|  |  |
| --- | --- |
| **ГОСУДАРСТВЕННОЕ**  **УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**  **«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОРОДСКОЙ**  **СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»** | **ГОСУДАРСТВЕННОЕ**  **УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**  **«ГОМЕЛЬСКИЙ РАЙОННЫЙ**  **СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»** |

**ПРОГРАММА**

**психолого-педагогического сопровождения ребенка при перемещении в замещающую семью**

В 3-Х ЧАСТЯХ

*Автор-составитель:*

*Захожая Анастасия Сергеевна*

*педагог-психолог ГУО «Гомельский городской социально-педагогический центр»*

*Коновалова Мария Сергеевна*

*педагог-психолог ГУО «Гомельский районный социально-педагогический центр»*

**ГОМЕЛЬ, 2014**

**Пояснительная записка**

В Гомельской области 4552 ребенка лишены родительской заботы. Из общего числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, воспитанниками интернатных учреждений являются 402 чел. (8,8%), семейными формами устройства охвачено 3513 детей (77,2%). К сожалению, социализация детей, воспитывающихся в интернатных учреждениях, проходит таким образом, что у ребенка формируется негативный образ взрослого. И вырастая, дети повторяют деструктивную модель семьи своих родителей. Воспитание детей в замещающих семьях дает возможность добиться более высокого уровня адаптивности ребенка в социуме, чем в условиях интернатного учреждения, позволяет создать наиболее комфортную среду для становления и развития его личности. Для того чтобы ребенку, оставшемуся без попечения родителей и воспитывающемуся в государственном учреждении, было легче влиться в замещающую семью, необходимо его подготовить к этому переходу.

В результате полученной психической травмы (разрыв с биологической семьей) ребенок испытывает неуверенность и страх от неопределенности и отсутствия постоянства. В такой ситуации возрастает потребность в поддержке со стороны окружающих. В то же время для успешного преодоления последствий от разрыва с родной семьей, для возвращения к полноценной жизни необходима достаточная уверенность в своих силах.

Основная цель подготовки ребенка к переходу в замещающую семью – помочь ребенку с особыми потребностями в формировании позитивного образа взрослого и позитивного самоотношения через специальным образом организованное взаимодействие со взрослыми.

Показателем того, что ребенок готов к помещению в замещающую семью, становится снижение интенсивности невротических проявлений, поведенческая стабилизация, – и, самое главное, высказывания ребенка о его прошлом, причинах перемещения и о том, что сам он не виноват в происходящем. Готовить к любому изменению ребенка необходимо, исходя из особенностей психики.

Наиболее сложной проблемой в жизнедеятельности замещающей семьи на первых этапах ее функционирования является адаптация в ней ребенка с особыми потребностями. Поэтому помощь семье и ребенку в период взаимной адаптации – необходимая составляющая психолого-педагогического сопровождения замещающих семей.

Социально-психологическая адаптация ребенка в новой семье – это приспособление ребенка к нормам семьи и системе внутрисемейных взаимоотношений. Являясь двусторонним процессом, она состоит не только в том, чтобы ребенок, вступивший в новую систему жизнедеятельности и отношений, стремился приспособиться к ее условиям и требованиям, но и чтобы сама система активно влияла на адаптационные процессы посредством изучения нового субъекта, обеспечивала развитие его деятельности и отношений с учетом его возможностей и способностей. Чтобы избежать дезадаптации ребенка с особыми потребностями необходимо ему оказать помощь и поддержку в переходе с одного берега интернатного учреждения на другой берег замещающей семьи. В связи с чем и возникла необходимость в разработке программы психолого-педагогического сопровождения ребенка при перемещении в замещающую семью. Подготовка необходима еще и потому, что в новую семью ребенок идет, имея прошлый, порой негативный опыт жизни в семье. Но, несмотря на это, многие хотят попасть в семью (либо вернуться к своим родителям, либо просят найти других родителей).

Разработанная Программа позволяет построить представления ребенка о своем прошлом, истории своей жизни, причинах перемещения из семьи в социальный приют (либо интернатное учреждение) и перспективах на будущее. Это необходимо сделать, чтобы дети понимали произошедшие с ними изменения и представляли, какое их ждет будущее. Важно объяснить им, что произошло в их жизни и почему они не могут сейчас жить со своими родителями. Эффективное функционирование замещающей семьи связано не только со способностью родителей принять на себя новые обязательства и решать новые задачи, но и с готовностью самого ребенка строить новые отношения и менять стереотипы поведения.

На начальном этапе подготовки важно определить положение ребенка в новой семье для него же самого: его статус, сколько он будет жить в семье, вернется ли к родным, сможет ли с ними встречаться. Необходимо все это объяснить ему, найти приемлемые пути для поддержания эмоционального равновесия в отношениях с ребенком, тогда он быстрее сможет принять жизнь новой семьи. То же следует оговорить и с принимающей стороной.

Актуальность Программы определяется необходимостью снижения риска вторичного сиротства, которое становится необратимой травмой для ребенка. Занятия, приводимые в данной программе, нацелены на то, чтобы помочь ребенку с особенностями в развитии лучше понять самого себя и принять ту историю, тот опыт, который есть у каждого ребенка.

Полученные в ходе работы продукты творческой деятельности рекомендуем использовать для оформления *«Книги жизни»* приемного ребенка.

**Алгоритм работы**педагога-психолога по подготовке ребенка к проживанию в замещающей семье:

* Проведение комплексной диагностики психического и эмоционального состояния ребенка (использование психолого-педагогических технологий и методов работы с ребенком специалистами по своим направлениям).
* Организация индивидуальной и групповой коррекционной работы (специалисты ведут работу над особенностями эмоционального реагирования ребенка, выработкой адекватного поведения и самопринятия, корректируют социально-педагогическую запущенность, пробелы в развитии интеллектуальной сферы, образовании. В этот период идет формирование навыков общения, рефлексии, самоконтроля).
* Обеспечение психологической готовности ребенка к помещению в замещающую семью (реализация Программы сопровождения ребенка при перемещении).
* Мониторинг результатов подготовки ребенка для проживания в замещающей семье (повторное проведение диагностического обследования ребенка, рекомендации приемному родителю, родителю-воспитателю).

**Принципы** подготовки ребенка к перемещению:

* *Преемственность учреждений,* в которые попадает ребенок (взаимодействие домов ребенка, социальных приютов, центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации, замещающих семей и т.п.);
* *создание комфортных психологических условий* с первого дня пре- бывания ребенка в социальном приюте (учреждении интернатного типа);
* *комплексное сопровождение командой специалистов* ребенка и семейного окружения;
* *единство целей и задач специалистов,* работающих с ребенком в отношении его дальнейшего жизнеустройства;
* создание *равных возможностей* для самореализации каждого ребенка;
* приоритет *общения* ребенка с родителями, *кровными родственниками;*
* поощрение ребенка к *расширению* своих *социальных связей;*
* *приоритет интересов ребенка* в процессе принятия решений, влияющих на его судьбу;
* предоставление *выбора ребенку.*

**Цель программы:** создание социально-психологических условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться в замещающей семье.

**Программа рассчитана** на 8 занятий для детей дошкольного возраста (5-6); младшего школьного возраста (7-10 лет) и подросткового возраста (10-15 лет).

**Частота встреч**: 2 раза в неделю.

**Длительность занятий**: 30-50 минут.

**Ожидаемый результат:**

– у ребенка сформирован позитивный образ семьи, создана модель будущей семьи и семейных отношений;

– ребенок готов психологически к помещению в замещающую семью.

**Структура программы:**

Часть 1: Программа сопровождения детей дошкольного возраста

Часть 2: Программа сопровождения детей младшего школьного возраста

Часть 3: Программа сопровождения детей подросткового возраста

В каждой из трех частей есть занятия №№ VII, VIII. Предложенные занятия включают в себя работу в рамках сказкотерапии и песочной терапии, что требует от специалиста дополнительных материалов и оборудования. Поэтому данные занятия идут под меткой *дополнительно.* Рекомендуем проведения двух последних занятий на этапе адаптации ребенка в семье.

**Структура занятия:**

Этап 1: установление контакта, разогрев

Этап 2: создание индивидуальной (на занятиях №№ V-VIII – групповой) творческой работы

Этап 3: вербализация, релаксация, рефлексия

**Программа будет полезна** специалистам интернатных учреждений, социально-педагогических центров, дошкольных учреждений, педагогам-психологам социально-педагогической и психологической службы учреждений образования, приемным родителям, родителям-воспитателям. И всем неравнодушным к проблеме социального сиротства.

