

Государственное бюджетное образовательное учреждение
для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и
медико-социальной помощи, центр психолого-медико-
социального сопровождения Московской области

Согласовано:

методический совет ЦПМСС МО

Зам. по НМР  Ермолаева О.В.



Коррекционно-развивающая программа по работе с детьми, испытывающими трудности в поведении

Составитель:

к.п.н., педагог-психолог
ЦПМСС МО Рожков О.П.

Пояснительная записка

Отклонения в поведении детей – одна из центральных психолого-педагогических проблем. Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных, социальных и других факторов негативно влияет на образ жизни детей, вызывая в частности, нарушение эмоциональных отношений с окружающими людьми. Нарушенное поведение – понятие неоднозначное как в терминологическом, так и в содержательном плане. Термин «нарушенное поведение» часто рассматривается как синоним словосочетаний «трудный ребенок», «ненормальное поведение», «нарушения в аффективной сфере» и т.п. Цикл коррекционно-развивающих занятий по данной программе предполагает работу одновременно с детьми, испытывающими различные трудности поведения:

- дети, склонные к конфликтному и агрессивному поведению;
- дети, склонные к тревожности;
- гиперактивные дети;
- медлительные, малоподвижные дети;
- замкнутые дети.

Взаимодействие детей с полярными проявлениями в поведении позволит им лучше понять друг друга, увидеть сильные и слабые стороны своего поведения. Программа предоставляет возможность краткосрочной работы. Требуется немного времени и по продолжительности каждого занятия, и по общему числу занятий. Краткосрочность - важное условие возможности включения психокоррекционных методов в реальность школьной жизни.

Цель коррекционно-развивающей программы по работе с детьми, испытывающими трудности в поведении – развитие эмоционально-волевой сферы ребенка и коррекция трудностей в поведении.

Задачи программы:

1. Обучение детей конструктивным формам поведения и основным коммуникации через развитие способности адекватного восприятия себя и других людей, формирование четких моральных представлений.
2. Формирование навыков позитивного влияния на других с целью регуляции социальных отношений детей.
3. Снятие чрезмерного напряжения и тревожности, а также барьеров, которые мешают продуктивным конструктивным действиям детей. Развитие навыков самоконтроля.
4. Игровая коррекция поведения.

Формы работы:

- беседа;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- упражнения на самопознание и самовоспитание;
- психогимнастика и ауторелаксация;
- подвижные игры;
- изобразительная деятельность.

Организация и содержание коррекционно-развивающей работы.

Программа рассчитана на старших дошкольников и учащихся младших классов, то есть на детей 6-10 лет, при необходимости возможны изменения возрастного состава детей, нуждающихся в помощи. Занятия проводятся в группе из 4-10 детей. Программа состоит из 10 занятий по 45-60 минут, 1 раз в неделю. В зависимости от организационных возможностей занятия можно проводить с различной частотой. Более частые занятия приводят к более явным результатам, интенсифицируя внутреннюю психологическую работу. Потребуется стулья по числу участников, бумага для рисования (большие листы) и карандаши.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Снижение эмоционального напряжения детей.
2. Освоение детьми правил группового взаимодействия.
3. Эмоциональное понимание детьми своего поведения.
4. Освоение детьми навыков самоконтроля.
5. Освоение детьми конструктивных форм поведения.

Тематическое планирование по программе «Коррекционно-развивающая работа с детьми, испытывающими трудности в поведении»

Занятия	Цели занятия	Содержание занятия
ЗАНЯТИЕ 1.	Знакомство, снятие психологического напряжения в группе.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с помощью игры «МЯЧ» 2. Обсуждение правил. 3. Поменяться местами по какому-либо признаку. 4. Лишний стул. 5. "Что я люблю" с запоминанием других. 6. Один начинает предложение, другой его заканчивает. 7. Путаница. 8. Релаксационные упражнения на руки. 9. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 2.	Повышение психологической безопасности участников группы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Слон. 2. Пианино. 3. Поменяться местами. 4. Молекулы. 5. "Что я не люблю" с запоминанием других. 6. Колечко. 7. Релаксационные упражнения. 8. Совместный рисунок. 9. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 3.	Активизация знаний и представлений о себе, акцент на позитивных сторонах собственной личности.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Жмурки. 2. Добрый - злой мяч. 3. Бросать друг другу мяч с любым вопросом "о тебе". 4. "Кто я такой". 5. Релаксационные упражнения. 6. Рассказать про себя что-нибудь хорошее. Каждый участник рассказывает о своих навыках, умениях, качествах, событиях жизни, в случае затруднений ему оказывается помощь. 7. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 4.	Дифференциация представлений о себе. Обучение навыкам взаимодействия в группе сверстников.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Заколдованный мяч. 2. Кошки-мышки. 3. Дарить друг другу (воображаемые) подарки. 4. Что у меня не получается и что у меня получается. 5. Совместная история из отдельных предложений. 6. Драматизация рассказанной истории. 7. Релаксационные упражнения. 8. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 5.	Тренировка навыков взаимодействия в группе.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Кошки-мышки. 2. Пианино. 3. крокодил. 4. Обсуждение по командам, почему

