идентифицировать себя с самым невзрачным персонажем на рисунке, который имеет нечеткие очертания, помещается в стороне от всех остальных и т.д. Такой случай говорит о том, что ребенок испытывает большие затруднения и напряженность во взаимоотношениях с семьей и самим собой.

7. Отказ от изображения того или иного члена семьи. Если ребенок рисует себя в отдалении от остальных членов семьи, то, вероятно, он испытывает чувство одиночества и изолированности. Если же ребенок вообще отсутствует на рисунке, то речь может идти о том же самом, но в гораздо более сильном проявлении. Такие переживания, как чувство неполноценности или ощущение отсутствия общности, отчужденность, также заставляют ребенка исключать себя из рисунка семьи. Подобные примеры часто можно наблюдать в рисунках семьи, выполненных приемными детьми. Родительское недовольство, чрезмерная критичность, сравнения с братьями или сестрами в невыгодном для него свете способствуют формированию заниженного самоуважения и подавлению в ребенке мотивации к достижениям. В более мягкой форме это проявляется, когда ребенок рисует себя в последнюю очередь.

Частое явление в детских рисунках – отказ рисовать младшего сиблинга. Объяснения, такие, как "Брата я забыл нарисовать" или "Для младшего брата места не хватило" не должны вводить вас в заблуждение. Ничего случайного в рисунке семьи нет. Все имеет свое значение, выражает те или иные чувства и переживания ребенка по отношению к близким ему людям.

Довольно распространена ситуация, когда ребенок постарше ревнует родителей к младшему ребенку, поскольку тому достается большая часть любви и внимания родителей. Поскольку в реальности он сдерживает проявление чувства недовольства и агрессии, в рисунке семьи эти чувства находят свой выход. Младший сиблинг просто не изображается на рисунке. Отрицая его существование, ребенок снимает существующую проблему.

Может иметь место и другая реакция: ребенок может изобразить на рисунке младшего сиблинга, но исключить самого себя из состава семьи, таким образом идентифицируя себя с соперником, пользующимся вниманием и любовью родителей. Отсутствие на рисунке взрослых может свидетельствовать о негативном отношении ребенка к этому человеку, отсутствии какой-либо эмоциональной связи с ним.

Анкета для родителей.

Развитие коммуникативных навыков М.И.Лисина, Т.В.Синько

Показатель	Баллы	Критерий оценки
Потребность в общении	1	Не проявляет интерес к взаимодействию с детьми и взрослыми в социальных ситуациях, ведет себя отстраненно, не демонстрирует привязанность и доверие к детям и взрослым
	2	Проявляет умеренный, по настроению интерес к взаимодействию с детьми и взрослыми в социальных ситуациях, демонстрирует избирательную привязанность и доверие к детям и взрослым
	3	Проявляет устойчивый интерес к взаимодействию с детьми и взрослыми в ситуации обследования, совместной игры, на площадке, в детском саду и в других социальных ситуациях, активно демонстрирует привязанность и доверие к доброжелательным сверстникам и взрослым

Умение устанавливать контакт	1	Не здоровается по просьбе взрослого, не смотрит в глаза или смотрит мельком, не подает руку, избегает прикосновений к себе, избирательно интересуется деятельностью детей и взрослых, с трудом включается в предложенную игру, даже если она ему нравится. Уходя, не прощается
	2	Здоровается по просьбе взрослого по настроению, смотрит в глаза мельком, не подает руку при знакомстве, интересуется деятельностью детей и взрослых на расстоянии, включается в игру только после нескольких приглашений. Уходя, прощается при напоминании взрослого по настроению
	3	Здоровается самостоятельно или по просьбе взрослого с удовольствием, смотрит в глаза, подает руку, интересуется деятельностью, легко включается в любую игру. Всегда прощается самостоятельно или по напоминанию взрослого
Стиль взаимодействия	1	Стремление к уединению – играет в отдалении от детей, не участвует в подвижных играх, в хороводах, предпочитает настольно-печатные игры за столом
	2/д	Доминирование – стремиться быть первым, не учитывает интересы других детей, может отнять игрушку, активно демонстрирует недовольство
	2/п	Подчинение – легко соглашается на предложенную роль в игре, отдает игрушку по первой просьбе, скрывает огорчение
	3	Сотрудничество – проявляет взаимопомощь, сопереживание, заботу, отзывчивость в играх и совместной деятельности
Выраженность эмоций	1/н 1/л	Низкая - лицо амимичное, напряженное, движения и жесты скованные Эмоциональная лабильность – резкий переход от одной эмоции к другой, прямо противоположной
	2	Умеренная - определяется уровнем комфортности ситуации для ребенка или его личным социальным опытом
	3	Достаточная - адекватная ситуации. В играх и совместной деятельности чаще преобладают положительно окрашенные эмоции
Умение владеть собой	1	Не адекватно соотносит «желаемое и возможное», не может проявить терпение и уступчивость по просьбе взрослого или ребенка, склонен к реакциям резкого протеста и вербальной или физической агрессии
	2	Не всегда адекватно соотносит «желаемое и возможное», терпение и уступчивость по просьбе взрослого или ребенка проявляет ситуативно, по настроению
	3	Адекватно соотносит «желаемое и возможное», может проявить терпение и уступчивость по просьбе взрослого или ребенка

Анкета для родителей.
Выраженность эмоциональных проявлений Степанова Г.

Эмоции	Баллы	Проявление в поведении
<i>Страх</i>	1	Спокоен, нерешителен, малоактивен
	2	Таращится, пялит глаза, смотрит и сторонится, уклоняется
	3	Морщится, хмурит брови, отворачивается, возбужден, напряжен
	4	Отказывается смотреть, убегает, хнычет, дрожит
	5	Хватается за близкого, замирает, волнуется, плачет, визжит
<i>Гнев</i>	1	Спокоен, отворачивается, хмурит брови, смотрит угрюмо
	2	Морщится, надувает губы, становится более активным, корчит рожи, возбужден, сдерживает слезы, отворачивается
	3	Убегает, хнычет, протягивает руки, крепко зажимурируется. Колотит руками, сжимает кулаки
	4	Все отвергает, плачет, пронзительно кричит, дрожит, убегает, дергается, колотит руками
	5	Орет, визжит, кидается, чем-либо, набрасывается
Тревожность	1	Ожидание неудач, неприятностей, неодобрения старших
	2	Чрезмерная исполнительность, ответственность, заискивание перед детьми и взрослыми
	3	Неуверенность в себе, заниженная самооценка
	4	Безынициативность, пассивность, робость,
	5	Повышенная возбудимость, напряженность, скованность, страх перед всем новым, незнакомым. непривычным
Агрессивность	1	Упрямство, стремление возражать, отказываться
	2	Часто обижает животных
	3	Дразнит сверстников, выкрикивает обидные фразы, оскорбляющие другого человека
	4	Ломает игрушки, разрушает постройки, сделанные другими детьми или взрослыми в ответ на замечание либо запрет
	5	Стремится намеренно причинить вред и боль другому, обидеть по средствам слов, ударить без видимой причины
Импульсивность	1	Легкая переключаемость внимания, отвлекаемость от интересного занятия
	2	Нелюбовь к однообразной работе, жажда новых впечатлений
	3	Легко возникающие и быстро проходящие обиды
	4	Неумение ждать, нетерпеливость, несдержанность эмоций
	5	Вспыльчивость, несдержанность, раздражительность, поведение без учета интересов окружающих

БЛОК ДЛЯ ДЕТЕЙ
Конспекты занятий по программе
«Коррекция поведения
у младших школьников»

Занятие 1. «Знакомство».

Цель: Снижение эмоционального напряжения и установление контакта между участниками .

Занятие начинается совместно с родителями. О программе. Организационные вопросы, материалы.

Без родителей:

1. Упражнение «Снежный ком».

У каждого из вас есть имя. Наверно каждый из вас думал о себе: Какой Я? Какой я человек? умный, добрый, весёлый, смелый, сильный, ловкий....

Дети по кругу называют своё Имя. Отвечают на вопрос: Какой Я?. Кто еще может так о себе сказать – и Я, и я. Последующие повторяют всё, что слышали раньше. Последний говорит о всех. Заключительный круг, все вместе.

2. Обсуждение правил.

Ведущий читает правило, спрашивает, как дети понимают его, что оно значит. Готовы ли они его выполнять?

➤ НАШИ ПРАВИЛА.

➤ Правила должны быть такими, чтобы всем было:

➤ 1. Интересно!

➤ Для этого необходимо быть активным, правдивым и уметь слушать каждого.

➤ 2. Комфортно!

➤ Запрещаются оскорбления, упреки, обвинения. А вот внимание к положительным сторонам каждого приветствуется и даже поощряется.

➤ 3. Безопасно!

➤ Все, что происходит на занятиях, — для всех, кроме нас, секрет.

➤ 4. Полезно!

➤ Выполняем задания добросовестно.

3. Основное упражнение. «Страна – фантазия».

Чтобы помочь детям сосредоточиться на себе, стулья разворачиваются спиной в круг.

Сядьте удобно сосредоточьтесь на себе. Чтобы получилось, наблюдайте за своим дыханием. Вдох – выдох.

«Представьте себя в необычной стране, вы в ней главный. Но вы не человек , а необычный зверь. Придумайте, какой вы необычный зверь, такой зверь которого на самом деле не бывает. Кто вы?

Это ваша страна. Какая Она?

Как вы в ней живете? Где?

Кто рядом с вами? У вас есть друзья? Враги?

Чем вы питаетесь?

Что с вами происходит?»

Кто придумал, пожалуйста, выбирайте место за столом и нарисуйте то, что придумали. Себя в образе необычного, несуществующего животного, свою страну и все что сами захотите. Пожалуйста, работайте в молчании. Рассказать будет можно, когда все нарисуют. На рисунок у

вас 10 минут.