**Тематический план программы**

**психолого-педагогического сопровождения ребенка**

**при перемещении в замещающую семью (в 3-х частях)**

**Часть 1:**

**Программа по подготовке ребенка дошкольного возраста**

**к перемещению в замещающую семью**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *№ п/п* | *Тема занятия* | *Цель занятия* |
| *I* | **«Я с тобой дружу»** | формирование чувства безопасности |
| *II* | **«Мои чувства»** | эмоциональное отреагирование  негативных чувств |
| *III* | **«Я хочу тебе рассказать»** | осознание жизненного пути, интеграция  образа прошлого, осознание настоящего |
| *IV* | **«У меня есть семья»** | формирование позитивного образа  родной семьи |
| *V* | **«Я хочу с тобой познакомиться»** | установление контакта между членами семьи и будущим при­емным ребенком |
| *VI* | **«Я вижу тебя»** | формирование психологических условий для принятия членами семьи  приемного ребенка |
| *VII* | **«Расскажи мне сказку»** | содействие успешной адаптации ребенка в приемной семье |
| *VIII* | **«Песочный мир чудес»** | формирование детско-родительских  отношений, развитие эмоциональной сферы |

**Часть 2:**

**Программа по подготовке ребенка младшего школьного возраста**

**к перемещению в замещающую семью**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *№ п/п* | *Тема занятия* | *Цель занятия* |
| *I* | **«Я не один»** | формирование чувства безопасности |
| *II* | **«Вот такой вот Я!»** | формирование позитивной Я-концепции |
| *III* | **«Узнай обо мне больше»** | осознание жизненного пути, интеграция  образа прошлого, осознание настоящего |
| *IV* | **«А как же моя семья»** | воссоздать позитивный образ о прошлом ребенка и помочь его сохранить |
| *V* | **«Я хочу с тобой познакомиться»** | формирование положительного образа  замещающей семьи в сознании ребенка |
| *VI* | **«Я стараюсь принять Вас»** | формирование психологических условий для принятия членами семьи приемного ребенка |
| *VII* | **«Я путешествую в сказку»**  **(дополнительно)** | содействие успешной адаптации ребенка в приемной семье |
| *VIII* | **«Это мой песочный мир»**  **(дополнительно)** | формирование детско-родительских  отношений, развитие эмоциональной сферы |

**Часть 3:**

**Программа по подготовке ребенка подросткового возраста**

**к перемещению в замещающую семью**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *№ п/п* | *Тема занятия* | *Цель занятия* |
| *I* | **«Моя безопасность»** | формирование чувства безопасности |
| *II* | **«То, что я чувствую»** | формирование навыка распознавания  эмоционального состояния |
| *III* | **«Я принимаю свое прошлое»** | осознание жизненного пути, интеграция  образа прошлого, осознание настоящего |
| *IV* | **«Я пишу своей семье»** | поддержка связи с биологической  семьей, работа с чувством вины |
| *V* | **«Приятно познакомиться»** | установление контакта  с приемной семьей |
| *VI* | **«Моя будущая семья»** | формирование психологических  условий для принятия членами семьи приемного ребенка |
| *VII* | **«Сказочный мир»**  **(дополнительно)** | содействие успешной адаптации ребенка в приемной семье |
| *VIII* | **«Песочная страна»**  **(дополнительно)** | осознание стиля взаимодействия с  приемным ребенком, развитие сотрудничества |

**Часть 1:**

**Программа психолого-педагогического сопровождения ребенка**

**дошкольного возраста при перемещении в замещающую семью**

**Занятие I «Я с тобой дружу»**

**Цель:** установление контакта,формирование чувства безопасности

**Общее время:** 30 мин.

**Упражнение 1 «Прогноз погоды»**

**Цель:** снятие напряжения, настрой на совместную работу

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** гуашь, плотный лист бумаги формата А4, набор картинок «Погода»

**Описание:** необходимо нарисовать рисунок, который будет соответствовать твоему настроению. Ты можешь показать, что у тебя сейчас «плохая погода» или «штормовое предупреждение», а может быть, для тебя уже во всю «светит солнце». (для стимулирования творческого процесса возможна демонстрация картинок из набора «Погода»)

**Анализ:** Влияет ли погода на твое настроение?

**Упражнение 2 «Создание безопасного места»**

**Цель:** сформировать образ безопасного и комфортного пространства, научить более эффективным способам совладания со стрессом и последствиями психической травмы

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бассейн с шариками (мячиками), мягкие кубики, ткань, резиновые мячи

**Описание:** мы с тобой попробуем сделать домик, в котором у нас будет хорошее настроение, нам будет тепло и уютно. Там нас будут обнимать и нам будет улыбаться. Представь себе одно из таких мест как можно более ярко. Оно может быть как реальным, так и воображаемым, а также сочетать в себе признаки того и другого. Ты можешь наполнить это место любыми предметами, которыми захочешь, чтобы сделать его как можно более привлекательным для себя. Можешь обратить дополнительное внимание на те детали, которые позволяют тебе чувствовать себя в безопасности и контролировать ситуацию, например: закрыта ли входная дверь, какой вид открывается за окном и т.д.

**Обсуждение** созданного интерьера

**Упражнение 3 «Барабан»**

**Цель:** расслабление, развитие мелкой моторики

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** твердая поверхность (стол)

**Описание:** подушечки правой и левой руки прижать к столу и постукивать по его поверхности.

*Барабанщик очень занят,*

*Барабанщик барабанит.*

*Та-ра-ра, та-ра-ра,*

*На прогулку нам пора.*

**Анализ:** уточняется настроение ребенка

**Занятие II «Мои чувства»**

**Цель:** эмоциональное отреагирование негативных чувств

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Мой мир в игрушках»**

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** набор мягких игрушек

**Описание:** посмотри, перед тобой набор мягких игрушек. Выбери игрушку, которая тебе нравится

**Анализ:** Как ее зовут? Где она живет? С кем она дружит? Ее кто-нибудь обижает? А есть у нее родители? Чего она боится? и т.д.»

**Упражнение 2 «Рисование по мокрой бумаге»**

**Цель:** отреагирование чувств, снижение уровня контроля

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** вода, лист плотной бумаги формата А3, гуашь

**Описание:** ребенку предлагается нарисовать необычный рисунок на заданную или свободную тему. Например, «Моё настроение».

**Анализ:** специалист обращает внимание нацветовую гамму рисунка. Если в процессе работы слишком сильные эмоции неотреагированые можно предложить сделать рамку для работы – это завершит процесс.

**Упражнение 3 «Настроение»**

**Цель:** умение различать и понимать эмоциональные состояния людей

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** лист бумаги формата А4, шариковая ручка

**Описание:** демонстрация лиц с различным эмоциональным состоянием: радости, печали, веселья, злости, удивления и т.д. Предложить детям выбрать и «сделать» какое-либо лицо.

**Анализ:** Что тебе хочется сделать в этом состоянии? Нравится или нет такой человек? Почему? Когда у человека бывает такое настроение?

**Занятие III «Я хочу тебе рассказать»**

**Цель:** осознание жизненного пути, интеграция образа прошлого, осознание настоящего

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1«Карта перемещений»**

**Цель:** осознание жизненного пути

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши, шариковые ручки, журналы, клей ПВА

**Описание:** заданию предшествует беседа на тему «перемещений» ребенка. На листе бумаги фиксируется начальная точка (момент рождения ребенка, прошлое); точка, в которой ребенок находится сейчас (настоящее) и отмечается период будущего. В виде «карты», «схемы» ребенка просят отметить все значимые моменты его жизни. На каждый значимый момент необходимо найти в журнале картинку или создать рисунок, отражающий отношение к тому или иному событию в жизни ребенка.

**Анализ:** выясняется отношение ребенка к свой карте в целом и к каждому событию по отдельности

**Упражнение 2 «Рисунок пальцами»**

**Цель:** развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Материалы:** пальчиковая гуашь, плотная бумага формата А4

**Форма проведения:** индивидуальная

**Описание:** педагог-психолог предлагает ребенку нарисовать своими пальчиками рисунок. Рисунок должен отражать эмоциональное настроение ребенка, его переживания

*Темы для работы:*

*«Домик»*

*«Деревце»*

*«Мама»*

**Упражнение 3 «Если бы я был …»**

**Цель:** осознать свои чувства, выразить на метафорическом уровне отношение к себе

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** лист бумаги формата А4, шариковая ручка

**Описание:** в этой игре не стоит долго задумываться над продолжением предложения, завершение должно приходить спонтанно.

* «Если бы я был растением, то каким…»
* «Если бы я был зданием, то каким…»
* «Если бы был животным, то каким…»
* «Если бы я был героем из мультика, то каким…»

**Анализ:** обратить внимание на то, с чем (кем) ассоциирует себя ребенок.

**Занятие IV «У меня есть семья»**

**Цель:** сформировать позитивный образ родной семьи ребенка

**Общее время:** 35 мин.

**Упражнение 1 «Рисунок из цветной бумаги»**

**Цель:** снятие эмоциональных барьеров, настрой на работу

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** журналы, вырезки принтов, ножницы, клей ПВА, лист формата А4

**Описание:** в центре листа находится окружность, которую ребенку необходимо заполнить цветными принтами из журналов. Бумагу можно резать или рвать, как нравится ребенку. Темой для работы, например, может быть «Моя семья».

**Анализ:** цветовая гамма, способ выполнения работы: или резал ножницами бумагу, или рвал руками.

**Упражнение 2 «Кадр из фильма»**

**Цель:** трансформация чувства вины ребенка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** трафарет «ребенка», трафарет «взрослого»

**Описание:** «Два контура, которые лежат перед нами, похожи на тебя и на … (мама, папа или опекун ребенка). Представь, что вам необходимо сняться в мультфильме или кино. Подумай и нарисуй, как бы тебе хотелось одеть каждого из вас соответственно выбранной роли.

**Анализ:** какого героя вы бы сыграли? Как ты думаешь, чем бы занимался каждый из героев? О чем бы они думали? Как бы они относились друг к другу?

**Упражнение 3 «Парад»**

**Цель:** развитие концентрации внимания, снижение эмоционального и мышечного напряжения

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** марширование на счет «Раз-два-три-четыре». В первом цикле шагов хлопок руками на счет «раз», во втором – на счет «два», в третьем – на счет «три», в четвертом – на счет «четыре».

*Раз (хлопок)-два-три-четыре.*

*Раз-два (хлопок)-три-четыре,*

*Раз-два-три (хлопок)-четыре.*

*Раз-два-три-четыре (хлопок).*

Повторить несколько раз.

**Занятие V «Я хочу с тобой познакомиться»**

**Цель:** установление контакта между членами семьи и будущим при­емным ребенком

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Разговор с руками»**

**Цель:** научить детей контролировать свои действия (если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль)

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши

**Описание:** обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложить ребенку оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками.

**Анализ:** «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?», «С кем живет?», «Какие животные есть?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорить диалог самому. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. При сочинении истории приемный родитель должен рассказывать о своей семье, л своем доме и животных.