		хорошо или плохо: а) иметь кошку; б) быть ребенком. 5. Совместный рисунок. 6. Релаксационные упражнения. 7. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 6.	Тренировка навыков взаимодействия в группе. Активизация позитивного восприятия жизни.	1. Заколдованный мяч. 2. Недостающий стул. 3. Сказать, что нравится в любом участнике группы. 4. Что хорошего со мной уже произошло в этом году и что я хочу, чтобы произошло. 5. Человек и его тень... 6. Красный уголек. 7. Релаксационные упражнения. 8. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 7.	Тренировка навыков взаимодействия в группе.	1. Жмурки. 2. Слон. 3. Дарить друг другу (воображаемые) подарки. 4. Поменяться местами. 5. Что в моей жизни, у меня уже стало лучше. 6. Школа зверей. 7. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 8.	Тренировка навыков взаимодействия в группе.	1. Кошки-мышки. 2. Лабиринт. 3. Отказаться или согласиться что-то сделать для другого. 4. Совместная история из отдельных предложений. 5. Драматизация рассказанной истории. 6. Красный уголек 7. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 9.	Работа с социальными ролями, "премирование" различных социальных ролей.	1. Недостающий стул. 2. Пианино. 3. Отказаться или согласиться что-то сделать. 4. Роли хорошего - плохого учеников ("Школа"). 5. Падишах. 6. Релаксационные упражнения. 7. Рефлексия занятия.
ЗАНЯТИЕ 10.	Завершение работы. Позитивное программирование будущего. Ощущение принадлежности к группе сверстников.	1. Путаница. 2. Слон 3. Падишах. 4. "Каким я буду через год" - обсуждение. 5. Совместный рисунок: "Каким я буду через год".

ЗАНЯТИЕ 1.

Цель: знакомство, снятие психологического напряжения в группе.

Участники вместе с ведущим занимают места, образуя круг.

1. Знакомство с помощью игры «МЯЧ»

- 1) Участник называет свое имя и передает мячик соседу, который тоже называет свое имя и передает мячик дальше, пока не представятся все участники.
- 2) Участник кидает мячик любому члену группы, тот называет свое имя и кидает мячик кому-либо по своему выбору.
- 3) Участник называет свое имя и имя того, кому бросает мяч.

2. Обсуждение правил: не обижать друг друга и не обсуждать ни с кем занятия.

3. Поменяться местами по какому-либо признаку. Все сидят на своих местах, водящий стоит, его стул отставляется. Водящий говорит: "Меняются местами те, у кого... (например, в одежде есть синий цвет)", те участники, у кого есть названный признак, быстро меняются местами друг с другом, водящий стремится занять одно из освободившихся мест. Оставшийся без стула становится водящим. Игра прекращается, когда признаки начинают повторяться.

4. Лишний стул.

5. "Что я люблю" с запоминанием других. Каждый участник говорит, что он любит. Затем другие участники должны вспомнить, кто что любит.

6. Один начинает предложение, другой его заканчивает. Например, первый участник говорит: "Сегодня утром...", сосед должен повторить начало фразы и закончить ее, например: "Сегодня утром шел снег", затем он говорит свое начало фразы, его сосед ее заканчивает.

7. Путаница. Выбирается водящий а остальные участники образуя круг начинают запутываться, меняя своё положение в круге, но не отрывая рук друг от друга. Задача водящего- распутать получившуюся фигуру, вернув каждого в первоначальное положение.