4. Презентация работ.

Дети по желанию представляют свои работы. Рассказывают о рисунках.

5. Упражнение для родителей. «Узнай рисунок своего ребёнка».

Рисунки пронумерованы, родители пишут номер рисунка на листочке, отдают ведущему.

По желанию пробуют рассказать про рисунок ребёнка.

Без детей:

6. Беседа с родителями.

Обсуждение полученного опыта, родители высказываются по желанию. Ведущий рассказывает о бережном отношении к продуктам детского творчества. Т.К. это результат личностной работы ребёнка, его процесс осознания, он должен всегда оцениваться положительно, ребёнка необходимо поддерживать в этом процессе.

Рассказ о правилах работы в группе. Обсуждение правила «Конфиденциальность». Как разговаривать с ребёнком о занятиях.

Материалы на следующее занятие. Бумага карандаши, фломастеры, мелки, краски. То чем нравится рисовать.

Занятие 2. «Рисуем имя»

Цель: Развитие положительного, целостного образа «Я» и самопринятия.

1. Упражнение «Мое имя». Участникам, сидящим в круге, предлагается внимательно посмотреть друг на друга и вспомнить о том, как кого зовут. Затем каждый называет по имени остальных участников, стараясь никого не пропустить.

Участники выполняют упражнение, следуя *инструкции*: «Сядьте, пожалуйста, так, как вам удобно; спина прямая, ноги на полу. Закройте глаза. Сделайте спокойный вдох и выдох. Прислушайтесь, что происходит вокруг и внутри вас. А теперь медленно произнесите про себя свое имя. Почувствуйте, какое у вас красивое имя, оно только ваше. Пропойте его про себя тихо. Прокричите свое имя про себя громко. Поднимите правую руку и напишите в воздухе свое имя. Поднимите левую руку и напишите имя. Напишите свое имя в воздухе двумя руками. Еще раз мысленно произнесите свое имя и сделайте какое-нибудь движение руками, какое захочется. Представьте, что у вас в руке большая широкая кисть. Вы опускаете ее в ведро с краской и пишете свое имя огромными буквами. Постарайтесь занять как можно больше пространства, от пола до потолка и обратите внимание на то, какого цвета воображаемая краска. Запомните этот цвет. Откройте глаза. Понравилось или не понравилось вам это упражнение? Легко или трудно было его выполнять? Какой цвет использовало ваше воображение в последней части упражнения?»

2. Рисунок имени. *Инструкция*: «Походите немного по кабинету выберите место, где вам будет приятно и удобно работать. А теперь возьмите лист бумаги и напишите все варианты своего имени – полное, сокращенное, ласковое и т.д., любимое, нелюбимое или кличку. Не забудьте про имена, которыми вас называют родители, друзья и имена, которыми бы вас могли называть по вашему желанию, в том числе и вымышленными. Из всего списка выберите одно, которое хотелось бы нарисовать. Нарисуйте на обратной стороне листа выбранное имя, используя любые изобразительные средства. Это может быть конкретный рисунок или рисунок из линий, пятен и даже каракули. Можно использовать в рисунке узоры, значки, символы, эмблемы, гербы и другие обозначения, подходящие на ваш взгляд вашему имени. В случае затруднения можно написать свое имя каким-нибудь необычным способом, например, используя различные шрифты, иностранный язык, буквы-образы, иероглифы и т.д.»

3. Во время демонстрации работ и обсуждения можно предложить участникам ответить на следующие вопросы:

- Зачем человеку имя?

- Что значит твое имя?
- Подходит ли тебе твое имя?
- Кто и почему тебя так назвал?
- Какое имя подходит нашей группе?

Важно подчеркнуть, что имя защищает человека, отличает его от других и несет в себе качества, которые помогают в жизни.

Домашнее задание: Детей просят узнать у родителей, почему их так назвали, и составить рассказ «История моего имени».

Сочинить историю (составить рассказ) или написать и проиллюстрировать книжку «История моего имени».

Материалы на следующее занятие: Бумага, карандаши, фломастеры, мелки.

Занятие 3. «Визуализация Розового куста».

Групповое здравствуйте. По желанию дети рассказывают о прошедшей неделе. «Сегодня в школе я»

1. Вспоминаем прошлое занятие. Рисунки «Моё имя» вешаем на доску. Вспоминаем, кого как зовут.
2. Упражнение на самопогружение.
3. Розовый куст: направленная фантазия перед рисованием.
4. Рисование и рассказы детей о рисунках индивидуально, по мере завершения работы.
5. Общее обсуждение изображений.
6. Групповое спасибо.

Материалы на следующее занятие: Бумага, карандаши, фломастеры, мелки.

Занятие 4. «Тест «Сильвер».

1. Групповое здравствуйте.
2. «Хорошо, что ты здесь». Дети передают мягкую игрушку, по желанию рассказывают о себе.
3. Рисунки «Моё имя» вешаем на доску. Вспоминаем, кого как зовут.
4. Вспоминаем прошлое занятие. Что осталось, что запомнилось?
5. Тест «Сильвер»
6. Общее обсуждение изображений.
7. Групповое спасибо.

Материалы на следующее занятие: Бумага, карандаши, фломастеры, мелки.

Занятие 5. «Мандалы».

1. Групповое здравствуйте.
2. «Хорошо, что ты здесь». Дети передают мягкую игрушку, по желанию рассказывают о себе.
3. Рисунки «Моё имя» вешаем на доску. Вспоминаем, кого как зовут.
4. Вспоминаем прошлое занятие. Что осталось, что запомнилось?
5. Раскрашивание геометрического узора в круге.

Участникам предлагается выбрать из набора для раскрашивания понравившийся вариант геометрического узора в круге (мандалу) и раскрасить его. По завершению этого задания дети приглашаются к созданию своего собственного рисунка в круге, по возможности абстрагируясь от продемонстрированных им вариантов.

-Рисунок в круге (мандала).

Каждому участнику дается лист форматом А3 с нарисованным на нем кругом. *Инструкция:* «Выберете один пастельный мелок, цвет которого наиболее приятен вам в данный момент; нарисуйте им что-нибудь в центре круга. Внимательно посмотрите на нарисованную вами форму и подумайте, какое следующее действие она вам подсказывает. Используйте эту подсказку и заполните пространство внутри круга. Если вам захочется выйти за границы круга, можете это сделать – это ваш круг. Постарайтесь получить от этой работы удовольствие. Когда вы закончите рисовать, придумайте название работы, подпишите рисунок и укажите, где находится верхняя часть изображения».

Представление рисунков.

После того, как участники закончат рисовать, происходит показ рисунков, их представление авторами и краткое обсуждение. Во время обсуждения рисунков каждый участник может высказать свое мнение о рисунках других детей, в соответствии с принятыми правилами, поделиться своими чувствами, мыслями, ассоциациями.

Завершение. В завершении занятия участникам предлагается кратко обозначить свое настроение и впечатление от работы. Одним из примеров ритуала прощания может быть вариант, когда каждый участник обращается к своему соседу слева или справа по имени и говорит: «До свидания».

Материалы на следующее занятие: Краски. Кисти. Салфетки влажные. Защитная одежда.

Занятие 6. «Семья – тест»

Приветствие. Мы не виделись целую неделю, есть что-то, что хотелось бы рассказать? Дети делятся своими рассказами о школе. «Сегодня в школе я»

Сегодня мы будем рисовать необычным образом!

Материалы: лист бумаги формата А3, акварельные краски, ёмкость с водой, кисточка для рисования среднего размера.

Первый этап: создание интерпретационного поля.

Инструкция:

1. Намочи, как следует кисточку, чтобы с неё капала вода. Выбери краску, которая тебе больше всего нравится. Набери краску на кисточку и разбрызгай краску с кисточки на бумагу так, чтобы она попала на весь лист.
2. Промой кисточку. Выбери краску, которая похожа на твоё настроение сейчас. Набери краску на кисточку и нарисуй себя в таком виде, каком захочешь.
3. Промой кисточку. Выбери краску, которая похожа на твою маму и нарисуй её в таком виде, каком захочешь.
4. Промой кисточку. Выбери краску, которая похожа на твоего папу и нарисуй его в таком виде, каком захочешь.
5. Остальные члены семьи рисуются таким же способом последовательно.
6. В завершении испытываемому предлагается возможность изменить рисунок. Обозначить путь от его символа к другим символам на рисунке. Каким образом можно до них добраться? Что для этого нужно? Что произойдёт, когда появится этот путь? Что изменится?
7. Рисование и рассказы детей о рисунках индивидуально, по мере завершения работы.
8. Общее обсуждение изображений.
9. Групповое спасибо.

Материалы для следующего занятия: ножницы, цветная бумага, картон, двухсторонний скотч, пластилин, клей.

Методика предназначена для исследования межличностных отношений в семье.

Техника выполнения основана на методе художественной экспрессии, то есть осуществлении испытуемым изобразительной деятельности (рисунка). Это позволяет исследовать особенности

межличностных отношений в семье, которые сложно определить путём опроса. В результате работы по данной методике создаётся экспериментальная ситуация, при которой возможно рассмотреть уникальную систему личностных смыслов и особенностей испытуемых.

В процессе рассмотрения межличностных отношений в семье выявляются следующие критерии: интересы и установки личности, мотивация, ценностные ориентации, страхи и тревоги, неосознаваемые потребности и побуждения и пр. Появляется возможность раскрыть субъективные причины поведения испытуемых, которые зачастую неосознанны и сложно определяемы при помощи иных средств.

Эффективность методики хорошо проявляется в исследованиях с детьми. Чем младше дети, тем меньше вероятность того, что они смогут ответить на прямые вопросы. Методика даёт возможность в игровой форме выяснить необходимые моменты: переживания и восприятие ребенком своего места в семье, отношение ребенка к семье в целом и к отдельным ее членам, семейной ситуации, собственного места в ней («чувство отверженности, чувство принадлежности»).