**Упражнение 2 «Семейный рисунок»**

**Цель:** создание доверительной атмосферы

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** лист бумаги форматаА3, карандаши

**Описание:** вся семья рисует на большом листе бумаги, а затем обсуждает динамику процесса рисования, отражающую семейные роли и отношения.

Темы для рисования: «Мы с тобой», «Наша семья», «Наш дом», «Наши семейные традиции»

**Упражнение 3 «Штанга»**

**Цель:** расслабление мышц рук, ног, корпуса

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** Встаньте. Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно опускаются вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох - пауза, выдох - пауза.

*Мы готовимся к рекорду,*

*Будем заниматься спортом (наклониться вперед).*

*Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, руки вверх).*

*Крепко держим...*

*И бросаем!*

*Наши мышцы не устали*

*И еще послушней стали.*

Во время выполнения упражнения можно прикоснуться к мышцам плеча и предплечья ребенка и проверить, как они напряглись.

*Нам становится понятно:*

*Расслабление приятно.*

**Занятие VI «Я вижу тебя»**

**Цель:** формирование психологических условий для принятия членами семьи приемного ребенка

**Общее время:** 30 мин.

**Упражнение 1 «Семейка слепых»**

**Цель:** установление эмоционального контакта и границ личности

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** члены семьи образует тесный круг. Все сидят с закрытыми глазами. По очереди каждый член семьи са­дится в центр. Тот, кто сидит в центре, по кругу прикасается к каждому члену семьи: к рукам, волосам, лицу. Затем остальные члены семьи по очереди прикасаются к сидящему в центре. Он говорит: «тепло», если ему приятно, «холодно», если нет. Как только ребенок говорит «холодно», при­косновения прекращаются.

**Упражнение 2 «Рисунок пластилином»**

**Цель:** развитие способности самовыражения, развитие воображения, установление эмоционального контакта

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** картон, пластилин

**Описание:** участникам раздают по листочку картона круглой формы и пластилин. Ребенок может взять кусочек пластилина понравившегося цвета и размять его в руках так, чтобы он стал мягкий. Затем пластилин наносится пальцами на картон, как бы намазывая в разных направлениях. При этом можно использовать и другие цвета, он не обязательно должен быть однотонным. Можно предлажить набор крупы, макарон и мелких предметов. Вдавливая их в пластилиновую основу, дети тем самым создают композицию на свободную или заданную тему.

**Анализ:** по завершению работы участники занятия придумывают название поделки, сочиняют сказочную историю.

**Упражнение 3 «Зеркало»**

**Цель:** осознание эмоционального состояния собеседника

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** лист бумаги формата А4, шариковая ручка

**Описание:** участники становятся друг напротив друга. Один из участников (ребенок или родитель) выражает эмоцию и, стоящий напротив него участник, должен полностью скопировать движения. Пара меняется ролями.

**Занятие VII «Расскажи мне сказку»** *(дополнительно)*

**Цель:** содействие успешной адаптации ребенка в приемной семье

**Общее время:** 35 мин.

**Упражнение 1 «По страницам сказки»**

**Цель:** выражение жизненного опыта ребенка через сказочного персонажа

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** книга – **«**Слон Хортон высиживает яйцо», Доктор Сьюз

**Текст сказки:** ГУО «Гомельский городской социально-педагогический центр»

**Упражнение 2 «То, что я услышал»**

**Цель:** отреагирование негативных переживаний посредствам сказки

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** выразить отношение к главным героям сказки

**Упражнение 3 «Песенка про ежика» (автор Ш.А.)**

**Цель:** отреагирование эмоций, создания позитивного настроения.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** игрушка «Ежик», коврик

**Описание:** педагог-психолог предлагает поиграть с ёжиками и спеть для них песенку. Необходимо повторять все движения, сидя на коврике:

*Бежит ёжик вверх по ножке, вверх по ножке, вверх по ножке*

*На животик забежал, забежал, забежал*

*И кружок нарисовал, рисовал, рисовал*

*На плечо забежал, забежал, забежал*

*Спинку нам он почесал, почесал, почесал*

*На бородку забежал,*

*В губки нас поцеловал,*

*На носик заскочил, пощекотил, пощекотил,*

*На головку забежал, бежал, бежал, бежал, бежал…*

*Подскользнулся …и… упал*

*Ловим ёжика….* (Повторяется 2 раза)

**Анализ:** Какое настроение?

**Занятие VIII «Песочный мир чудес»** *(дополнительно)*

**Цель:** формирование детско-родительских отношений, развитие эмоциональной сферы

**Общее время:** 30 мин.

**Упражнение 1 «Песочный дождик»**

**Цель:** регуляция мышечного напряжения, расслабление.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, набор фигурок

**Описание:** песочная фея: «В моей стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Ты сам можешь устроить такой дождь и ветер. Смотри, как это происходит»: а) ребенок медленно / быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь; б) ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями.

**Упражнение 2 «Мир, в котором я живу»**

**Цель:** понимание значения детско-родительских отношений, выявление трудностей во взаимодействии взрослых и детей.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, набор игрушек

**Описание:** семье представляется возможность «построить» свой мир в миниатюре. На все уточняющие вопросы специалист отвечает: «Это ваш Мир, поэтому можете строить все, что захотите».

**Анализ:** специалист обращает внимание на способ взаимодействия членов семьи и ребенка. Анализу подлежит точность выполнения инструкции, невербальные реакции, сюжет песочной картины, пространство песочницы, расположение фигур, символы, ландшафт.

**Упражнение 3 «Песочные прятки»**

**Цель:** гармонизация эмоционального состояния, развитие сплоченного взаимодействия

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, набор игрушек

**Описание:** ребенку специалист предлагает выбрать игрушку. Затем ее необходимо спрятать в песок, а одни из родителей должен ее отыскать. Роли меняются.

**Анализ:** способ взаимодействия

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО ☺

**Часть 2:**

**Программа психолого-педагогического сопровождения ребенка младшего школьного возраста**

**при перемещении в замещающую семью**

**Занятие I «Я не один»**

**Цель:** формирование чувства безопасности

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Прогноз погоды»**

**Цель:** снятие напряжения, настрой на совместную работу

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши, набор картинок «Погода»

**Описание:** необходимо нарисовать рисунок, который будет соответствовать твоему настроению. Ты можешь показать, что у тебя сейчас «плохая погода» или «штормовое предупреждение», а может быть, для тебя уже вовсю «светит солнце».

**Анализ:** Как погода может отражать наше настроения? Влияет ли погода на твое настроение?

**Упражнение 2 «Создание безопасного места»**

**Цель:** сформировать образ безопасного и комфортного пространства, научить более эффективным способам совладания со стрессом и последствиями психической травмы

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага для рисования формата А4, масляная пастель или карандаши разных цветов, гуашевые краски

**Описание:** вспомни разные места, реальные и воображаемые, находясь в которых ты мог бы чувствовать себя хорошо, не бояться. Если ты не можешь вспомнить ни одного из таких мест, не волнуйся. Постарайся представить его в своем воображении сейчас.

Представь себе одно из таких мест как можно более ярко. Оно может быть как реальным, так и воображаемым, а также сочетать в себе признаки того и другого. Ты можешь наполнить это место любыми деталями, которые захочешь, чтобы сделать его как можно более привлекательным для себя.

Нарисуй безопасное место, которое ты представил. Можно это делать по-разному, например, изображать вид этого места сверху, сбоку, в виде схемы или, прорисовывая все детали и мелочи рисунка и т.д.

Можешь обратить дополнительное внимание на те детали, которые позволяют тебе чувствовать себя в безопасности и контролировать ситуацию, например: закрыта ли входная дверь, какой вид открывается за окном и т.д.

**Анализ:** можно составить список визуальных признаков безопасного места, которое изобразил ребенок. Описать, почему каждое из них для ребенка имеет значение.

В дальнейшем ты можешь с закрытыми глазами представлять в деталях изображенное место. Ты можешь также повесить свой рисунок на стенку или даже поместить в рамку и поставить на стол для того, чтобы иметь возможность смотреть на него, когда захочешь.

**Упражнение 3 «Деревья в лесу»**

**Цель:** снятие мышечного напряжения

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** магнитофон, медленная и спокойная музыка

**Описание: *«***А теперь – игра. Вы готовы превращаться? Сейчас мы будем деревьями. Встаньт друг за другом.В лесу светило солнышко, и все деревья тянули к нему свои листочки. Высоко-высоко тянутся, чтобы каждый листочек согрелся. Пальчики-листочки танцуют под солнышком. Подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны... Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются... Ветер принес дождевые тучки, и деревья почувствовали первые капли дождя.Дотронься своими пальцами до спины впереди стоящего. Пусть движения будут легкими, как будто ласково стучит дождик.Дождик стал стучать сильнее, а потом еще чуть сильнее... И деревья стали жалеть друг друга. Гладить, защищать от сильных ударов дождя. Но вот вновь появилось солнышко, деревья обрадовались, стряхнули с себя лишние капли дождя и оставили только необходимую влагу. Почувствовали свежесть, бодрость и уверенность.

**Анализ:** Какое настроение?

**Занятие II «Вот такой вот Я!»**

**Цель:** формирование позитивной Я-концепции

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Встреча»**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** поочередно прикасаться подушечками пальцев мизинец к мизинцу, безымянный к безымянному и т.д.

*Пальчики проснулись,*

*Пальчики встречались.*

*Бегали, играли,*

*Дружно попрощались.*

**Психотерапевтическая сказка 2 «Почему крокодил такой умный»**

**Цель:** коррекция низкой самооценки

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** отсутствуют

**Текст сказки:** Это случилось, мой милый мальчик, в далекой Африке в те далекие-далекие времена, когда у слона еще не было такого длинного хобота, а верблюд еще не приобрел свой замечательный горб. В то давнее время Земля была новенькая, только что сделанная, и жил на этой Земле прекрасный белый крокодил.