8. Релаксационные упражнения на руки

Представьте, что в вашей левой руке находится целый лимон. Как можно сильнее сожмите его. Постарайтесь выдавить из него весь сок. Чувствуете, как напряглись ваши рука и ладонь, когда вы его сжимаете. А теперь выроните его. Обратите внимание на свои ощущения, когда рука расслаблена. Теперь возьмите другой лимон и сожмите его. Постарайтесь сжать его ещё сильнее, чем первый. Прекрасно. Вы прилагаете все силы. Теперь выроните этот лимон и расслабьтесь. Не правда ли, насколько лучше чувствуют себя ваши рука и ладонь, когда они расслаблены? И снова возьмите лимон левой рукой и постарайтесь выжать из него весь сок до капельки. Не оставляйте ни единой капельки. Сжимайте всё сильнее. Прекрасно. Теперь расслабьтесь, пусть лимон сам выпадет из вашей руки. (Повторить весь процесс для правой руки.)

9. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 2.

Цель: повышение психологической безопасности участников группы.

1. Слон. Каждый из участников выбирает, кем он будет: слоном, креветкой, бегемотом или др. Слон изображается так: одной рукой участник берет себя за нос, другая рука "продевается" в образовавшееся кольцо, эта рука "помахивает" как хобот слона; крокодил изображается двумя вытянутыми вперед руками, которые то соединяются, разъединяются, как пасть крокодила; бегемота изображают с помощью локтей: кисть правой руки кладется на левое плечо, другая рука также сгибается в локте, кисть ее оказывается в подмышечной впадине, для изображения бегемота локти сходятся и расходятся; жирафа можно изобразить с помощью поднятой вверх руки, кисть становится головой жирафа и поворачивается в разные стороны; креветка

делается с помощью двух кулаков, приставленных к глазам, большой палец помещается между указательным и средним пальцами, движения таких кулаков напоминают движения глаз; лягушка - это кулак, ритмично "шлепающийся" на развернутую ладонь другой руки. Когда все решат, кто они, водящий показывает, кто он и затем - кого он выбирает, кто будет следующим водящим. Этот участник также сначала показывает, кто он и затем - кого он выбирает. Все участники внимательно следят за происходящим, чтобы не пропустить момент, когда выберут их.

2. Пианино. Каждый из участников кладет правую ладонь на бедро соседа справа, а левую ладонь - на бедро соседа слева, при этом руки участников оказываются перекрещенными. Задание для группы заключается в том, чтобы хлопнуть ладонью по ноге строго по очередности расположения ладоней, ладони - как клавиши пианино. (Для участника это означает, что хлопает он, затем двое его соседей, затем снова он).

3. Поменяться местами. См. занятие 1, упр.3

4. Молекулы. Освобождается пространство. Участники прижимают согнутые в локтях руки к своему телу, ладони "разворачивают" вовне. Задание выполняется с закрытыми глазами. По сигналу участники движутся то быстро, то медленно, по команде открывают глаза и находят себе пару или образуют группы из заданного количества участников.

5. "Что я не люблю" с запоминанием других. Каждый участник говорит, что он не любит, затем все вспоминают, что назвал каждый из участников.

6. Колечко.

7. Релаксационные упражнения.

Представьте, что вы ленивые пушистые коты и кошечки. Представьте, что вам хочется потянуться. Вытяните руки вперед. Поднимите их высоко над головой. Теперь откиньте назад. Почувствуйте, как напряглись ваши плечи. Тянитесь как можно сильнее. А теперь уроните руки по бокам. Молодцы, котятка, давайте ещё потянемся. Вытяните руки перед собой, поднимайте их вверх, над головой, откиньте назад, как можно дальше. Тянитесь сильнее. А теперь быстро уроните руки. Хорошо. Заметьте, насколько более расслабленными чувствуют себя ваши руки и плечи. А теперь давайте потянемся, как настоящие коты. Попробуем дотянуться до потолка. Вытяните руки прямо перед собой. Тяните их как можно выше, поднимая над головой. А теперь закиньте их назад, тяните назад. Чувствуете, как напряглись ваши руки и плечи? Тянитесь, тянитесь. Напряжение в мышцах растёт. Прекрасно! А теперь быстро опустите руки, пусть они упадут сами. Не правда ли, как хорошо чувствовать расслабление? Вы чувствуете себя хорошо, уютно, тепло и лениво, как котятки.