Данные, полученные с помощью этой методики, позволяют понять не только взаимоотношения в семье, но и образы, которые в сознании испытуемых ассоциируются с членами семьи, ситуациями, возникающими в процессе этих отношений и т.п.

Методика не имеет возрастных ограничений, возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы (только ребёнок или ребёнок и родитель/родители).

Второй этап: интерпретация, при которой учитываются: сопровождается созданием дополнительных деталей на рисунке.

- Особенности движения кисти руки испытуемого во время разбрызгивания краски по листу бумаги (свободные, спонтанные, скованные, зажатые, напряженные) позволяют определить состояние испытуемого на начало обследования. При скованных, напряжённых движениях, следует показать и дать возможность ему двигать кистью руки свободно и произвольно, не боясь забрызгаться, испачкаться красками. Это расслабит испытуемого и приведёт и позволит добиться спонтанности и свободы выражения его чувств.

- пространственное расположение членов семьи на листе, символы, использованные при их изображении, размер, расположение относительно друг друга и символа испытуемого, цвет, различия между графическими презентациями в формах, пропорциях, высказывания.

Третий этап: интерпретация сопровождается созданием дополнительных деталей на рисунке.

- Испытуемому предлагается возможность изменить рисунок. Обозначить путь от его символа к другим символам на рисунке. Каким образом можно до них добраться? Что для этого нужно? Что произойдёт, когда появится этот путь? Что изменится?

- Учитывается желание/нежелание рисовать путь, используемый цвет, высказывания.

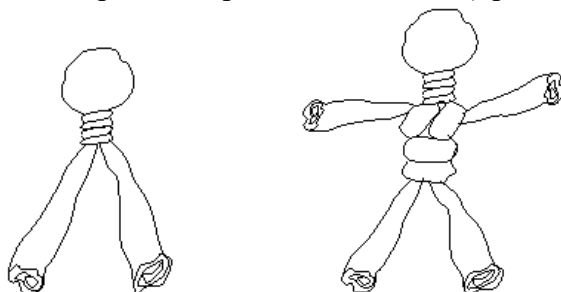
Занятие 7 «Жила-была кукла, похожая на меня...»

Цель: создание атмосферы взаимного принятия и доверия, развитие навыков общения и творческого самовыражения.

1. Упражнение «Бумага». Участниками осваиваются основные приемы работы с бумагой: разрывание, сминание, сгибание, скручивание.

2. Изготовление куклы из бумаги. Работа начинается с того, что скручиваются две плотные трубки из тонкой бумаги длиной 40-50 см. В середину одного рулона заворачивается небольшой круглый комочек бумаги. На этом месте впоследствии появится голова. Далее трубка сгибается вдвое и под головой, там, где будет шея, наматывается несколько витков толстой нити. Если ребенку это не под силу, ему нужно помочь, вращая туловище куклы вокруг нити, которую удерживает и натягивает ребенок. Вторая трубка обматывается вокруг туловища снизу вверх 2-3 раза и на уровне плеч завязывается узлом. Каркас куклы готов, можно приступать к детализировке.

Прежде всего, следует оторвать квадратный кусок бумаги, цвет которого подходит для лица куклы: желтый, розовый, белый, - по желанию автора. Центр квадрата прикладывается к макушке и аккуратно натягивается на голову, края закручиваются вокруг шеи. Место, где будет лицо, аккуратно разглаживается так, чтобы все складки сместились к затылку. Теперь можно одевать куклу, покрывая ее, слой за слоем, цветными «рубашками», «платьями», «джинсами», «жилетами», «пиджаками» и пр. Все это закрепляется вокруг туловища «поясами» из толстых цветных ниток, тесемок, шнуров. При желании, на концах рук можно сформировать ладошки, ноги обуть в туфли или сапожки, добавить всякие мелочи - бусы, пуговицы, пряжки и пр. В последнюю очередь завершается головка (прическа, шляпа, детали лица).



3. Перед представлением своих работ участникам напоминает, что у кукол может быть имя, особый кукольный голос, своя история, которую бы хотелось рассказать. Если позволяет время, можно предложить игру-драматизацию с участием всех кукольных персонажей «Театр кукол». Материалы для следующего занятия: Материалы для рисования.

Занятие 8. «Когда наступит завтра...»

Цель: актуализация латентных ролей, укрепление позитивного образа «Я».

1. Игра «Волшебное колечко». Правила игры: ведущий обходит по кругу всех участников, сидящих с вытянутыми руками и сложенными друг с другом ладонями. Он имитирует передачу спрятанного в своих ладошках кольца каждому участнику, за исключением одного – ему он отдает кольцо по-настоящему, пытаясь это сделать незаметно. Все участники наблюдают и стараются угадать нового

обладателя кольца. После произнесенных ведущим слов: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» получивший кольцо участник стремится занять место ведущего в центре круга, а остальные участники препятствуют этому. Игра продолжается с новым ведущим – «властелином кольца», успешно вырвавшегося из круга.

Моё волшебное кольцо.

После окончания игры участникам предлагается создать на листе бумаги свое волшебное кольцо, надетое на один из пальцев руки в виде контура ладошки.

2. Рисунок «Я в будущем». Перед тем как задать тему рисунка, участникам предлагается представить, что волшебство и сила их колец заключается в том, что они могут осуществлять путешествие во времени: если надеть кольцо на безымянный палец, то можно очутиться в будущем.

В вашем личном будущем. Когда вам исполнится 18, 25, 40 лет.

- Что будет с вами?
- Как вы будете жить?
- Где?
- С кем?
- Чем будете заниматься?

3. Показ и обсуждения рисунков. Вопросы к авторам изображений.

Материалы для следующего занятия: ножницы, цветная бумага, картон, двухсторонний скотч, пластилин, клей

Занятие 9. «Материализация агрессии» Злость.

Цель: выражение и осознание чувств, преобразование негативных, агрессивных чувств.

1. Упражнение «Палитра чувств»

Инструкция: «Расположите цвета предлагаемой палитры по степени предпочтения: сначала самый любимый, приятный цвет, затем менее симпатичный и т.д. до самого неприятного. Подберите к каждому из слов, описывающих разные чувства, настроение или состояние человека соответствующий цвет вашей палитры. Список слов: счастье - горе, справедливость - обида, дружба - ссора, доброта - злоба, скука - восхищение».

2. Задание «Скульптура». Каждому участнику предстоит создать скульптуру злого, агрессивного существа. В процессе работы могут использоваться воздушные шары, скотч, проволока, нитки, разнообразная бумага (бумага для упаковки, газеты, фольга, бытовая пленка), пластилин и другие пластические материалы. Готовые работы размещаются в пространстве кабинета на полу, стене, столе – по желанию участников.

3. По ходу представления работы автор может придумать своему творению («монстру») имя и легенду (где живет, как проявляет агрессию, какими свойствами еще обладает). Во время обсуждения выясняется: что делает «монстра монстром», как можно справиться с ним; бывает ли у кого-нибудь такое ощущение, что внутри него просыпается такая злость, которая готова поглотить самого его и всех вокруг; что будет, если «внутренний монстр» победит кого-нибудь из участников, а не он его.

Материалы для следующего занятия: ножницы, цветная бумага, картон темных цветов, двухсторонний скотч, пластилин, клей.

Занятие 10. «Маски» Страх.

Цель: снижение тревожности, коррекция страхов, проживание страха, преобразование негативных (агрессивных) чувств, выражение и осознание чувств.

1. Упражнение «Следы на бумаге». *Инструкция:* «Возьмите лист плотной бумаги черного или другого, очень темного цвета. С помощью пастельных мелков нанесите несколько плотных цветных линий. Проведите по ним ладонью. Видите, как от линий потянулись прозрачные тени? На что они похожи? Обратите внимание на то, что пастель оставляет крошки: их можно прижимать пальцами, кулаком, ладонью, или растирать. Все это оставляет след и приносит неожиданные, интересные изменения. Можно добавить поверх фоновых пастельных пятен другие графические элементы». Чтобы пастель не осыпалась, законченные рисунки можно развесить на стене, устроив выставку.

2. «Маска страха». *Инструкция:* «Нарисуйте на листе бумаги страх в виде маски, используя те же материалы, что и в предыдущем задании. По черному или коричневому фону можно рисовать светлыми мелками или высветить контуры. Лишнюю бумагу – фон отрывайте пальцами. Ножницами пользоваться нельзя».

3. Игра-драматизация «Театр масок». Участникам предлагается рассмотреть изображение масок, обменяться впечатлениями, а также придумать название и содержание истории, в которой маски были бы главными действующими лицами. Возможно объединение участников для совместного творчества, когда роли распределяются в соответствии с придуманным сюжетом, а каждый говорит от «лица» своей маски.

Материалы для следующего занятия: ножницы, цветная бумага, картон темных цветов, двухсторонний скотч, пластилин, клей, коробки из под сока....

Занятие 11. «Что нам стоит дом построить...»

Цель: развитие навыков саморегуляции и способности к творческому самовыражению.

1. Упражнение «Пантомима». Участникам предлагается выступить в роли актеров «немого кино» и сыграть заданный образ:

злая волшебница,
голодный волк,
выпавший из гнезда птенец,
испуганный заяц,
рассерженный лев,
раскаленное солнце,
часто морозящий дождь,
старая бабушка,
веселый клоун.

Сначала упражнение выполняется всеми одновременно, но каждым по-своему. Затем один из участников разыгрывает какое-нибудь движение или эмоцию, а остальные угадывают, кто изображен.

В заключении каждый участник по своему усмотрению придумывает свой образ, для которого предстоит построить, сконструировать и украсить дом в следующем задании.