Он любил лежать на зеленой травке, греться на солнышке и разглядывать свои перепончатые лапки. Новенькие свежие облака носились по лакированному синему небу, а вокруг пели сладкоголосые птицы и копошились диковинные насекомые. Мир и согласие царили на этой новенькой Земле.

– Мир прекрасен и совершенен! – любил повторять на закате крокодил.

И быстрые зебры согласно топали копытами.

– Все в этом мире прекрасно и совершенно!

И длинноклювые цапли согласно кивали головами.

– А значит, прекрасны и совершенны и все мы, - заканчивал он и отправлялся спать.

Но, наверное, кому-то показалось, что новенькая Земля слишком добра и совершенна, и тогда на ней появились обезьяны. Появившись, они прежде всего передрались и перессорились между собой, а потом увидели крокодила. Он преспокойно лежал внизу у деревьев и, удивленно открыл рот, наблюдал за этим кичливым и хвастливым племенем. Обезьяны, наконец-то заметив кого-то еще, кроме себя, стали толкаться, показывая друг другу ранее невиданное ими существо, раскачиваться на ветвях деревьев и спускаться к нему поближе.

– Посмотрите, какой он страшный! – вдруг крикнула одна.

– Никогда такого не видела! – крикнула другая.

– Урод! – крикнула третья и запустила в него кокосом.

Мохнатый плод гулко стукнул крокодила по белоснежной голове и откатился в сторону. Крокодильи глаза от удара вдруг уменьшилось, а зрачки от обиды сузились и почернели. Обезьяна такая перемена чрезвычайно обрадовала. Они стали хохотать, показывать на него пальцами и обрушили на свою жертву целый дождь, шквал и ураган кокосовых ударов, от которых крокодил не мог не только открыть рот и что-то сказать, но и круглая голова его постепенно плющилась, а прекрасная белая морда вытягивалась от переполнявшей его обиды.

А сколько гадких и противных слов он выслушал от всех них! Они кричали и ругались так, как до сих пор никто не ругался на этой Земле. Никогда крокодил не был так зол, как в эту минуту, но это и понятно, ведь никто прежде его не обижал. Он стал бегать вокруг деревьев в надежде поймать хоть одну обидчицу, но деревья в жаркой Африке были столь высокими, сколько короткими были его лапы. В высокой недосягаемости от земли и крокодила обезьяны обзывались, швыряли в него комья земли и банановые шкурки до тех пор, пока им не надоело это развлечение. И под конец, прокричав что-то вроде: «Обезьяны – великий народ» и «Мир прекрасен и совершенен, а значит, прекрасны и совершенны и все мы!» – они гордо удалились, наверное, искать новую жертву для насмешек.

А крокодил, оставшись под деревом, впервые в жизни заплакал. Он плакал горько, безутешно, громко и печально. Он плакал так, как никто еще не плакал на этой новой Земле, и слезам его не было конца. Он плакал долго. Очень-очень долго. Так долго, что образовалась целая глубокая река. По берегам она зацвела, заросла тиной, помутнела и позеленела. И сам крокодил, лежа в ней, помутнел и позеленел тоже. Он уже не был уверен в том, что мир прекрасен и совершенен, как и в том, что прекрасны и совершенны и все мы. Сам себе он был не рад, вспоминая, что говорили эти глупые и злобные обезьяны. И чем он больше вспоминал, тем сильнее плакал. А чем сильнее плакал, тем больше ему было жаль себя.

– Они говорили, что я страшный, как египетская тьма, что со мной никто не хочет дружить, что от меня никакого проку и что меня не любит даже мама. Наверное, это так, – вздыхал он, – им со стороны виднее, – и горькая крупная слеза опять катилась в зловонную зеленую реку.

Не знаю, сколько это продолжалось бы, но знаю точно, что кое-кто послал в то время крокодилу волшебную птичку чибис. Птичка села на зеленую и плоскую крокодилью морду и стала петь. А когда от ее пения высохли у крокодила слезы, она велела ему открыть рот и стала чистить ему зубы. Крокодилу было приятно и чуть-чуть щекотно от прикосновения маленького клюва. Птичка вычистила ему не только все зубы, но и всю его зеленую спину от червячков и насекомых. И когда она закончила, крокодил спросил ее:

– О, прекрасная, милосердная и бесстрашная птичка Чибис, как мне отблагодарить тебя?

– Позволяй мне и только мне подходить к тебе столь близко, и тогда мы оба приобретем пользу от такой близкой дружбы. Я буду добывать себе пищу из твоих прекрасных больших зубов и с твоей прекрасной зеленой кожи, но зато и ты избавишься от надоедливых паразитов.

– Постой, постой, – заволновался крокодил, – ты сказала «прекрасная кожа и прекрасные зубы»?

– Да ведь они и в самом деле прекрасны, – засмеялась птичка, – тебе только нужно найти пользу от них, а найдя, не забудь себя за это похвалить. Разве ты забыл, что мир прекрасен и совершенен, а значит, прекрасны и совершенны и все мы? И в этом совершенном мире есть прекрасное слово «ЗАТО». Оно поможет тебе. Думай, ведь ты очень умный!

Сказав это, она улетела в синюю высь далекого неба, а крокодил остался в мутной зеленой воде и стал усиленно думать о какой-то пользе и о том, за что же себя похвалить. Он думал-думал-думал и, наконец, придумал!

– Я наплакал целую реку, – тихо сказал он и нерешительно оглянулся, – ЗАТО в ней теперь живут рыбы и лягушки, а значит, я молодец.

– Я зеленый и не совсем красивый, ЗАТО меня в воде не видно, прибавил он громче.

– У меня плоская голова, ЗАТО на ней так удобно сидеть птичке Чибис.

– У меня большая пасть и ужасные крепкие зубы, ЗАТО ими так удобно хватать наглых обезьян и всех, кто посмеет еще хоть раз меня обидеть.

– А еще я очень умный, если все это смог придумать сам!

И я, мой милый мальчик, не заметил никого вокруг, кто мог бы ему хоть что-нибудь возразить.

С тех пор слезы проливает кто угодно, только не он, особенно если рискуют попить из мутной реки без его позволения. А сам крокодил по-прежнему любит вылезать из реки и греться на солнышке. Птичка Чибис часто прилетает к нему в гости. И так близко с ним дружит только она.

– Мир прекрасен и совершенен, – любит повторять крокодил на закате.

– О, да, – робко соглашаются с ним рогатые антилопы.

– Все в этом мире прекрасно и совершенно! – рычит он.

– Это так, – неуверенно поддакивают длинноногие страусы.

– А значит, прекрасны и совершенны и все мы! – довольно заканчивает он и отправляется спать.

Поспешим согласиться с ним и мы, и отправимся спать, для того чтобы начался новый день, а с ним и новая сказка.

**Анализ:** после прочтения необходимо поговорить о том, что любой минус можно превратить в плюс, либо постараться рядом с плохой стороной события увидеть как можно больше положительного по принципу «не было бы счастья, да несчастье помогло».

**Упражнение 3 «Ищу друга»**

**Цель:** формирование чувства доверия и чувства принадлежности

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** школьная тетрадь

**Описание:** «Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей. Многие газеты сейчас печатают объявления для тех, кто желает найти друзей или просто единомышленников по увлечениям. Мы попытаемся с тобой тоже составить такое объявление и озаглавим его «Ищу друга». Ты можете рассказать немного о себе, указать свои увлечения, любимые занятия, о том, что могло бы заинтересовать другого человека в тебе. Объявление не должно быть большим, но старайся писать искренне. Можно не подписывать или придумать себе псевдоним».

Ребенок может поместить свои объявления на стенде в кабинете педагога-психолога.

**Анализ:** Трудно ли быть откровенным? Просто ли было писать о себе?

**Занятие III «Узнай обо мне больше»**

**Цель:** осознание жизненного пути, интеграция образа прошлого, осознание настоящего

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Техника направленного воображения»**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, настрой на работу

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** «Мы с вами отправляемся в волшебное путешествие. Вы летите высоко-высоко в облаках… Вокруг только небо и мягкий пух, который вы раздвигаете руками… Внизу пока ничего не видно… Но вот облака рассеиваются, и вы пролетаете над самой замечательной сказочной страной… Здесь, у каждого из вас, есть свой домик… Давайте спустимся вниз и найдём его… Все они разные… Рассмотрите свой домик внимательно…Где он находится..? Какой он..? Какого цвета… размера… на что он похож..? Кто в нём живёт..? Что вы чувствуете, когда видите свой домик..? Он вам нравится..? Вам приятно в нём находится..? Какое интересное у нас с вами путешествие, но нам пора возвращаться…Ещё раз посмотрите на свой домик и запомните все детали… Сделайте глубокий вдох-выдох… Откройте глаза»

**Упражнение 2 «Карта перемещений»**

**Цель:** осознание жизненного пути

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши, шариковые ручки, журналы, клей ПВА

**Форма проведения:** индивидуальная

**Описание:** заданию предшествует беседа на тему «перемещений» ребенка. На листе бумаги фиксируется начальная точка (момент рождения ребенка, прошлое); точка, в которой ребенок находится сейчас (настоящее) и отмечается период будущего. В виде «карты», «схемы» ребенка просят отметить все значимые моменты его жизни. На каждый значимый момент необходимо найти в журнале картинку или создать рисунок, отражающий отношение к тому или иному событию в жизни ребенка.