8. Совместный рисунок. Каждый участник рисует на доске или на листе бумаги линию, "закорючку", делается это в порядке очередности. В результате получается какой-то общий рисунок. Участники обсуждают, что у них получилось. Можно придумать название рисунку, дать имя, если получился персонаж.

9. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 3.

Цель: активизация знаний и представлений о себе, акцент на позитивных сторонах собственной личности.

1. Жмурки. Требуется свободное пространство. Водящему завязывают глаза. Участники двигаются поблизости от водящего. Он должен поймать участника и назвать его имя, тогда участник становится водящим.

2. Добрый - злой мяч. Участники становятся в широкий круг. Кидают друг другу мячик. "Добрый мяч" легко поймать, "злой" - трудно. Научившись кидать добрый-злой мяч,

участники кидают друг другу разные мячи, тот, кому адресован мяч, угадывает, был ли этот мяч "добрым" или "злым".

3. Бросать друг другу мяч с любым вопросом "о тебе". Вопросы могут быть самыми разными - об увлечениях, семье, о том, что делал сегодня. Получивший мяч дает ответ на вопрос, затем кидает мяч другому участнику со своим вопросом.

4. "Кто я такой". Участники по кругу называют относящиеся к ним понятия (ученик, сын, пассажир и т.д.), стремясь дать их как можно больше.

5. Релаксационные упражнения.

А теперь представьте, что вы маленькие черепашки. Сидите вы на камушке, на берегу симпатичного мирного пруда и греетесь, расслабившись, но солнышке. Вам так приятно, так тепло, так спокойно. Но что это? Вы почувствовали опасность. Черепашки быстро прячут голову под панцирь. Постарайтесь поднять ваши плечи вверх до ушей, а голову втянуть в плечи. Втягивайте сильнее. Не так легко быть черепашкой и втягивать голову под панцирь. Но, наконец, опасность миновала. Вы можете вытащить голову, снова расслабиться и блаженствовать на тёплом солнышке. Но берегитесь, приближается ещё большая опасность. Торопитесь, быстрее прячьтесь в своём домике, сильнее втягивайте головку. Старайтесь как можно сильнее её втянуть, а то вас могут съесть... Но вот опасность миновала и опять можно расслабиться. Вытяните вашу шейку, опустите плечики, расслабьтесь. Почувствуйте, насколько лучше это прекрасное ощущение расслабленности, чем когда ты весь сжался. Но опять опасность. Втяните головку, поднимите плечи прямо к ушкам и крепко держите их. Ни один миллиметр вашей головы не должен показаться из-под панциря. Втягивайте голову сильнее. Почувствуйте, как напряглись ваши плечи и шея. Хорошо. Опасность опять миновала, и вы можете опять высунуть вашу головку. Расслабьтесь, вы теперь в полной безопасности.

6. Рассказать про себя что-нибудь хорошее. Каждый участник рассказывает о своих навыках, умениях, качествах, событиях жизни, в случае затруднений ему оказывается помощь.

7. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 4.

Цель: Дифференциация представлений о себе. Обучение навыкам взаимодействия в группе сверстников.

1. Заколдованный мяч. Участники становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч. Если кто-то не смог поймать мяч, он становится "калекой". Тот, кто посылал ему мяч, называет часть тела, которую теперь нельзя будет использовать. Участник убирает названную руку за спину или поджимает ногу или закрывает глаз и-т.п. Если в дальнейшем участник удачно поймает мяч, способность использовать часть тела возвращается к нему. Дети должны сами найти выход из ситуации, когда у многих участников не используются многие части тела.

2. Кошки-мышки. Участники образуют замкнутый круг, взявшись за руки. Два участника остаются вне круга. Один - кошка, другой - мышка. Мышка убегает от кошки, может пробегать через круг, кошка пытается поймать мышку, она может быть только за границами круга. Участники помогают мышке тем, что опускают или поднимают руки, чтобы мышка могла спрятаться или выйти из круга.

3. Дарить друг другу (воображаемые) подарки. Подарки изображаются движениями без слов. Участники угадывают, что это такое.

4. Что у меня не получается и что у меня получается. Участники по кругу выполняют это задание, все внимательно слушают, при необходимости задают уточняющие вопросы, следят,

соответствует ли действительности то, о чем говорится.

5. Совместная история из отдельных предложений. Каждый участник по кругу говорит свое предложение. Следующий добавляет к предложениям свое, между ними должна быть смысловая связь.