2. Коллаж «Мой дом». В качестве домов для персонажей участникам предлагаются картонные коробки. Они украшаются, «отделываются» лоскутками ткани, кожи и кружева; перышками, самоклеющейся цветной пленкой или скотчем, листьями, шишками и другими природными материалами.

3. «Город» После представления готовых домов и их жителей, участники могут объединить свои дома в один большой дом или выстроить из них улицу, город. Проложить дороги от дома к дому, используя ленточки, ниточки, тесьму.

Следующее занятие заключительное.

Материалы для следующего занятия: ножницы, клей – карандаш.

Занятие 12. «Праздник» Заключительное.

Цель: осмысление и закрепление опыта, приобретенного в процессе занятий; получение обратной связи по результатам работы.

Упражнение «Мандола группы».

Участникам предлагается вспомнить, что происходило на занятиях. Высказывания детей.....

Было что-то интересное, приятное..

Было и не приятное, трудное

Чему –то вы научились, узнали что-то новое о себе...

Надо взять, подобрать каштаны, семечки, фасоль и разложить в коробке с отделениями, объясняя свой выбор.

Упражнение коллаж. «Мой Портрет». «Это Я».

На лист бумаги приклейте выбранные изображения. То, что похоже на вас, отражает ваш внутренний мир, ваш собирательный портрет, то что вам нужно, то что вы любите, что присутствует в вашей жизни, то что вы хотите чтобы было у вас

Упражнение «Пожелание». Используя шаблон цветка или сердечка, подари комплемент с пожеланиями, каждому члену группы на память.

БЛОК ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Конспекты занятий по программе

«Повышение компетентности родителей в формировании социально одобряемого поведения младших школьников»

Занятие №1. Вводное занятие. Знакомство.

Цель: Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Общая ориентация в проблемах родителей.

Стимульный материал: бейджи; чистые листы А4; бланки «Презентация моего ребенка»; бланки методики фломастеры; бланки карты включенного наблюдения.

Содержание.

Тема: знакомство и объединение участников в группу, формирование представлений об особенностях работы группового социально - педагогического практикума для родителей.

Организационная часть.

Приветствие группы. «Мой сосед справа».

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Знакомство с родителями. Оформление бейджей. Представление родителей друг другу. Краткая история о себе (возраст, образование, специальность, семейное положение и т.д.).

Знакомство родителей со спецификой работы. Рассказ о формах и методах, используемых в работе. Знакомство со схемой каждого занятия и тематикой курса. Согласование расписания следующих занятий.

Выработка правил взаимодействия в группе.

- называть друг друга так, как указано в бейдже;
- приходить на занятия вовремя;
- предупреждать заранее о пропуске занятий;
- активно участвовать в работе на занятиях;
- уважать точку зрения других;
- не критиковать других, а отстаивать свою точку зрения; Группа обсуждает предложенные правила и дополняет их.

Активная часть.

Упражнение «Презентация моего ребенка».

Руководитель предлагает родителям «сосватать» своего ребенка (каждый родитель получает чистый бланк, на котором ему необходимо записать несколько положительных характеристик своего ребенка, а затем по очереди представить своего ребенка, стараясь чтобы описание было как можно лучше).

По окончании упражнения, каждый участник группы отвечает на следующие вопросы:

- Было ли Вам сложно ответить на вопросы в бланке?
- Как Вы можете объяснить трудности, возникшие в процессе выполнения этого задания?
- Ваши ответы искренние, или Вы включили в список характеристики, которые скорее хотели бы видеть в своем ребенке?
- Хотели бы Вы, чтобы данное упражнение давалось Вам без труда и с удовольствием?

Диагностическое исследование. «Что я знаю о своем ребенке?».

- Выпишите по порядку 10 слов, фраз, которые наиболее полно характеризуют вашего ребенка. Оцените степень проявления этих характеристик (10 - ярко проявляется, 5 - средняя степень проявления, 1 - проявляется иногда).
- Определите, сколько из перечисленных характеристик можно отнести к одной из следующих категорий: положительная (+); отрицательная (-); нейтральная (0).
- Поставьте себя на место ребенка, которого вы только что характеризовали и одним словом оцените свои чувства по поводу этой оценки.

Осознание участниками собственных возможностей, а также динамики процесса изменений. Упражнение проводится в начале и в конце занятия (цикла тренинга).

Оснащение и реквизит: Контурное изображение дерева на плакате, маркеры (фломастеры).

Инструкция: «Это дерево цели. Нарисованное дерево выступает символической шкалой ваших достижений. Корни – это точка отсчета, минимальное проявление качеств и умений, а крона – максимальный уровень проявления реальных или возможных умений. Сейчас напишите свое имя маркером (фломастером) в том месте, где вы сейчас, по вашему мнению, находитесь на этой шкале». Процедура повторяется после проведения занятия, при этом ведущий просит участников стрелкой прочертить направление перемещения уровня своих возможностей.

Данное упражнение является своеобразной шкалой роста. Обсуждение символического значения достигнутого носит поддерживающий характер и может выступать предметом обсуждения в тренинге не один раз. Повторное проведение задания способствует тому, чтобы сделать притязания участников более приближенными к реальной жизни.

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно..До свидания».

Домашнее задание.

- Завести тетрадь для наблюдений, записей и выполнения домашних заданий.

Занятие 2. Эмоциональная лабильность.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – Лекция. Эмоциональное развитие детей считается в современной психологии одной из самых значимых проблем. По мнению А.В. Запорожца, основной линией эмоционального развития является обогащение содержательных и инструментальных компонентов эмоциональной сферы детей в дошкольном возрасте. Обратимся к индивидуальным характеристикам эмоциональной сферы детей дошкольного возраста, выделенным Б.М. Тепловым, Т.Д. Марцинковской и др.: эмоциональной устойчивости, лабильности, пластичности, эмоциональности и эмотивности. Эмоциональная устойчивость. Ребенок овладевает ею постепенно, по мере формирования сложных эмоций и образования функции эмоционального отражения, осмысления и управления деятельностью. В основе индивидуальных различий детской эмоциональной устойчивости лежат особенности функционирования нервной системы, механизмов эмоциональной саморегуляции, а также содержание эмоционального опыта ребенка (негативного и позитивного). Лабильность эмоциональной сферы – специфическая характеристика раннего возраста (от 1 года до 3 лет). Выражается в легкости и скорости перехода от одного эмоционального состояния к другому, минуя нейтральные формы. Эмоциональная лабильность

объясняется отсутствием у ребенка устойчивого отношения к объекту эмоций. По этой причине изменение ситуации влечет за собой новое эмоциональное реагирование. В раннем возрасте эмоциональная лабильность и отсутствие эмоциональной устойчивости способствуют высокому эмоциональному реагированию. Социальная направленность эмоциональных реакций определяет открытую форму их выражения. Эмоции как сигнал благополучия и неблагополучия ребенка предназначаются взрослому, а значит, должны быть им замечены. На следующем этапе онтогенетического развития (дошкольный возраст) эмоциональная лабильность постепенно трансформируется в пластичность эмоций, которая характеризуется гибкостью смены эмоциональных переживаний, опосредованной нейтральными формами эмоциональных состояний. В случае сохранения к старшему дошкольному возрасту эмоциональной лабильности с выраженной неустойчивостью общего эмоционального фона и его высокой зависимостью от незначительных изменений ситуации констатируют отклонения эмоциональной сферы ребенка. Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

1. легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;
2. непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний - радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;
3. готовностью к аффекту страха;
4. эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений, склонностью к кратковременным и бурным аффектам.

Эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников. Исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально.

Психолог предлагает обсудить данную информацию, а так же задает вопросы по теме лекционного материала.

Упражнение «Что нового...»

Вопросы для обсуждения:

- 1) Легко ли вам было выполнять упражнение?
- 2) Какие чувства вы испытывали, когда к вам обращался ваш сосед?
- 3) Что вы испытывали, когда вам нужно было обратиться к другому человеку со словами «Что нового?»
- 4) Легко ли вам было определить, что показалось новым, почему?

Прощание. Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно..До свидания».

Домашнее задание: подобрать рисунки (картинки) с которыми ассоциируются различные эмоции такие как: радость, печаль, тревога, страх, агрессия, обида, злость, гнев.

Занятие 3. Развитие эмоционально – волевой сферы ее значимость в развитии ребенка.

Приветствие.

Мини – лекция. Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. Поэтому проблема развития эмоций и воли, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одной из наиболее важных и сложных проблем психологии и педагогики. Дошкольное детство - период познания мира человеческих отношений. Играя, он

учится общаться со сверстниками. Это период творчества. Ребенок осваивает речь, у него появляется творческое воображение. Это период первоначального становления личности. Развитие эмоционально-волевой сферы личности является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности соответствует основным этапам её психического развития, начиная с раннего детства до подросткового периода (ранней юности). Для каждого этапа характерен определенный уровень нервно-психического реагирования индивидуума на различные воздействия социальной среды. В каждом из них проявляются эмоциональные, поведенческие, характерологические особенности, свойственные тому или иному возрасту. Эти особенности отражают проявления нормального возрастного развития. В возрасте от 3 до 7 лет (дошкольный возраст), доминирует психомоторный тип реагирования. Для этого возраста характерны повышение общей эмоциональной возбудимости, проявления негативизма, оппозиционности, формирования различных реакций страха и испуга. Эмоциональные и поведенческие реакции могут быть следствием воздействия различных факторов, в первую очередь психологических.

Наиболее выражены данные особенности в периоды связанные с интенсивным физическим развитием детского организма и соответствующие возрастным кризисам 3- 4 и 7 лет. В период возрастного кризиса 3- 4 лет преобладают реакции оппозиции, протеста, упрямства как одного из вариантов негативизма, которые протекают на фоне повышенной эмоциональной возбудимости, обидчивости, плаксивости.