**Анализ:** выясняется отношение ребенка к своей карте в целом и к каждому событию по отдельности

**Упражнение 3 «Незаконченные предложения»**

**Цель:** получение дополнительной информации о привычках ребенка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** раздаточный материал, шариковая ручка

**Описание:**

* Больше всего я люблю...
* Я хотел бы...
* Я хотел бы быть...
* Я чувствую себя счастливым, когда...
* Мое будущее кажется мне...
* Я надеюсь, что когда-нибудь...
* Я хотел бы быть более...
* Мне очень грустно, когда...
* Я хочу познакомиться с...
* Я хотел бы больше узнать о...
* Мне не нравится, когда …

**Анализ:** Что вы чувствовали? Трудно ли говорить о себе?

**Занятие IV «А как же моя семья?»**

**Цель:** воссоздать позитивный образ о прошлом ребенка и помочь его сохранить

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «На что похоже твое чувство»**

**Цель:** исследовать свои тайные переживания; связать свои чувства, переживания и взаимоотношения с другими людьми

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** я сейчас прочитаю список из нескольких ситуаций, и мы вместе обсудим, как бы ты себя чувствовал, попав в похожей ситуации».

Примеры ситуаций:

* *тебе не разрешают подольше остаться в гостях у друзей;*
* *погибает твое любимое домашнее животное (кошка, собака и т.д.);*
* *твои родители постоянно ссорятся;*
* *тебя отправляют в приют.*

Педагог-психолог может продолжить этот список, опираясь на конкретные факты из жизни ребенка, на позитивный и негативный его опыт.

**Анализ** чувств и реакций ребенка

**Упражнение 2 «Письмо моей родной семье»**

**Цель:** отреагировать негативные чувства ребенка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** лист бумаги формата А4, шариковая ручка

**Описание:** ребенка просим написать (если ребенок не умеет писать, за него пишет взрослый) то, чтобы он хотел сказать своим родственникам, семье

**Упражнение 3 «Воздушный шарик»**

**Цель:** эмоциональная разрядка, преодоление амбивалентных чувств

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** воздушный шар

**Описание:** педагог-психолог и ребенок становятся друг напротив друга. В руках у специалиста воздушный шарик, с которым он предлает немного поиграть. Включается спокойная музыку и пара начинает перебрасывать шар. С каждым ударом сила подачи увеличивается.

*Условия игры:*

* Не причинить боль партнеру;
* Быть вместе;
* Веселиться!

**Занятие V «Я хочу с тобой познакомиться»**

**Цель:** формирование положительного образа замещающей семьи в сознании ребенка

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Дерево знакомств»**

**Цель:** установление контакта между членами семьи и будущим при­емным ребенком, развитие коммуникативных навыков

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** ватман, карандаши, набор героем из сказок и мультфильмов

**Описание:** на листе ватмана символически изображается дерево. У дерева должны быть прорисованы корни, ствол, дупло, крона, ветви. Ребенку совместно с членами семьи необходимо расставить или нарисовать своих любимых героев. Например, Винни-Пух сидит в дупле; Колобок катится возле дерева. Когда работа завершена, необходимо представить и рассказать, как бы познакомились все эти герои.

**Упражнение 2 «Фотоколлаж»**

**Цель:** формирования чувства безопасности по отношению к приемной семье

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** фотографии ребенка, фотографии семьи замещающего родителя, журналы, ватман, клей-карандаш, бусинки, перышки, ленты

**Описание:** участникам предлагается тема, на которую необходимо создать фотоколлаж

*Темы для разработки:*

* «Один день из нашей жизни»
* «День из будущего»
* «Что я хочу тебе рассказать»

**Анализ:** необходимо обратить внимание на способ взаимодействия между участниками в период выполнения задания

**Упражнение 3 «Кораблик»**

**Цель:** расслабление мышц рук, ног, корпуса

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** «Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямьтесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох - пауза, выдох - пауза.

*Стало палубу качать!*

*Ногу к палубе прижать!*

*Крепче ногу прижимаем,*

*А другую расслабляем.*

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

*Снова руки на колени,*

*А теперь немного лени...*

*Напряженье улетело,*

*И расслаблено все тело...*

*Наши мышцы не устали*

*И еще послушней стали.*

*Дышится легко, ровно, глубоко…*

**Занятие VI «Я стараюсь принять Вас»**

**Цель:** формирование психологических условий для принятия членами семьи приемного ребенка

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Семейка слепых»**

**Цель:** установление эмоционального контакта и границ личности

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5-10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** члены семьи образует тесный круг. Все сидят с закрытыми глазами. По очереди каждый член семьи са­дится в центр. Тот, кто сидит в центре, по кругу прикасается к каждому члену семьи: к рукам, волосам, лицу. Затем остальные члены семьи по очереди прикасаются к сидящему в центре. Он говорит: «тепло», если ему приятно, «холодно», если нет. Как только ребенок говорит «холодно», при­косновения прекращаются.

**Упражнение 2 «Линия времени»**

**Цель:** выстраивание образа совместного будущего.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** ватман, набор фломастеров, карандаши, линейка.

**Описание:** Ведущий договаривается, что «линия времени» пройдет слева направо. На листе должно получиться две линии прошлого (семьи и ребенка), которые сходятся в точке «настоящее и, превращаясь в одну линию, устремляются к точке «будущее».Затем на листе бумаги делаются разметки: «прошлое» – «настоящее» – «будущее». Сначала ребенку предлагается провести линию прошлого. Она должна начинаться с того момента, который соответствует наиболее ранним воспоминаниям ребенка. Точка отсчета обозначается на бумаге каким-либо символом или словом. Затем ребенок отмечает на линии прошлого вехи своей жизни. Когда основные вехи обозначены, ребенка просят детализировать свои представления о прошлом, настоящем и будущем, дополняя рисунок новыми зарисовками, символами и надписями.

Члены семьи рисуют общую линию (вехи судьбы семьи). Так же, как и ребенок, они детализируют свои представления, рассказывая о прошлом, говоря о том, что они переживают в настоящем (готовятся принять ребенка), и о будущей совместной жизни. Процесс движения по «линии времени» может быть представлен путем перемещения членов малой группы вдоль этой линии. Для этого «линию времени» чертят на полу. Сначала вдоль линии прошлого проходит и останавливается в настоящем ребенок, затем – члены семьи. В точке настоящего они встречаются, затем вместе продолжают путь вдоль линии будущего. В процессе движения каждый вспоминает разные этапы жизни, говорит о проблемах настоящего этапа и будущего.

**Анализ:** упражнение можно дополнить рассматриванием фотографий семьи, ребенка.

**Упражнение 3 «Семейные ценности»**

**Цель:** сформировать представления ребенка о нормах и правилах функционирования приемной семьи

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5-10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** ватман, маркеры

**Описание:** Пытаясь войти в семью, ребенок сталкивается, прежде всего, с барьером из семейных правил и норм, которая нередко и сама семья крайне слабо осознает. Поэтому одним из направлений подготовки семьи и ребенка к совместной жизни должно стать достижение определенной согласованности в понимании членами семьи и приемным ребенком этих правил и норм. Семейные нормы и правила – это те основания, на которых строится жизнь семьи. Отсутствие норм и правил – это хаос, который представляет серьезную опасность для психического здоровья членов семьи. В хаотичных семьях вырастают подростки с серьезными нарушениями поведения. Нередко дефицит правил, их непонимание становятся главным источником обид и конфликтов.

Каждый член семьи составляет перечень правил, норм, ритуалов, принятых в их семье. Участники записывают в два столбца правила, которые, с их точки зрения, способствуют или препятствуют эффективному приему.

**Анализ:** совместное обсуждение каждого пункта

**Занятие VII «Я путешествую в сказку»** *(дополнительно)*

**Цель:**  формирование детско-родительских отношений, развитие эмоциональной сферы

**Общее время:** 35 мин.

**Упражнение 1 «По страницам сказки»**

**Цель:** выражение жизненного опыта ребенка через сказочного персонажа

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** книга – **«**Слон Хортон высиживает яйцо», Доктор Сьюз

**Текст сказки:** ГУО «Гомельский городской социально-педагогический центр»

**Упражнение 2 «То, что я услышал»**

**Цель:** отреагирование негативных переживаний посредствам сказки

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши

**Описание:** специалист предлагает ребенку изобразить на бумаге того, героя, который ему больше всего понравился. Если ребенку трудно определиться, то специалист просит, чтобы он изобразил, например, Мэйзи.

**Упражнение 3 «Диалог»**

**Цель:** вербализация негативных чувств

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** ребенку необходимо сформулировать то, что бы он хотел сказать героям сказки или тому герою, которого ребенок изобразил

**Занятие VIII «Это мой песочный мир»** *(дополнительно)*

**Цель:** снизить эмоциональное напряжение ребенка, по поводу перемещения в замещающую семью

**Общее время:** 50 мин.

**Упражнение 1 «Знакомство с песочной феей»**

**Цель:** расширить эмоциональный опыт ребенка, развить навыки взаимодействия друг с другом

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница

**Описание:** педагог-психолог от имени феи просит «нежно, а потом сильно поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка. Участники занятия дотрагиваются до песка поочередно пальцами одной руки, потом второй руги, затем всеми пальцами одновременно. Приемные родители и ребенок легко/с напряжением сжимают кулачки с песком, затем медленно высыпают его в песочницу. Дотрагиваются до песка всей ладошкой – внутренней, затем тыльной ее стороной.

**Анализ:** необходимо описать и сравнить свои ощущения: тепло – холодно, приятно – неприятно, колючее, шершавое и т.д.

**Упражнение 2 «Модель дома»**

**Цель:** создание благоприятного климата в семейной системе

**Рекомендуемое время на выполнение:** 30 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, набор фигурок, цветное тесто

**Описание:** в малой группе члены семьи строят пространство своей квартиры. Квадраты и прямоугольники разного размера обозначают комнаты, окна, двери. Затем расставляется мебель и другие предметы интерьера. В песочнице рисуется путь из учреждения до дома, где живет семья. При помощи игрушечных транспортных средств и кукол из теста проходится этот путь от интернатного учреждения до приемной семьи. Обращается внимание на особенности местности, здания и т.д., которые встретятся по пути. Затем фигурки «приезжают» домой, и расставляются в соответствии с пространством каждого. Члены малой группы играют в семью.