6. Драматизация рассказанной истории. Участники распределяют роли и разыгрывают историю, затем проводится обсуждение.

7. Релаксационные упражнения.

А теперь представьте, что вы пытаетесь жевать очень тягучую большую жвачку. Вам очень трудно её жевать, челюсти движутся с трудом, но вы пытаетесь её прокусить. Надавливайте сильнее. Вы так стараетесь сжать её зубами, что напряглась даже шея. А теперь остановитесь, расслабьтесь. Почувствуйте, как свободно свисает ваша нижняя челюсть, как это приятно — расслабиться. Но давайте опять примемся за эту жвачку. Двигайте челюстями, пытайтесь её прожевать. Сильнее сжимайте её, так, чтобы она выдавливалась сквозь зубы. Хорошо! Вам удалось ее продавить сквозь зубы. А теперь расслабьтесь, приоткройте рот, пусть ваши челюсти отдохнут. Как хорошо вот так отдохнуть и не бороться с этой жвачкой. Но пора с ней покончить. На этот раз мы её разжужем. Двигайте челюстями, сдавливайте её как можно сильнее. Вы стараетесь изо всех сил. Ну, всё, наконец-то вы с ней справились! Можно отдохнуть. Расслабьтесь, пусть отдохнет всё ваше тело. Почувствуйте, как расслабились все ваши мускулы.

8. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 5.

Цель: Тренировка навыков взаимодействия в группе.

1. Кошки-мышки. См. встречу 4, упражнение 2.

2. Пианино. См. встречу 2, упражнение 2.

3. крокодил. Каждый участник называет какой-нибудь предмет или что-то другое, например, животное, своему соседу, чтобы другие этого не слышали. Затем по очереди участники изображают этот предмет пантомимически, другие угадывают. Задача участника показать как можно понятнее заданное слово.

4. Обсуждение по командам, почему хорошо или плохо: а) иметь кошку; б) быть ребенком. Одна команда называет положительные стороны, другая - отрицательные, затем команды меняются ролями.

5. Совместный рисунок. См. встречу 2, упражнение 7.

6. Релаксационные упражнения.

А вот прилетела надоедливая муха. Она опускается прямо вам на нос. Попробуйте прогнать её без помощи рук. Правильно, сморщивайте нос, сделайте столько морщин на носу, сколько вы сможете. Покрутите носом — вверх, в стороны. Хорошо! Вы прогнали муху! Теперь можно расслабить лицо. Заметьте, что когда вы крутили носом, и щёки, и рот, и даже глаза помогали вам и они тоже напрягались. А теперь, когда вы расслабили нос, расслабилось всё лицо — это такое приятное ощущение. О-о, опять эта назойливая муха возвращается, но теперь она садится на лоб. Сморщите его хорошенько, попытайтесь просто сдавить эту муху между морщинками. Ещё сильнее сморщите лоб. Наконец-то! Муха вылетела из комнаты совсем. Теперь можно успокоиться и расслабиться. Лицо расслабляется, становится гладким, исчезают все морщинки до одной. Вы ощущаете, какое гладкое, спокойное, расслабленное у вас лицо. Какое это приятное чувство!

7. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 6.

Цель: тренировка навыков взаимодействия в группе. Активизация позитивного восприятия жизни.

1. Заколдованный мяч. См; встречу 4, упражнение 1.

2. Недостающий стул. Или "стул есть - никак не сесть". Стулья в количестве: число участников минус один - ставятся спинками в центр круга, образуется круг. Участники -идут друг за другом вокруг стульев, водящий задает темп, меняет его. По его сигналу участники должны быстро занять место. Участник, которому не удалось занять стул, становится водящим. Другой вариант - участник без места выбывает из игры, забирает стул из круга; игра заканчивается, когда не остается стульев.

3. Сказать, что нравится в любом участнике группы. Упражнение выполняется с мячом. Участник кидает мяч и говорит, что ему нравится в том участнике, кому он посылает мяч. Используется стандартное начало фразы: "Мне нравится в тебе то, что ты..."

4. Что хорошего со мной уже произошло в этом году и что я хочу, чтобы произошло. Каждый участник отвечает на эти вопросы.

5. Человек и его тень...