Эмоциональное развитие младшего школьника напрямую связано с переменой его образа жизни (он начинает учиться в школе) и расширением круга общения. Со временем ребенок начинает уже более сдержанно выражать свои эмоции (раздражение, зависть, огорчение), особенно когда он находится среди сверстников, боясь их осуждения. В школьном возрасте обычно наблюдается значительное снижение эмоциональной возбудимости - возрастает умение ребенка владеть своими чувствами. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие, как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей являются одной из важных задач развития ребенка на этом возрастном этапе. Развитие общения со сверстниками знаменует собой новую стадию эмоционального развития ребенка, характеризующуюся появлением у него способности к эмоциональной децентрации. Но при этом ребенок младшего школьного возраста находится в большой эмоциональной зависимости от учителя и других значимых взрослых. Неадекватные аффективные реакции у детей младшего школьного возраста могут выражаться по-разному, в зависимости от типа темперамента ребенка, и носят защитный, компенсаторный характер. Эмоциогенными факторами для школьников этого возраста являются не только игры и общение, но и успех или неудачи в учёбе, оценки за учебную деятельность (учителем, сверстниками, родителями). В младшем школьном возрасте ребенок переживает свою уникальность, он осознает себя личностью, стремится к совершенству. Это находит свое отражение во всех сферах жизни ребенка, в том числе и в эмоциональной. Младших школьников отличают высокая эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное. Монотонные, скучные занятия резко снижают познавательный интерес в этом возрасте и порождают отрицательное отношение к учению. Огромное место в сознании младшего школьника занимает учитель. Его отношение к ребенку, оценки, высказывания, пожелания и требования определяют в большой степени и самочувствие ребенка, и его настроение, и особенности формирующейся самооценки. У младших

школьников сложный комплекс переживаний. Это радость от похвалы и огорчение при неуспехе, волнение и неуверенность в себе, если что-то не удастся, страх, что сделает ошибку, надежда на успех.

Какие особенности развития эмоционально-волевой сферы показались наиболее актуальными? Значимыми?

Какие аспекты вызвали тревогу?

Родителям предлагается, выполнить простое упражнение:

Нарисовать на листке бумаги четыре крана, каждый из которых отвечает за свою эмоцию-радость, печаль, злость, страх. Далее нужно под каждым краном изобразить интенсивность потока с которой проживается каждая эмоция. Упражнение отражает возможность и умение проявлять эмоции.

1) Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?

2) Легко ли вам было выполнять его?

3) Трудно было кому-то из вас столкнуться с вашими переживаниями?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: понаблюдать за своим ребенком, насколько он проявляет все эти эмоции в жизни. Записать наблюдения в дневник.

Занятие 4. Индивидуальные характеристики и их влияние на эмоциональные проявления.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини-лекция. Темперамент и эмоции

Все люди на Земле испытывают эмоции. Несмотря на то, что в различных культурах допускается разная степень проявления чувств, одну и ту же эмоцию все люди выражают похожим образом. От темперамента же будет зависеть и сила наших переживаний, и легкость их возникновения. Кто-то выражает эмоции ярко и бурно, а кто-то почти незаметно. Кому-то достаточно небольшого повода, чтобы выйти из себя, а кто-то способен сохранять спокойствие даже в очень трудной ситуации. Темперамент влияет также и на следующие качества человека: активность, общительность, выносливость, способность противостоять стрессовым ситуациям, склонность к частой смене впечатлений или однообразию и некоторые другие. Типы темперамента

Известным исследователем личности, психологом Гансом Айзенком был разработан специальный тест для определения темперамента. Две главные характеристики, которые измеряет данный тест — это стабильность/нестабильность и интроверсия/экстраверсия.

По уровню стабильности можно предположить, как будет вести себя человек в стрессовой ситуации (иными словами — его эмоциональную устойчивость). Уровень экстраверсии показывает, насколько человек общителен, любит ли он общество других людей или предпочитает уединение. Следовательно, каждый тип темперамента является результатом комбинации высокого или низкого уровня интроверсии/экстраверсии с разным уровнем стабильности/нестабильности.

Сангвиник (стабильный, экстраверт)

Люди с этим типом темперамента общительны, отзывчивы, жизнерадостны. Сангвиники стремятся к частой смене впечатлений, легко отзываются на происходящие события. Эмоции — преимущественно положительные — быстро возникают и быстро сменяются. Сангвиники обычно

деятельны и продуктивны в работе, особенно если она им интересна. Они также заботливы и покладисты. Иногда сангвиники могут быть рассеянными, легкомысленными, безответственными, а их чувства – поверхностными.

Флегматик(стабильный, интроверт)

Флегматики внешне выглядят спокойными. Их речь обычно нетороплива, а действия немного медлительны. В работе они проявляют упорство и настойчивость, практически всегда оставаясь спокойными и уравновешенными. Флегматики довольно общительны, но говорят обычно только по существу дела. Они надежны, миролюбивы, внимательны, заботливы, обладают постоянством и глубиной чувств и настроений.

Холерик (нестабильный, экстраверт)

Холерики обычно активны и энергичны, их движения порывисты и стремительны. В общении они импульсивны, эмоциональны, склонны к частой смене настроений. В некоторых ситуациях могут быть несдержанны и даже агрессивны. Несмотря на высокий уровень активности, энергия у холериков довольно быстро истощается.

Меланхолик (нестабильный, интроверт)

Меланхолики — люди легко ранимые, склонные к постоянному переживанию различных событий. Их движения сдержаны, а речь обычно немного приглушенная. Они склонны к сильным и долгим переживаниям, почти не заметным для окружающих. Меланхолики чаще других испытывают тревогу, страх, нередко переоценивая характер угрозы. Они склонны ограничивать круг общения, пессимисты. Меланхолики – впечатлительные люди, с глубокими переживаниями и эмоциями.

Для наглядности все четыре типа темперамента можно изобразить в виде схемы:



Важно помнить, что приведенные выше описания представляют собой крайние случаи, встречающиеся не так уж часто. Большинство людей ближе к некоей средней точке, и поэтому их характеристики будут не такими экстремальными.

Ролевая игра «Каменное лицо».

Родителям предлагается разбиться на пары. Один участник рассказывает историю, а второй сначала активно слушает (проявляет интерес), а потом слушает с неподвижным лицом (проявляет незаинтересованность). Потом участники меняются местами. Обсуждение в парах.

1) Легко ли вам было выполнять упражнение?

2) Какие чувства вы испытывали, когда к вам обращался ваш сосед?

3) Что вы испытывали, когда вам нужно было обратиться к другому человеку?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: использовать активное слушание в общении с ребенком, наблюдения записывать в дневник

Занятие 5. Чувство Радости

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – лекция. Школьная парта, новые тетради, новая жизнь, обещание учительницы повести детей в увлекательную Страну знаний... А проходит месяц-другой – и может оказаться, что и в школе дела не ладятся, и дома родители стали постоянно бранить его. Вот тут-то и начинается утрата радостного, поэтического видения мира, необходимого для воспитания «души, способной к добру и прекрасному». Сохранить присущую детям жизнерадостность – одно из важнейших условий развития у них стремления к творчеству. Жизнерадостные дети проявляют больше любознательности, более скоры на догадку, вымысел. А жизнерадостными их делает уверенность в том, что их любят, что они оправдывают надежды взрослых. Расти и развиваться трудно. Ребенок находится на круто взмывающем вверх пути. На этом пути – тысяча препятствий, внешних и внутренних. Вторые преодолеть сложнее. Периоды подъема, крутого восхождения сменяются периодом спада. Вдруг ребенок делает все не то, не так, дерзит, не выполняет обещанного. Взрослые видят в этом злой умысел, а его нет и в помине. Причина в другом: ребенок, говоря словами Я. Корчака, переживает банкротство воли. Нам всем знакомо оно, а ребенка с его неокрепшей выдержкой оно подстерегает постоянно. В моменты тяжкого состояния банкротства воли, неудачи, ошибки ребенок особенно нуждается в нашей поддержке, в ободрении. Но вот парадокс: именно в эти периоды мы бываем к нему нетерпимы, ожесточены, не скупимся на обидные, унижающие его достоинство слова. Ребенок доверчив, он способен легко поверить нам, что он никудышный, никчемный, плохой, а в те периоды, когда у него что-то не ладится, способен поверить скорее. Один из таких тяжелых периодов в жизни ребенка может стать барьером на пути дальнейшего развития его духовных сил: оно останавливается, если ребенок перестает верить в себя. Вера в себя, в то, что ты можешь сделать больше, пойти дальше, стать лучше, – могучий стимул самосовершенствования. Это одновременно и одна из важнейших предпосылок для радостного восприятия жизни. Если ребенок вдруг стал непослушен, у него плохо получается то, с чем раньше он справлялся легко, не надо отказывать ему в радости и превращать его жизнь в

ад. В такие моменты нелишним будет вспомнить, что ученые пришли к выводу о волнообразной цикличности в настроении и поведении детей:

- 2 года – ребенок спокойный, дружелюбный;
- 2,5 года – беспокойный;
- 3 года – ровный, уравновешенный;
- 3,5 года – беспокойный, раздражительный;
- 4 года – энергичный, «завоевательный»;
- 4,5 года – замкнутый, невротичный;
- 5 лет – спокойный, ровный, контактный;
- 5,5 и 6 лет – беспокойный;
- 6,5 лет – уравновешенный;
- 7 лет – беспокойный, раздражительный;
- 8 лет – энергичный, «завоевательный»;
- 9 лет – замкнутый, невротичный;
- 10 лет – опять спокойный, контактный.

И дальше – та же периодичность: в 11 лет – беспокойный, в 12 лет – уравновешенный, в 13 лет – беспокойный, в 14 – энергичный, в 15 – замкнутый, в 16 – спокойный, контактный.