**Анализ:** Затем обсуждаются чувства, вызванные игрой. Анализу подлежит точность выполнения инструкции, невербальные реакции, сюжет песочной картины, пространство песочницы, расположение фигур, символы, ландшафт.

**Упражнение 3 «Комплимент»**

**Цель:** эмоционально сблизить участников

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** резиновый мяч

**Описание:** за время нашей совместной работы мы уже достаточно хорошо узнали друг друга. Подумайте, какие качества друг друга вам нравятся? Сейчас вы бросаете мячик и говорите: «Мне нравится в тебе как в приемном родителе … (называете качество или поведение, импонирующее тебе)», «Мне нравится в тебе как в ребенке …». Мяч может побывать у каждого несколько раз.

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО ☺

**Часть 3:**

**Программа психолого-педагогического сопровождения ребенка**

**подросткового возраста при перемещении в замещающую семью**

**Занятие I «Моя безопасность»**

**Цель:** формирование чувства безопасности

**Общее время**: 50 мин.

**Упражнение 1 «Прогноз погоды»**

**Цель***:* снятие напряжения, настрой на совместную работу

**Рекомендуемое время на выполнение***:* 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага, карандаши, фломастеры, набор картинок «Погода»

**Описание:** необходимо взять лист бумаги и карандаши и нарисовать рисунок, который будет соответствовать твоему настроению. Ты можешь показать, что у тебя сейчас «плохая погода» или «штормовое предупреждение», а может быть, для тебя уже вовсю светит солнце.

**Анализ:** Как погода моет отражать наше настроения? Влияет ли погода на твое настроение?

**Упражнение 2 «Создание безопасного места»**

**Цель:** создание атмосферы психологической безопасности

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага, карандаши, фломастеры

**Описание:** вспомни разные места, реальные и воображаемые, находясь в которых ты мог бы чувствовать себя хорошо, не бояться. Если ты не можешь вспомнить ни одного из таких мест, не волнуйся. Постарайся представить его в своем воображении сейчас.

Представь себе одно из таких мест как можно более ярко. Оно может быть как реальным, так и воображаемым, а также сочетать в себе признаки того и другого. Ты можешь наполнить это место любыми деталями, которые захочешь, чтобы сделать его как можно более привлекательным для себя.

Нарисуй безопасное место, которое ты представил. Можно это делать по-разному, например, изображать вид этого места сверху, сбоку, в виде схемы или, прорисовывая все детали и мелочи рисунка и т.д.

Можешь обратить дополнительное внимание на те детали, которые позволяют тебе чувствовать себя в безопасности и контролировать ситуацию, например: закрыта ли входная дверь, какой вид открывается за окном и т.д.

**Анализ:** можно составить список визуальных признаков безопасного места, которое изобразил ребенок. Описать, почему каждое из них для ребенка имеет значение.

В дальнейшем ты можешь с закрытыми глазами представлять в деталях изображенное место. Ты можешь также повесить свой рисунок на стенку или даже поместить в рамку и поставить на стол для того, чтобы иметь возможность смотреть на него, когда захочешь.

**Упражнение 4 «Ласковое слово»**

**Цель:** способствовать самоанализу подростков, развивать самораскрытие, самопознание, прояснение «Я-концепции», умение анализировать и определять психологические характеристики – свои и окружающих людей.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага, ручка

**Описание:** «Вспомните и запишите, какими ласковыми словами вы называете своих родных, близких, знакомых»

**Анализ:**

* Задумайтесь, в каких случаях вы это делаете чаще?
* Когда вам что-то требуется и вы обращаетесь с просьбой к этому человеку?
* Или когда у вас хорошее настроение?
* Часто ли вы делаете это?
* Если нет, то почему?
* Что мешает вам проявлять теплые чувства по отношению к людям?
* Что вы испытываете, когда называете людей ласковыми именами?
* А люди, к которым вы так обращаетесь, как они реагируют на ваше ласковое обращение?

**Занятие II «То, что мы чувствуем»**

**Цель**: сформировать навыки распознавания эмоционального состояния

**Общее время:** 50 мин.

**Упражнение 1 «Бельевая веревка»**

**Цель:** настрой на совместную работу, снятие напряжения

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** лист бумаги, бельевая веревка, прищепки, кисточки, краски

**Описание:** необходимо попытаться нарисовать рисунок-приветствие на листе краской. Нужно запомнить свои ощущения, сравнить с теми, когда рисуешь на твердой поверхности.

**Анализ:** Легко ли было рисовать? Что понравилось больше всего? Какие чувства вызвало упражнение?

**Упражнение 2 «Фантом»**

**Цель:** осознание связи эмоций с телесным пережи­ванием, расширение осознанности в отношении соб­ственных переживаний и выражения эмоций

**Рекомендуемое время на выполнение:** 30 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** листок со схематичным изображением человеческого тела – «фантом», карандаши

**Описание:** представь, что ты сейчас очень сильно злишься на кого-нибудь или на что-нибудь. Постарайся всем телом почувствовать свою злость. Может быть, тебе будет легче представить, если вспомнишь какой-нибудь недавний случай, когда ты сильно разозлился на кого-нибудь. Почувствуй, где в теле находится твоя злость. Как ты ее ощущаешь. Может быть, она похожа на огонь в животе? Или у тебя чешутся кулаки? Заштрихуй эти участки красным карандашом на сво­ем рисунке. Теперь представь, что ты вдруг испуга­лся чего-то. Что тебя может напутать? Представил? Где находится твой страх? На что он похож? Заштри­хуй черным карандашом это место на своем рисун­ке». Аналогично предложите ребенку обозначить синим карандашом, где они переживают грусть и желтым - радость.

**Анализ:** Где в теле ты чувствуешь свою злость (страх, грусть, радость)? Какое чувство тебе было легче всего пред­ставить и ощутить в теле? А какое - труднее?

**Упражнение 3 «Ищу друга»**

**Цель:** способствовать самоанализу, развивать самораскрытие, самопознание

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага, цветные ручки, карандаши, фломастеры

**Описание:** «Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей. Многие газеты сейчас печатают объявления для тех, кто желает найти друзей или просто единомышленников по увлечениям. Мы попытаемся с тобой тоже составить такое объявление и озаглавим его «Ищу друга». Ты можешь рассказать немного о себе, указать свои увлечения, любимые занятия, о том, что могло бы заинтересовать другого человека в тебе. Объявление не должно быть большим, но старайся писать искренне. Можно не подписывать или придумать себе псевдоним».

Ребенок может поместить свои объявления на стенде в кабинете педагога-психолога.

**Анализ:** Трудно ли быть откровенным? Просто ли было писать о себе?

**Занятие III «Я пониманию свое прошлое»**

**Цель:** осознание жизненного пути, интеграция образа прошлого, осознание настоящего

**Общее время:** 50 мин.

**Упражнение 1 «Карта перемещений»**

**Цель:** осознание и принятие своего жизненного опыта

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения**: индивидуальная

**Материалы**: бумага, ватман, фломастеры, краски, карандаши

**Описание**: представь себя маленьким, вспомни дом, в котором ты жил, окружающих людей: детей и взрослых. Подумай некоторое время над тем как можно изобразить карту твоей прошлой жизни на бумаге

**Анализ:** Какие твои самые ранние воспоминания? Сколько тебе было лет?Какие твои самые приятные ранние воспоминания? Кого из своих родственников, близких ты помнишь?

**Упражнение 2 « Твоя жизнь»**

**Цель:**интеграция образа прошлого, формирование позитивного представления о будущей жизни, самоподдержка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 25 мин.

**Материалы:** бумага, карандаши, краски, фломастеры

**Форма проведения:** индивидуальная

**Описание:** Нарисуй что-то, что символизировало бы тебя малень­кого и тебя взрослого (в 30-40 лет).

**Анализ:**Что тебе сегодняшнему может дать «ты маленький» и «ты взрослый». Что помогло бы тебе сейчас?

**Рефлексия**

**Упражнение 3 «Незаконченные предложения»**

**Цель:** осознание собственных потребностей, чувств, обучение умению выражать их

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** ручки, лист бумаги

**Описание**: закончи предложение:

* *Больше всего я люблю...*
* *Я хотел бы...*
* *Я хотел бы быть...*
* *Я чувствую себя счастливым, когда...*
* *Мое будущее кажется мне...*
* *Я надеюсь, что когда-нибудь...*
* *Я хотел бы быть более...*
* *Мне очень грустно, когда...*
* *Я хочу познакомиться с...*
* *Я хотел бы больше узнать о...*
* *Мне не нравится, когда…*

**Анализ:** Что вы чувствовали? Трудно ли говорить о себе?

**Занятие IV «Я пишу своей семье»**

**Цель:** поддержка связи с биологической семьей, работа с чувством вины

**Общее время:** 50 мин.

**Упражнение 1 «Учимся расслабляться»**

**Цель:** обучение навыкам саморегуляции, создание комфортной атмосферы, выражение чувств

**Рекомендуемое время на выполнение**: 15 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** расслабляющая музыка, удобное кресло

**Описание:** вспомни, вообрази себе ситуацию, которая обычно вызывает у тебя волнение, напряжение. Произнеси про себя несколько утверждений о том, что ты чувствуешь себя уверенно, спокойно. Но эти утверждения должны быть положительными. Например, не «я не волнуюсь», а «я спокоен» и т.д. Начнем.