6. Красный уголек. Участники сидят на стульях в произвольном порядке. Водящий подходит к каждому . Участники шёпотом сообщают водящему на ухо выбранный для себя персонаж (фильма или сказки, например: Баба-Яга, Царевна- Лягушка, трансформер Галь-ватрон). Водящий запоминает все образы и затем подзывает участников к себе: "Ко мне идёт Баба-Яга" и т.д. Если водящий забыл персонаж какого-либо участника, то последний назначает водящему фант: проскакать на одной ножке, прокричать петухом, сказать каждому комплимент и т.п. После выполнения фанта участник в награду называет своего героя. В конце концов, за водящим выстраиваются все участники, держась друг за друга и образуя цепочку. Водящий ведет за собой группу, преодолевая препятствия в виде хаотично расставленных стульев, одновременно рассказывая историю. История должна быть не слишком короткой, любого содержания, но в ней должно прозвучать словосочетание "красный уголек"; как только эти слова будут произнесены, участники должны очень быстро занять места на стульях, стульев на один меньше, чем участников. Оставшийся без стула участник становится водящим.

7. Релаксационные упражнения.

Ого! К нам приближается симпатичный маленький слонёнок. Но он не смотрит себе под ноги и не видит, что вы лежите у него на пути в высокой траве. Вот-вот сейчас наступит на ваш живот, не двигайтесь, уже нет времени отползти в сторону. Просто подготовьтесь: сделайте ваш живот очень твёрдым, напрягите все мускулы как следует. Оставайтесь так лежать. Но кажется, он сворачивает в сторону... теперь можно расслабиться. Пусть ваш живот станет мягким, как тесто, расслабьте его- как следует. Насколько так лучше, правда?.. Но вот слонёнок опять повернул в вашу сторону. Берегитесь! Напрягите ваш живот. Сильнее. Если слонёнок наступит на твёрдый живот, вы не почувствуете боли. Превратите ваш живот в камень. Уф, опять он свернул, можно расслабиться. Успокойтесь, улягтесь поудобнее, расслабьтесь. Замечаете разницу между напряженным и расслабленным животом? Как это хорошо, когда ваш живот расслаблен. Но вот слонёнок перестал крутиться и направился прямо на вас! Сейчас точно наступит! Напрягите живот как можно сильнее. Вот он уже заносит над вами ногу, сейчас наступит?.. Фу, он перешагнул через вас и уже уходит отсюда. Можно расслабиться. Всё хорошо, вы расслабились и чувствуете себя хорошо и спокойно. А теперь представьте, что вам нужно протиснуться через очень узкую щель в заборе, между двумя досками, на которых так много заноз. Надо стать очень тоненьким, чтобы протиснуться

и не получить занозу. Втяните живот, постарайтесь, чтобы он прилип к позвоночнику. Станьте тоньше, ещё тоньше, ведь вам очень нужно пробраться через забор. А теперь передохните, уже не надо утоньшаться. Расслабьтесь и почувствуйте, как живот «распускается», становится тёплым. Но вот пора опять пробираться через забор. Втяните живот. Подтяните его к самому позвоночнику. Станьте совсем тоненьким, напрягитесь. Вам очень нужно протиснуться, а щель такая узкая... Ну всё, вы пробрались, и ни одной занозы! Можно полностью расслабиться. Откиньтесь на спину, расслабьте живот, пусть он станет мягким и теплым. Как вы хорошо себя чувствуете. Вы всё сделали замечательно.

8. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 7.

Цель: Тренировка навыков взаимодействия в группе. Отреагирование негативных эмоций.

1. Жмурки. См. встречу 3, упражнение 1.

2. Слон. См. встречу 2, упражнение 1.

3. Дарить друг другу (воображаемые) подарки. См. встречу 4, упражнение 3.

4. Поменяться местами. См. встречу 1, упражнение 3.

5. Что в моей жизни, у меня уже стало лучше. Участники рассказывают о том, какие изменения произошли в их жизни за последнее время. Необходимо участие каждого, при затруднениях оказывается помощь.

6. Школа зверей. Каждый из участников придумывает себе роль - какого-нибудь зверя и действует в соответствии с ней.

7. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 8.

Цель: тренировка навыков взаимодействия в группе.

1. Кошки-мышки. См. встречу 4, упражнение 2

2. Лабиринт. Стулья или другие предметы расставляются в комнате так, что получается лабиринт. Участники разбиваются на пары, один из них ведущий, другой – ведомый, участники делают сцепление между собой с помощью согнутых указательных пальцев. Ведомый закрывает глаза, и ведущий проводит его через лабиринт. Задача ведущего – провести партнера так, чтобы он не задел за предметы. Затем участники меняются ролями. После выполнения задания проводится его обсуждение всей группой, выявляется наиболее успешная пара.