Не все дети в одинаковой степени соответствуют этим возрастным характеристикам. Психологи дают эту схему для того, чтобы мы с вами с пониманием относились к перепадам в настроении и поведении детей и терпеливо ждали, когда трудная полоса пройдет и сменится легкой и приятной. Взрослым это надо знать и для того, чтобы не разувериться в себе как в воспитателях. Ребенок стал хуже вести себя? Не будем воспринимать это как катастрофу. Это, скорее всего, кризис, за которым последует выздоровление. Полезно помнить об этой цикличности, чтобы не спешить с крутыми мерами.

Как Вы реагируете, когда ребенок проявляет радость?

Как Ваш ребенок проявляет радость? По каким признакам вы понимаете, что ребенок радуется?

Что может вызвать у ребенка радость?(список причин для радости)

Написать причины для радости ребенка от самой привлекательной.

Предлагается всем участникам группы изобразить радость у детей а одни «ведущий выступает в роли мамы» Ситуация для мамы задается отдельно.

1. Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
2. Легко ли вам было выполнять его?
3. Какие чувства вы испытывали в роли ребенка?
4. Какие чувства вы испытывали в роли родителя?
5. В какой части упражнения испытали наибольшую сложность?
6. Что удалось лучше всего?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: наблюдение за проявление радости у ребенка, запись в дневник

Занятие 6. Чувство печали.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – мини лекция «Что делать с детским плачем?»

1. Все дети испытывают некоторые стрессы — независимо от того, насколько у них любящие родители. Важнейшей функцией плача является снятие напряжения и восстановление нормального психического состояния.
2. Взрослые часто стремятся сделать все возможное, чтобы ребенок перестал плакать, потому, что не понимают значения этого состояния, а также потому, что оно вызывает у них стресс и потребность выплакаться самим. Такое отношение к плачу передается из поколения в поколение.
3. В ответ на подобную реакцию дети учатся сдерживать свои слезы.
4. Следствием такого подавления могут стать проблемы эмоционального и поведенческого характера, неспособность детей полностью раскрыть свой потенциал, а в будущем — обусловленные стрессами заболевания.
5. Этих негативных последствий можно избежать, если взрослые осознают пользу плача, преодолеют свои собственные негативные чувства и создадут атмосферу эмоциональной защищенности, которая нужна детям для того, чтобы поплакать и избавиться от накопленного стресса.

Реакция на плач ребенка: Основной тезис данной работы состоит в том, что плач помогает людям всех возрастов снимать стресс. Плач представляет собой состояние физиологического возбуждения, вслед за которым наступает глубокая релаксация. Он является очень эффективным средством снятия напряжения, снижения кровяного давления и уменьшения частоты сердцебиения. Вместе со слезами из организма выводятся гормоны стресса, и таким образом восстанавливается его физиологический баланс (гомеостаз). Плачущие дети нуждаются в нашем сочувствии и внимании; они должны знать, что их любят независимо от того, как они себя чувствуют. Им нужно выражать свои негативные эмоции, поэтому не игнорируйте и не отвлекайте их, а просто покажите, что понимаете и любите их. Взрослые иногда задаются вопросом, как выслушивать плачущего ребенка и что ему говорить. Я советую применять метод Томаса Гордона под названием «активное слушание»: признайте эмоции ребенка, просто указав (не анализируя и не оценивая) на то, что он, по вашему мнению, чувствует. Не многие люди способны взять на себя эту роль, потому что это действительно нелегко. Более того, мы так отчаянно стремимся сделать своих детей счастливыми, что забываем, насколько важно предоставлять им испытывать весь спектр эмоций. Не всегда нужно выражать словами огорчение ребенка, особенно если вы не знаете истинной причины его слез. Более того, из-за неправильно подобранных слов ребенок может подумать, что его не понимают. Вместо того чтобы рисковать и давать свою интерпретацию причин, иногда лучше просто сказать: «Тебе очень грустно. Видимо, тебе нужно поплакать». А бывает и так, что ребенок просто нуждается в том, чтобы с ним рядом был молчаливый и любящий свидетель его внутренних переживаний, которые, возможно, слишком сложно описать словами. Феномен «сломанного печенья» потребность в плаче накапливается до тех пор, пока необходимость высвободиться от нее не становится настолько сильной, что ребенок больше не может сдерживаться. В такой момент вызвать слезы может все что угодно, и их причина будет непонятна. Может показаться, что плач абсолютно не связан с происходящим. Иногда, кажется, что дети пытаются манипулировать своими родителями с помощью плача и истерик. Мне встречались родители, считающие, что именно это и стараются делать их дети. Таким взрослым кажется, будто их вынуждают что-то сделать, и они полагают, что у них есть два выхода из ситуации:

1. «уступить» ребенку и дать ему то, чего он желает;
 2. заставить малыша прекратить использовать плач и истерики для достижения своих целей.
- Когда взгляды взрослых меняются, у них появляется еще один выход. Если родители понимают, что плач сам по себе является естественной потребностью, такое поведение детей не кажется им манипуляцией. Взрослые должны воспринимать слезы ребенка как нормальное высвобождение

накопившихся чувств. Жизнь становится намного проще, когда родители плачущих детей осознают, что настоящей проблемы здесь не существует и им не надо делать ничего, кроме как оставаться рядом со своими детьми. Некоторые взрослые, озабоченные поведением своих детей, уступают капризам, ошибочно принимая их за действительные потребности. Если родители «уступают» в результате длительного плача и требований ребенка, ему не удастся достаточно выплакаться и избавиться от своего стресса. Вскоре малыш найдет другую причину для хныканья и выпрашивания, и так будет продолжаться до тех пор, пока ему не предоставят возможность выплакаться полностью. Это основной механизм, позволяющий найти путь к исправлению поведения требовательных и капризных детей.

Как Вы реагируете, когда ребенок проявляет печаль, плачет ?

Как Ваш ребенок проявляет печаль?

По каким признакам вы понимаете, что ребенок печалится?

Что может вызвать у ребенка печаль ? (список причин для печали)

Упражнение «Ребенок в печали»

Предлагается всем участникам группы (выполняется в паре) изобразить печаль у детей и реакцию мамы, ситуация для мамы задается отдельно.

1. Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
2. Легко ли вам было выполнять его?
3. Какие чувства вы испытывали в роли ребенка?
4. Какие чувства вы испытывали в роли родителя?
5. В какой части упражнения испытали наибольшую сложность?
6. Что удалось лучше всего?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: попрактиковать технику активного слушания во время плача ребенка, записать в дневник результаты

Занятие 7. Тревога, страх. Родительская позиция

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – мини лекция «Возрастные детские страхи»

Страхи детей - это нормальное явление в их развитии. Негативное воздействие способны оказать лишь неадекватные, чрезмерно сильные страхи.

Факторами возникновения страхов являются: наличие страхов у родителей, гиперопека, гипопека, повышенная требовательность к ребенку, эгоцентрическое воспитание.

Ведущий страх в младшем школьном возрасте - это страх «быть не тем», о ком хорошо говорят, кого уважают и понимают. Большое количество страхов у детей младшего школьного возраста связано с учебной деятельностью. Школьные страхи являются нормальным сопровождением учебной деятельности. Однако ряд факторов могут привести к тому, что у ребенка сложится комплекс страхов и его страхи будут настолько сильными, что скажутся на его самооценке и успешности обучения.

Только тогда когда у ребёнка не будет страха и тревожности учение будет ему в радость, и оно станет для него успешным.

Возрастные страхи. Педагог-психолог М. Кузьмина провела исследование, на основании которого составила таблицу по возрастам. Для каждой половозрастной группы количество страхов строго регламентировано. Плюсы стоят напротив тех фобий, которые характерны для указанного пола и возраста.

Таблица «Детские страхи по возрастам (норма)»

Страхи	Мальчики						Девочки					
	Количество лет											
	6	7	8	9	10	11	6	7	8	9	10	11
Остаться дома в одиночестве	+						+		+	+		
Нападения	+	+				+	+	+	+	+	+	
Заболеть, заразиться			+		+	+						+
Умереть	+						+					
Смерти родителей		+	+					+	+			+
Чужих людей							+					
Потеряться												
Мамы и папы												
Наказания		+	+	+		+		+		+		+
Бабы-яги, Кощея...												
Опоздать в школу		+	+					+	+			
Перед тем, как заснуть					+							
Страшных снов		+	+			+	+					+
Темноты							+		+			
Животных: волков, змей, пауков					+			+	+	+	+	+
Транспорта (любого)				+								
Землетрясений, наводнений, бурь	+	+					+		+	+		
Высоты	+	+		+			+	+		+	+	+
Глубины	+		+				+			+	+	+
Тесных, маленьких помещений	+				+							
Воды							+		+			
Огня							+	+			+	
Пожара	+			+							+	
Войны				+	+			+		+		
Больших помещений, улиц			+					+		+		
Врачей				+		+			+		+	
Уколов						+	+	+			+	
Боли	+			+		+			+			+
Разных громких звуков		+			+			+				
Норма	9	8	7	7	6	7	12	11	10	9	9	8

Таблица наглядно демонстрирует, что с возрастом количество страхов увеличивается. Согласно исследованиям, их обычно больше у детей из неполных, неблагополучных и замкнуто живущих семей. Переломный возраст, так называемый экватор, — 7 лет. До него на первом месте — инстинктивная, беспричинная боязнь одиночества, собственной смерти. После они становятся более осознанными и социализированными: опоздать в школу, гибели родителей. Начиная с 12 лет, их количество постепенно сокращается. Нормальный подросток без психических отклонений

к 16 годам не должен быть подвержен ни одному из вышеперечисленных страхов. Если некоторые из них присутствуют, это говорит о психологической незрелости личности, склонности к нервным расстройствам, депрессиям. Если их слишком много, это уже тревожный сигнал о наличии невроза или фобии.