**Анализ**:Какие словосочетания ты использовал? Что почувствовал? Какие ситуации вспомнились?

**Упражнение 2 « Письма»**

**Цель:** способствовать пониманию своего «Я», его позитивному принятию. переживание и обновление собственных чувств с помощью их описания

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** индивидуальная

**Материалы:** бумага и ручка

**Описание:**

1. Письмо другому человеку. Выбери того, кому бы ты адресовал свое письмо. Напиши все, что ты чувствуешь по отношению к данному человеку. Если хочешь можешь отослать письмо адресату

2. Письмо самому себе. Напиши письмо самому себе в настоящем времени или адресуй его себе прошлому.

**Анализ:** Что ты чувствуешь после написание письма другому человеку?

Что чувствуешь после написания письма себе? Какое письмо тяжелее всего было писать?

**Упражнение 3 «Рисунок моей родной семьи»**

**Цель:** способствовать формированию целостного представления о родной семье, отреагирование чувств к ней, способствовать формированию позитивного самопредстваления

**Рекомендуемое время на выполнение:** 15 мин.

**Форма проведения**: индивидуальная

**Материалы:** бумага, краски, карандаши

**Описание:** нарисуй свою родную семью

**Анализ:** Расскажи об особенностях каждого члена своей семьи. Что хорошего по твоему мнению в твоей семье? Есть ли что-нибудь, что тебя раздражало в ней? С кем тебе было весело проводить время? Что твоя мама делает хорошо? Что твой папа делает хорошо? Если у тебя была бы возможность изменить одну вещь в твоей родной семье, что бы это было?

**Занятие V «Приятно познакомиться»**

**Цель:** установление контакта с приемной семьей

**Общее время:** 50 мин.

**Упражнение 1 «Знакомство»**

**Цель:** знакомство, настрой на совместную работу

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения**: групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы**: бумага, карандаши, фломастеры

**Описание:** выберите животное, которое может тебя символизировать. Нарисуй. Расскажи другим об этом животном.

**Анализ:** Почему ты выбрал именно это животное для знакомства?

**Упражнение 2 «Рисунок с поводырем»**

**Цель:** установление контакта между членами семьи и будущим приемным ребенком развитие доверия.

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** заранее подготовленные рисунки, маркер, повязка на глаза

**Описание:** приемному родителю завязываются глаза, «Поводырь» - ребенок подводит его к рисунку на стене и, используя только вербальные инструкции, помогает ему дорисовать элементы рисунка.

**Анализ:** Какие чувства у вас возникли в ходе выполнения упражнения?

**Упражнение 3 «Фотоколлаж»**

**Цель:** формирование положительного образа замещающей семьи в сознании ребенка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** фотографии ребенка, фотографии семьи замещающего родителя, журналы, ватман, клей-карандаш.

**Описание:** вырежете картинки, фотографии, надписи, которые, по-вашему мнению, могут отобразить вашу будущую семейную жизнь. Можно вырезать и клеить то, чего вы хотите добиться, к чему стремитесь, что желаете иметь. Наполнив лист различными событиями, путешествиями, детьми, домом с мебелью и др., в центре разместите совместную фотографию. Коллаж можно разместить на стене в доме приемной семьи.

**Анализ:** Понравилось ли вам вместе работать? Что больше всего понравилось в процессе создания фотоколлажа?

**Упражнение 4 «Летний дождь»**

**Цель**: релаксация, психоэмоциональная разгрузка

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения**: групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** расслабляющая музыка, удобное кресло

**Описание:** «Представь, что ты стоишь на опушке леса. Перед тобой раскрывается великолепный вид на летний лес, залитые солнцем луга.

Воздух раскален от солнца и наэлектризован. Нет ни малейшего ветерка. Душно. Все замерло в ожидании дождя. Ты чувствуешь, как подул слабый ветерок. Вот он становится все сильнее и сильнее. Солнце закрыла череда грозовых туч. Почувствуй порывы пронизывающего ветра. Ощути, как ветер уносит все ненужное: беспокойство, разочарование, тревогу. Сроднись с ветром. Почувствуй его силу и энергию. Теперь это твоя сила, твоя энергия. Вот хлынул теплый летний ливень. Его прозрачные струи омывают тебя, принося с собой чистоту и ясность, наполняет тебя новой жизнью, новыми идеями. Ты видишь, как дождь стихает, небо отчищается. Ты видишь, как вновь светит солнце, и чувствуешь себя обновленным, бодрым и уверенным»

**Занятие VI «Моя будущая семья»**

**Цель:** формирование психологических условий для принятия членами семьи приемного ребенка

**Общее время:** 40 мин.

**Упражнение 1 «Семейка слепых»**

**Цель:** установление эмоционального контакта и границ личности

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5-10 мин.

**Форма проведения**: групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** удобные стулья

**Описание**: члены семьи образует тесный круг. Все сидят с закрытыми глазами. По очереди каждый член семьи садится в центр. Тот, кто сидит в центре, по кругу прикасается к каждому члену семьи: к рукам, волосам, лицу. Затем остальные члены семьи по очереди прикасаются к сидящему в центре. Он говорит: «тепло», если ему приятно, «холодно», если нет. Как только ребенок говорит «холодно», прикосновения прекращаются.

**Анализ:** Что понравилось в этом упражнении? Что не понравилось?

**Упражнение 2 «Поиграем в семью»**

**Цель:** выстраивание образа совместного будущего

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** ватман А1, графические материалы

**Описание**: задача участников, представить, какая будет их будущая семья, распределить семейные роли. Каждый рассказывает, чем он занимается, где работает, чем увлекается, какую носит одежду, что любит есть на завтрак и т.д. Члены семьи решают, как проходят их будни и выходные дни, где и как они проводят свой отпуск, как распределяют семейные обязанности, какие у них отношения в семье, решают они семейные вопросы коллегиально или есть глава семьи. Придумывают отличительные черты своей семьи, которые отражаются в фамилии. Семья создает свой герб, выбирает девиз семьи, фамильную реликвию или историю, которой она гордится и какую-то семейную тайну, о которой они не хотели бы рассказывать окружающим. После выполнения участники представляет свою семью.

**Анализ:** Какие чувства вызвало у вас это упражнение? Что было сложно, что легко? Довольны ли вы результатом?

**Упражнение 3 «20 желаний»**

**Цель:** осознания и вербализация желаний, самораскрытие

**Рекомендуемое время на выполнение:** 5-10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** бумага, шариковые ручки

**Описание:** участнику предлагается 20 раз закончить предложе­ние «Я хочу...». Записываются все желания, все, что приходит в голову, не заботясь об их реальности или приемлемости.

**Анализ:** Ваши впечатления об упражнении?

**Занятие VII «Сказочный мир» (дополнительно)**

**Цель:** содействие успешной адаптации ребенка в приемной семье

**Общее время**: 40 мин.

**Упражнение 1 «По страницам сказки»**

**Цель**: выражение жизненного опыта ребенка через сказочного персонажа

**Рекомендуемое время на выполнение:** 20 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** книга – «Слон Хортон высиживает яйцо», Доктор Сьюз (ГУО «Гомельский городской социально-педагогический центр»)

**Анализ:**О чем рассказано в сказке? Какую главную мысль можно выделить?

**Упражнение 2 «То, что я услышал»**

**Цель:** отреагирование негативных переживаний посредствам сказки

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** отсутствуют

**Описание:** выразить отношение к главным героям, сформулировать то, что бы подросток хотел сказать героям сказки.

**Упражнение 3 «Китайская рулетка»**

**Цель:** снятиепсихоэмоционального напряжения, вербализация

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** листы с текстом, ручки

**Описание:** участникам предлагается закончить предложения:

*Если бы я был деревом, то хотел бы быть…. То не хотел бы быть…*

*Если бы я был одеждой, то хотел бы быть, то не хотел бы быть…*

*Если бы я был животным, то хотел бы быть…, то не хотел бы быть…*

*Если бы я был писателем, то хотел ббы быть, то не хотел бы быть…*

*Если бы я был киногероем, то хотел бы быть… то не хотел бы быть…*

**Анализ:** интерпретация такова: то, кем или чем ты хотел бы быть, - это ты в будущем, а то, кем или чем не хотел, - такой ты в настоящем.

**Занятие VIII «Песочная страна» (дополнительно)**

**Цель:** осознание стиля взаимодействия с приемным ребенком, развитие сотрудничества

**Общее время**: 50 мин.

**Упражнение 1 «Отпечатки рук»**

**Цель**: снятие напряжения, настрой на совместную работу

**Рекомендуемое время на выполнение**: 10 мин.

**Форма проведения**: групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, релаксационная музыка.

**Описание:** участникам нужно оставить отпечатки своей руки: внешней и внутренней стороны кисти и рассказать о своих ощущениях: «Я чувствую тепло или прохладу песка. Мне приятно/неприятно. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки, которые скользят и просыпаются между моими пальцами» и др. (возможны различные метафоры). Во время этого упражнения должна звучать тихая медленная музыка, настраивающая участников на вслушивание в свои ощущения.

**Упражнение 2 «Мы создаем мир»**

**Цель:** понимание значения детско-родительских отношений, выявление трудностей во взаимодействии взрослых и детей

**Рекомендуемое время на выполнение:** 30 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, миниатюрные игрушки (домик, камень, сосна, луна, олень, дуб, игрушки-сюрпризы).

**Описание:** семье представляется возможность «построить» свой мир в миниатюре. На все уточняющие вопросы специалист отвечает: «Это ваш Мир, поэтому можете строить все, что захотите».

**Анализ:** специалист обращает внимание на способ взаимодействия членов семьи и ребенка. Анализу подлежит точность выполнения инструкции, невербальные реакции, сюжет песочной картины, пространство песочницы, расположение фигур, символы, ландшафт.