3. Отказаться или согласиться что-то сделать для другого. Все участники становятся в тесный круг. Один из участников просит другого сделать что-либо, другой должен либо отказаться, либо согласиться и выполнить эту просьбу.

4. Совместная история из отдельных предложений. См. встречу 4, упражнение 5.

5. Драматизация рассказанной истории. См. встречу 4, упражнение 6.

6. Красный уголек. См. встречу 6, упражнение 6.

7. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 9.

Цель: работа с социальными ролями, "премирование" различных социальных ролей.

1. Недостающий стул. См. встречу 6, упражнение 2.

2. Пианино. См. встречу 2, упражнение 2.

3. Отказаться или согласиться что-то сделать. См. встречу 8, упражнение 3.

4. Роли хорошего -плохого учеников ("Школа"). Участники получают роли - послушного, упрямого, озорного и другого ученика, учителя. Роли в игре отличаются от тех, которые свойственны ребенку в жизни. Разыгрывается сюжет из школьной жизни.

5. Падишах. Водящий играет роль падишаха. Он сидит на центральном месте, другие участники составляют очередь на прием к падишаху, каждый приносит ему подарок, это могут быть воображаемые предметы или концертные номера. Падишах либо одобряет подарок (без слов, жестами), и приглашает участника быть около него, либо отвергает подарок, и участник снова занимает очередь и готовит другой подарок. Участники могут объединяться в пары или небольшие группы.

6. Релаксационные упражнения.

А теперь представьте, что вы стоите босиком в большой с илистым дном луже. Постарайтесь вдавить пальцы своих ног глубоко в ил. Попробуйте достать до самого дна, где ил кончается. Напрягите ноги, чтобы получше вдавить ступни в ил. Растопырьте пальцы ног, почувствуйте, как ил продавливается вверх между ними. А теперь выйдите из лужи. Дайте своим ногам отдохнуть и согреться на солнышке. Пусть пальцы ног расслабятся... Не правда ли, какое это приятное чувство?.. Опять шагните в лужу. Вдавливайте пальцы ног в ил. Напрягите мышцы ног, чтобы усилить это движение. Всё сильнее вдавливайте ноги в ил, постарайтесь выдавить весь ил наружу. Хорошо! Теперь выходите из лужи. Расслабьте ноги, ступни и пальцы ног. Как приятно ощущать сухость и солнечное тепло. Всё, напряжение ушло. Вы чувствуете в ногах лёгкое приятное покалывание. Чувствуете, как по ним разливается тепло.

7. Рефлексия занятия.

ЗАНЯТИЕ 10.

Цель: завершение работы. Позитивное программирование будущего. Ощущение принадлежности к группе сверстников.

1. Путаница. См. встречу 1, упражнение 7.

2. Слон. См. встречу 2, упражнение 1.

3. Падишах. См. встречу 9, упражнение 5.

4. "Каким я буду через год" - обсуждение. По ходу обсуждения отмечаются и усиливаются позитивные реальные предположения.

5. Совместный рисунок "Каким я буду через год". Каждый участник рисует свой рисунок на общем большом листе бумаги.

Список литературы

1. Баженова О.В. Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников. – СПб.,2010.
2. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И. и др. Работа психолога в начальной школе. – М.,1998.
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. – М.,2002.
4. Гребенникова О.В. Игры-релаксации в коррекционной работ с детьми 5-6 лет, проявляющими агрессию и вспыльчивость // Психолог в детском саду.- 2004.
5. Долгова А.Г. Агрессия в младшем школьном возрасте: диагностика и коррекция.- М.,2009.
6. Дубровина И.В., Андреева А.Д., Данилова Е.Е.,Вохмянина Т.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. – М., 1998.
7. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. - СПб., 1997.
8. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. – М.,2002.
9. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – М.,2008.
10. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность психолога образования. – М.,2004
11. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. – М.,2004.
12. Хухлаева О.В. Психотехнические игры в начальной школе. - М.,1995.
13. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. – М.,2003.
14. Шилова Е.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении (диагностика, типология, развитие, коррекция). – М.,2000.