Таблица «Страхи у детей младшего школьного возраста»

№	Ведущие страхи	Процент частоты
1	Не соответствовать требованиям родителей	81
2	Порицания/наказания родителей	70
3	Нападения	58
4	Опоздать в школу	54
5	Одиночества	52
6	Магических существ	45
7	Смерти родителей	41
8	Собственной смерти	35
9	Войны	32

Как Вы реагируете, когда ребенок боится?

Как Ваш ребенок проявляет страх?

По каким признакам вы понимаете, что ребенок боится ?

Что может вызвать у ребенка страх? (список причин для страха)

Игры для профилактики детских возрастных страхов.

Дискуссия. Ответы на вопросы родителей. Разбор наиболее типичных детских страхов.

Роль родителя в преодолении страхов у детей.

Памятка для родителей и детей «Правила обращения со страхом»

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: наблюдение за проявлением грусти у ребенка. Запись в дневник.

Занятие 8. Тревога, страх. Родительская позиция.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – мини лекция «Тревожные родители – тревожных детей». Тревожные родители стараются максимально исключить из жизни ребенка ситуации, которые могут быть для него даже потенциально опасны. Они сами ложатся на «амбразуру потенциальной опасности».

В итоге ребенок в процессе своего взросления не получает отрицательного опыта, что в дальнейшей жизни приводит к тому, что он боится сложностей и проблем в жизни. Как результат, подобная тревожность приводит человека к пассивности. Ведь, когда он собирается что-то сделать, он, прежде всего, видит проблему и для того, чтобы начать реализовывать свой план, он должен победить свою тревожность, а это поверьте нелегко. Внутри тревожного человека постоянно происходит борьба между его желаниями, которые говорят: "Давай, сделай это. Ты же хочешь" и тревогой, которая говорит: "Куда ты лезешь. Жить надоело".

У ребенка очень мало возможностей критического восприятия происходящего вокруг. И чем меньше ребенок, тем ниже критичность. Младенцы не судят, что правильно, а что нет, они просто воспринимают происходящее как единственно возможную данность, как так и надо. Поэтому поведение родителей копируется на базовом уровне. То есть воспроизводится не только их поведение в заданной ситуации, а еще и мельчайшие детали реагирования и мироощущения. Не надо удивляться если маленький сын начинает покрикивать на мать, как это делает отец. Или если маленькая дочь начинает кокетничать и морочить голову, как это делает мама. Они ничего такого не имели в виду и не преследовали выгоду как взрослые. Они просто копировали родителей. Копируется все — манера общаться в семье и с незнакомыми людьми, манера реагировать на радостные новости и неудачи, подход к работе и развлечениям. И это накладывает огромную ответственность на родителей. Но есть одна особенность — от детей можно спрятать скандал в семье, но не эмоциональную реакцию на него. Надо четко представлять себе: тревожность родителей очень сильно влияет на их детей и фактически передается по наследству. Тревожные родители формируют точно таких же тревожных личностей как они сами. А те, в свою очередь, передают эту особенность характера по наследству. Такие «тревожные династии» могут существовать сотни лет. Люди рискованные и отчаянно храбрые формируют такие же черты характера у своих потомков. Хотя это не способствует выживанию, и вспыльчивые храбрецы часто гибнут молодыми, зато выжившие достигают завидного положения в обществе, потому что редко кто смеет им перечить.

Тревожно-мнительные родители наделяют своих детей излишней болезненностью и ранимостью. Пытаясь оградить детей от опасности, мамы и папы, наоборот, лишь притягивают неприятности.

1. Представьте себе, что, узнав неприятную статистику дорожно-транспортных происшествий, родители начинают переживать, что ребенок попадет под машину. Они сами привозят дочь или сына в школу, переводят за руку через дорогу, и тем самым вселяют в ребенка страх перед любым движением. Такое поведение способно напугать, но не научить навыкам безопасного поведения на дороге. Нужно ли говорить, насколько вероятен несчастный случай у человека без подобных навыков?

Проблемы могут коснуться и детской социализации. Полноценным членом общества, пусть даже пока ещё детского, ребенок станет только при условии активного взаимодействия с ним. Кроме того, полностью зависимый от родителей ребенок может стать объектом детских насмешек.

2. Что ждет в жизни такого ребенка? Чаще всего одиночество. В детском коллективе он редко бывает принят. Родители ограждают его от любых контактов с миром, в результате чего ребенок часто придумывает свой мир, что может привести к психическим расстройствам. Ситуацию усугубляет и эмоциональное состояние родителей: доходящая до паранойи тревожность передается детям и тоже приводит к психическим отклонениям.

Что же делать?

3. Тревожно-мнительное воспитание объяснимо. У такого поведения есть понятные причины, но родителям в первую очередь нужно думать о будущем ребенка. Мама и папа не смогут быть рядом всегда, и поэтому дети должны быть готовы к трудностям.

4. Ребенок должен уметь противостоять болезням: знать об особенностях своего организма, приспосабливаться к ним, носить правильную одежду, разбираться в лекарственных препаратах, уметь оказывать первую помощь себе и окружающим.

5. Чтобы научиться разбираться в людях и находить друзей, ребенок должен постоянно общаться со сверстниками, в том числе ссориться и, возможно, даже драться с ними. А как по-другому приобрести жизненный опыт?

6. Опасности на улице подстерегают всегда, и ребенок должен владеть навыками безопасного поведения в самых различных ситуациях. Должен знать, как общаться с незнакомцами, куда звонить в случае опасности, как защитить себя.

7. Научите ребенка справляться с трудностями без вашего личного участия, и тогда вам не придется за него волноваться

Работа с Метафорическими проективными картами.

Упражнение на дифференциацию и визуализацию чувств.

Рисунок «Карта эмоций»

1) Легко ли вам было работать совместно?

2) Какие чувства вы испытывали, выполняя данное задание?

3) Приходилось ли вам подчиняться, уступать?

4) Хотелось ли вам что-либо изменить либо добавить?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: вспомнить свои детские страхи, описать их в дневнике.

Занятие 9. Злость, гнев. Родительская позиция.

Приветствие. «Мой сосед справа».

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – мини лекция «Гнев друг или враг». Вайолет Оклендер, доктор психологии, гештальт-терапевт, специалист по семейному и детскому консультированию, в своей замечательной книге «Скрытые сокровища. Путеводитель по внутреннему миру ребёнка» рассказывает о том, для чего негодование нужно ребёнку и как с ним быть.

1. Гнев — способ доказать собственную значимость

Проявление гнева у ребёнка — это всего лишь попытка сначала обозначить, а после удовлетворить собственные потребности.

Гнев — не показатель того, что ребёнок плохой, злой и неблагодарный

Дети не умеют спокойно и обоснованно говорить о том, чего хотят. А о том, чего не хотят, тем более. Маленькому человеку гораздо проще прокричать маме в лицо неприятную и страшную фразу в духе «Я тебя ненавижу», нежели пояснить, чем же она вызвала его раздражение и обиду. Чем сильнее ребёнок сдерживает собственный гнев, тем меньше он заботится о своих желаниях, тем слабее вера в то, что взрослые заботятся о его потребностях. К сожалению, вместе с этими ощущениями к детям постепенно приходит понимание своей незначительности, «Я» ребёнка подавляется. Травмированное «Я» Вайолет Оклендер сравнивает с увядающим цветком. Образное, но очень горькое сравнение.

2. Непрожитый гнев может стать причиной самоистязаний и болезней.

Звучит неприятно, но многие дети, не имеющие возможности выразить свой гнев, начинают вредить самим себе — причинять себе то, что хотелось бы сделать своему обидчику. В книге Оклендер рассказывает о девочке, которая вызвала у себя мигрень, царапала кожу, вырывала волосы, начинала ощущать боли в животе.

Всё это — реакция на агрессивные фразы «Никогда не смей так говорить». Девочка понимала, что выражать свои эмоции открыто — опасно. Поэтому и начинала искать другие, более безопасные, способы. В этом случае, боль в животе была тем, что не сказано, скрыто, оставлено при себе без

надежд и пояснений. Дети, которым не разрешают злиться, могут уйти в себя, стать замкнутыми и холодными или поразительно вежливыми, послушными и удобными, дружащими с правилами. На первый взгляд, такой ребёнок идеален. На деле, увы, до идеальных состояний очень далеко.

3. Последствия от сдерживания агрессии в детстве остаются до конца жизни. Оклендер рассказывает об опыте работы с сорокалетней женщиной, у которой были проблемы во взаимодействии с другими людьми. Дело в том, что в четырёхлетнем возрасте она приняла решение не раздражать свою мать вопросами, а вместо этого терпеливо молчать, держа в себе чувства и переживания. Во взрослом возрасте женщина помнила об этом. Тогда это решение стало сознательным выбором и гарантировало ей защиту от небезопасного мира — раздражающей от её просьб и вопросов мамы. В такой форме проявилась борьба девочки за равновесие. В итоге молчание и сдерживание стали стилем жизни.

4. Контекст имеет значение. Детская агрессия берётся не из воздуха. Несмотря на то, что Оклендер могла работать только с ребёнком (минуя родителей и учителей), она подчеркивала — когда удавалось получить поддержку всех людей из близкого окружения ребёнка, её задача существенно упрощалась. Детский гнев может быть скрытым сопротивлением родительскому разводу или же постоянным семейным ссорам. Гнев детей из приютов и детских домов может быть реакцией на растерянность и боль, пережитые ребёнком, потому что от него отказались самые близкие.

5. Научить выражать гнев можно даже малыша .

Этапы терапевтической работы с детским гневом по Оклендер — это распознавание, принятие и выбор пути выражения своего гнева. Для начала ребёнок должен просто понять, что он злится. Не обижен, не стыдится, не радуется, а злится. Затем собственную злость надо принять. Это сложно. Особенно в системе координат, где гневаться — всё-таки чаще плохо, а не хорошо. На самом деле, злиться — это нормально. Злятся все: и взрослые, и дети

Люди ведь, что тут поделаешь...