**Упражнение 3 «Песочная трубочка»**

**Цель:** релаксация

**Рекомендуемое время на выполнение:** 10 мин.

**Форма проведения:** групповая (ребенок, члены замещающей семьи)

**Материалы:** песочница, расслабляющая музыка, трубочка для коктейля

**Описание:** участникам предлагается нарисовать на песке совместный рисунок дыханием через трубочку для кок­тейля

**Анализ:** Какие ощущения вызвало у вас упражнение? Понравилось ли? Сложно ли было рисовать вместе?

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО

**Рекомендуем замещающим семьям (ГГСПЦ)**

*!!!* Воспитание ребенка –

это не милая забава, а задание,

требующее капиталовложений –

тяжких переживаний,

усилий, бессонных ночей и

много, много мыслей…

*Януш Корчак*

* Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Астрель, 2011. – 304 с.
* Ле Шан. Когда ваш ребенок сводит вас с ума / Эда Ле Шан. – СПб.; Прайм-ЕВРОЗНАК, 2012. – 448 с.
* Уорнер П. На горшок без слез / П. Уорнер, П. Келли; пер. с англ. В.В. Гу-ринович. – Мн.: Попурри, 2008. – 128 с.
* Гласс К. Будь моей мамой. / К. Гласс; [пер. с англ. Е. Шульги]. – М.: РИПОЛ классик, 2011. – 384 с.
* Питерс Дж. Никто не услышит мой плач / Дж. Питерс; [пер. с англ. М. М. Яблокова]. – М.: РИПОЛ классик, 2012. – 320 с.
* Ибука М. После трех уже поздно / Масару Ибука; [пер. с англ. Н. Перовой]. – 3-е изд., испр., с предисловием М. Ибуки. – М.: Альпино нон-фикшн, 2012. – 224 с.
* Граматчикова Л.О. Астрология для мам / Л.О. Граматчикова. – СПб.; Питер, 2005. – 256 с.
* Воронова А.А. Арт-терапия для детей и их родителей / А.А. Воронова. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 253 с.
* Кольцова М.М. Медлительные дети / М.М. Кольцова. – СПб.: Речь, 2003. – 94 с.
* Млодик И. Как строить мосты, а не стены: книга для детей неидеальных родителей / И. Млодик. – М.: Суфлер; Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 79 с.
* Соломатина Г.Н. Приемные дети: Как справляться с проблемами адаптации и воспитания в замещающей семье / Г.Н. Соломатина. – М.: Владос, 2013. – 119 с.
* Казимирская Е.С. Сказкотерапия для малышей / Е.С. Казимирская. – 2-е изд. – Мозырь: Белый Ветер, 2010. – 65 с.
* Казанская В. Подросток: социальная адаптация: Книга для психологов, педагогов и родителей. – СПб.: Питер, 2011. – 288 с.
* Ганаго Б. А. Детям о душе / Б. А. Ганаго. – М.: Вера, Надежда, Любовь, 2010. – 64 с.
* Ткачева Т. Е. Психотерапевтические сказки для взрослых и детей / Т. Е. Ткачева. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 93 с.
* Николаева Е., Как и почему лгут дети? Психология детской лжи / Е. Николаева. – СПб: Питер, 2011. – 176 с.
* Петрановская Л. В. Дитя двух семей: книга для приемных родителей / Л. В. Петрановская – М.: Класс, 2013. – 112 с.

**Рекомендации**

**приемным родителям в период адаптации приемного ребенка**

1. У ребенка был жесткий режим, старайтесь его не сразу и не сильно менять. Выясните, какой режим был для ЭТОГО ребенка в ЭТОМ учреждении. Какие реакции проявлял он при изменении режима, а также, какие тенденции в нарушении режима были характерны для этого ребенка.

2. Выясните предпочтения в еде, чем он питался, не настаивайте, если ребенок будет отказываться от каких-то ценнейших на ваш взгляд продуктов, например рыбы, фруктов, зелени. Не беспокойтесь, со временем он все это начнет есть сам.

3. Не стоит вываливать на него горы новых игрушек, не обязательно они вызовут у него бурю восторга, ребенка непривычные игрушки могут и напугать. Попросите у воспитателей взять с собой игрушку, к которой он больше всего привык. Постарайтесь воссоздать в доме какие-то элементы, знакомые ему по учреждению и создающие у него ощущение знакомого и приятного.

4. Не перегружайте ребенка эмоциональными впечатлениями. Первое время ограничьте встречи с другими взрослыми и детьми. Гости и родственники вполне могут подождать неделю-две, пока ребенок немного адаптируется и почувствует себя в доме увереннее.

5. Устраните новые для ребенка резкие и громкие звуки, сильные запахи. Вынесите из его комнаты сильно пахнущие растения, косметические средства.

6. Если у вас есть домашние животные, будьте особенно аккуратны и постарайтесь, чтобы знакомство произошло плавно и в доброжелательном ключе, при хорошем настроении всех участников процесса.

7. Если что-то ребенку особенно нравится в еде или удовольствиях, не старайтесь выдать это все сразу и в максимальных количествах.

8. Не спешите к увеличению познавательных нагрузок. Старайтесь не перегружать ребенка на самом первом этапе, необходимо, чтобы ребенок почувствовал себя в доме защищенным.

9. Не надейтесь, что ребенок сразу выскажет положительную эмоциональную привязанность, скорее он будет ярче проявлять беспокойство в ваше отсутствие.

10. Первое время старайтесь быть с ребенком как можно чаще вместе, разговаривайте с ним, обращаясь «глаза в глаза». Говорите с ним о том, что ему интересно, внимательно слушайте все, что он рассказывает, но старайтесь резко не реагировать на страшные рассказы, нецензурные слова. Не останавливайте его, если он рассказывает ужасы своей прежней жизни, играет в игры, где представляет себя жертвой. Накопившийся негатив требует выхода и не может быть забыт за один день. Проявите терпение. Лечит время, внимание и любовь.

*Чтобы было проще представить, что происходит с ребенком во время первых дней освоения нового дома, попробуйте вообразить себе, что вы неожиданно оказались на чужой планете, где море новых непонятных ощущений, а каждый незнакомый шорох содержит угрозу и единственный кто может помочь ему почувствовать себя в безопасности, это вы.*

**Список литературы**

1. Алиева М. А., Гришанович Т. В., Лобанова Л. В., Травникова Н. Г., Трошихина Е. Г. Я сам строю свою жизнь. / Под ред. Е. Г. Трошихиной. СПб.: Речь, 2007. – 87 с.
2. Базарова Г. Т. Подготовка ребенка к устройству в принимающую семью: Методическое пособие / Г. Т. Базарова. – М.: Изд-во «Проспект», 2009. – 232 с.
3. Васина Е. Арт-альбом для семейного консультирования (взрослый, детский) / Е. Васина, А. Барыбина – СПб.: Генезис, 2013 – 28 с.
4. Воронова А. А. Арт-терапия для детей и их родителей / А.А. Воронова. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 253 с.
5. Доктор Сьюз. Слон Хортон высиживает яйцо / Доктор Сьюз; пер. с англ. Д. Манин, Ю. Фридман. – М.: АСТ; СПб.: Кырля-Мырля, 2008. – 56 с.
6. Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста: Конспекты занятий. Картотека игр / О. Ю. Епанчинцева – СПб.: Детство-пресс, 2011. – 80 с.
7. Жогло И. Л. Адаптация детей младшего школьного возраста в приемной семье как педагогическая проблема / И. Л. Жогло // Праблемы выхавання. – 2004. – № 3. – С. 86–93.
8. Захожая А. Потенциал фототерапии в работе с замещающей семьей / А. Захожая // Домой! – 2014. – № 8. – С. 12.
9. Истратова О. Н. Практикум по детской коррекции / О. Н. Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 349 с.
10. Копытин А. Руководство по фототерапии / А. Копытин, Дж. Платтс. – М.: «Когито-Центр», 2009. – 184 с.
11. Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А.И. Копытин. – М.: Когито-Центр, 2014. – 203 с.
12. Кубан С. Кратковременные психотерапевтические вмешательства для травмированных детей и подростков: Программа детского дома города Детройта / С. Кубан, У. Стил. – Минск: ОБО «Белорусский детский хоспис», 2009. – 160 с.
13. Пергаменщик Л. А. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учеб-метод. пособие / Л. А. Пергаменщик, Н. Л. Пузыревич. – Мн.: Изд-во Гревцова, 2012. – 340 с.
14. Петрановская Л. В. Дитя двух семей: книга для приемных родителей / Л. В. Петрановская – М.: Класс, 2013. – 112 с.
15. Пути и средства социально-педагогической поддержки детей-сирот / сост. Н.В. Пономаренко. – Мн.: Красико-Принт, 2014. – 96 с.
16. Прикуль Л.В. Психологический практикум и тренинг: профилактика насилия в семье и школе / авт. сост. Л.В. Прикуль. – Волгоград: Учитель, 2009. – 217 с. – 43 с.
17. Ратникова Е. В. Игры на песке. Работа с семьей и детьми / Е. В. Ратникова, А. В. Гаврик. – СПб.: Речь, 2013. – 137 с.
18. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2008. – 176 с.
19. Сакович Н. А. Суицидальное поведение подростка: профилактика и коррекция / Н.А Сакович. – Мн.: Пачатковая школа, 2013. – 136 с.
20. Сакович Н. А. Практика сказкотерапии. / Н.А Сакович. – Речь, С-П, 2005. – 140 с.
21. Титкова О. Поиграй с ребенком в пальчики / О. Титкова // Домой! – 2014. – № 1. – С. 15.
22. Ткачева Т. Е. Психотерапевтические сказки для взрослых и детей / Т. Е. Ткачева. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 93 с.
23. «Чувствуй! Говори! Доверяй!: Арт-альбом» / авт.-сост. А. В. Ковалевская. – Минск: ОО «Здоровый выбор», 2011. – 138 с.