За принятием собственной злости следует выбор способа выразить негодование. Ребёнку можно предложить каждый вечер делиться тем, что вызвало в течение дня негативные эмоции. Здесь главное — не осуждать, а спокойно слушать. Также не стоит забывать про физическую активность. Злящемуся ребёнку можно посоветовать побегать или попрыгать, попинать мяч, скомкать газету, поорать на игрушку или подушку. Ярость можно выражать в игре с куклами, работе с глиной или пластилином, рисунках. Это просто.

Работа с Метафорическими проективными картами.

Упражнение на дифференциацию и визуализацию чувств.

Упражнение. Рисунок «Чувства»

1. Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
2. Легко ли вам было выполнять его?
3. Хотелось ли вам что-либо изменить либо добавить?

Упражнение «Таблица ГНЕВА». Родителям предлагается описать протекание гневной эмоции от ее начала до самого интенсивного проявления в виде таблицы из шести пунктов. Обсуждение стадий протекания эмоции гнева.

Безопасное реагирования сильных проявлений гнева.

Разбор типичных случаев: «Мама в гневе»

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: контроль собственных гневных реакций в общении с ребенком. Записать результаты в дневник.

Занятие 10. Злость, гнев. Родительская позиция.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Мини – лекция «Агрессивный ребенок – родительская позиция». Агрессивность – свойство личности, заключающееся в готовности и предпочтении использования насильственных средств реализации своих целей. Агрессивное поведение чаще всего понимается как мотивированные внешние действия, нарушающие нормы и правила сосуществования, наносящие вред, причиняющие боль и страдания людям. Однако при работе с агрессивным поведением необходимо помнить и о других аспектах проявления агрессии. Эмоциональный компонент агрессивного состояния – это чувства, и прежде всего гнев. Но не всегда агрессия сопровождается гневом и не всякий гнев приводит к агрессии. Эмоциональные переживания недоброжелательности, злости, мстительности также часто сопровождают агрессивные действия, но они далеко не всегда приводят к агрессии. Важно учить детей осознавать и регулировать свои эмоции, приводящие к агрессивному поведению. Важно помнить и о том, что агрессивность в определенных пределах необходима любому человеку. Агрессивность может служить способом самозащиты, отстаивания своих прав, удовлетворения желаний и достижения цели. Выраженная в приемлемой форме агрессивность играет важную роль в способности ребенка адаптироваться к обстановке, познавать новое, добиваться успеха. В то же время агрессивность в форме враждебности и ненависти способна нанести вред, сформировать нежелательные черты характера – либо задиры, хулигана, либо труса, не способного постоять за себя. И то, и другое негативно сказывается на чувствах ребенка, а в крайних случаях может привести к деструктивному поведению даже в отношении людей, которых ребенок любит. Первый тип агрессивности, безусловно, желателен, а иногда и необходим для выживания и достижения успеха. Второй тип временами тоже может быть необходим для адаптации и выживания. Агрессия – достаточно сложное и противоречивое явление. Она предстаёт во множестве форм и проявлений. В основе агрессивного поведения лежат инстинктивные побуждения, однако способы их реализации определяются социальными факторами; фрустрация значимых потребностей также может служить источником агрессивных побуждений, но далеко не всегда приводит к агрессивному поведению; агрессивность может быть не только жестокой, но и нормальной реакцией на индивида в ходе борьбы за выживание. Агрессивные действия могут быть ослаблены или направлены в социальные рамки с помощью положительного подкрепления неагрессивного поведения, ориентация человека на позитивную модель поведения, изменения условий, способствующих проявлению агрессии.

Чаще всего выделяются следующие виды агрессии:

- физическая агрессия – проявляющаяся в конкретных физических действиях, направленных против какого-либо лица, либо наносящие вред предметам (ребенок дерется, кусается, ломает, швыряет предметы и т.п.)
- вербальная агрессия – выражающаяся в словесной форме (ребенок кричит, угрожает, оскорбляет других)
- косвенная – непрямая агрессия (ребенок сплетничает, ябедничает, провоцирует сверстников и т.п.).

Кроме того, при подавлении проявления агрессии и в некоторых других случаях агрессия может быть направлена на самого себя (аутоагрессия) – она выражается в нанесении себе вреда (откусывании ногтей, выдирании волос, частом травмировании себя самого и т.п.).

Причины агрессивного поведения:

Причин агрессивного поведения несколько:

1. Это выраженные эмоциональные нарушения, являющиеся следствием различных проблем перинатального периода. Это ослабленные дети, подвижные и неустойчивые.
2. Семейное неблагополучие.
3. Стрессы, перемены или любые изменения.
4. Излишне строгое воспитание, постоянные запреты или отказы.
5. Излишняя опека, потакание любым прихотям.
6. Повторение стиля поведения одного из родителей.

Очень часто причиной детской агрессивности является семья. Агрессивное поведение ее членов в обыденных жизненных ситуациях – крики, ругань, унижения, взаимные упреки и оскорбления. Психологи считают, что ребенок проявляет агрессивность в обыденной жизни в несколько раз чаще, если ежедневно наблюдает ее у взрослых, если она стала нормой его жизни. Не приводит ни к чему хорошему и непоследовательность родителей в обучении детей правилам и нормам поведения: дети теряются, озлобляются, агрессивно настраиваются против родителей и окружающих людей.

Формированию детской агрессивности способствует и неприятие со стороны взрослых – безразличие, устранение от общения с ним, нетерпимость и властность, враждебность к самому факту существования ребенка.

Детям с агрессивным поведением, при всем различии их личностных характеристик и особенностей поведения, свойственны некоторые общие черты. К ним относятся бедность, примитивность ценностных ориентаций, отсутствие увлечений, узость и неустойчивость интересов. Эти дети, как правило, имеют повышенную внушаемость, склонность к подражанию. Им присуща эмоциональная грубость, озлобленность в отношении, как сверстников, так и окружающих взрослых, неадекватная, неустойчивая самооценка (либо максимально положительная, либо максимально отрицательная), повышенная тревожность, страх перед широкими социальными контактами, эгоцентризм, неумение находить выход из трудных ситуаций, преобладание защитных механизмов над другими, регулирующими поведение. Таким образом, детская агрессивность имеет определённую причину, которую важно понять и принять, но следует помнить, что, пытаясь, что-то менять в своём ребёнке, важно проанализировать и своё отношение к происходящему. Паника или попустительское отношение не являются союзниками в воспитании. Кроме того, ребёнок развивается и потому не следует спешить с выводами «агрессивный», «злой». Важнее воспитывать, а не переживать по поводу того, что ребёнок не соответствует каким-то стандартам. Следует формировать умения, навыки, установки в отношении других людей. Важно и взрослым формировать определенные принципы общения с агрессивными детьми. Давать ребенку возможность выплеснуть агрессию, сместить её на другие объекты. Поколотить подушку, крепко сжать кулаки. Показывать ребенку личный пример конструктивного поведения. Сигнализировать ребёнку о том, что его любят, ценят и принимают. Не стесняться приласкать, обнять, пожалеть. Так же существует большое разнообразие коррекционных методов: это игры, художественное творчество и т.д.

Дискуссия на тему проявления агрессии у детей, о роли родителя и родительской позиции.

Разбор случаев из практики.

Памятка для родителей и детей «Правила обращения с гневом»

Удалось ли вам выработать свою стратегию поведения с разгневанным ребенком?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».

Домашнее задание: контроль собственных гневных эмоций в общении с ребенком. Запись результатов в дневник.

Занятие 11. Калейдоскоп эмоций.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Круглый стол на тему « Взрослый и ребенок ,эмпатия, сопереживание»

Учеными выделено три уровня эмпатии:

1-й уровень эмпатии - самый низкий, это слепота к чувствам и мыслям других.

2-й уровень эмпатии - эпизодическая слепота к чувствам и мыслям других, встречается чаще всего.

3-й уровень эмпатии - самый высокий. Это постоянное, глубокое и точное понимание другого человека, мысленное воссоздание его переживаний, ощущение их как собственных, глубокий такт, облегчающий осознание человеком своих проблем и принятие правильных решений без всякого навязывания своего мнения или своих интересов.

Работа в парах составлением картины эмоций посредством метафорических ассоциативных карт.

«Детский мир эмоций» , «Родительский мир эмоций»

1. Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
2. Легко ли вам было выполнять его?
3. Хотелось ли вам что-либо изменить либо добавить?
1. Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
2. Легко ли вам было выполнять его?
3. Хотелось ли вам что-либо изменить либо добавить?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания». Домашнее задание.

Занятие 12.Итоговое.

Приветствие. «Мой сосед справа»

Представляется первый участник (это может быть руководитель), говорит о том, как его зовут, где он учится, чего ожидает от занятий, какие у него увлечения или другую информацию о себе. Затем тот, кто сидит слева от него, произносит фразу «Мой сосед справа...» и своими словами повторяет все, что ему запомнилось из монолога соседа. После этого представляется сам. И так далее по кругу.

Круглый стол «Копилка вопросов и ответов »

Диагностика: Упражнение «Цветок эмоций»

«На нашем занятии было много всего и много разных чувств было у нас. Подумайте, какие чувства сегодня были у вас на занятии». Детям предлагаются разноцветные «лепестки» - какого цвета им хочется. «На этих лепестках напишите, пожалуйста, чувства, которые вы испытывали сегодня». Затем каждый называет свои чувства и кладет лепесток в центр круга. Таким образом,

получается цветок чувств всей группы.

Возможна интеграция с детской группой.

Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?

Легко ли вам было выполнять его?

Прощание: сидя в кругу, передают своему соседу справа мячик со словами: «Спасибо! (называют имя соседа) С тобой было интересно. До свидания».