

Департамент социальной защиты населения Вологодской области
Бюджетное учреждение социального обслуживания для детей-сирот и детей, оставшихся без
попечения родителей, Вологодской области «Великоустюгский центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей»

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

БУ СО ВО «Великоустюгский центр помощи
детям, оставшимся без попечения родителей»

О.С. Тенигина

2023 г.



Рабочая программа

по психологической реабилитации детей, пострадавших от жестокого
обращения и преступных посягательств «**Понимание**»

Возраст детей – 03 до 12 лет

Категория детей:

несовершеннолетние,
пострадавшие от жестокого
обращения и преступных
посягательств, их родители

Срок реализации – 2 месяца

Разработчик:

Шильниковская Наталья

Владимировна,

социальный педагог

БУ СО ВО «Великоустюгский
центр помощи детям,
оставшимся без попечения
родителей»

2023 год

Великий Устюг

Пояснительная записка

В жизни каждого человека семья занимает особое место. Ребенок растет в семье, и с первых лет своей жизни он усваивает нормы общежития, морально-этические нормы, нормы человеческих отношений, впитывая из семьи и добро, и зло, всё, чем характерна его семья. Педагоги и психологи, изучающие современную семью, отмечают снижение ее воспитательного потенциала, изменение ее роли в процессе первичной социализации детей (И. В. Добряков, Г. Г. Лидерс, Г. Г. Кравцов, Р. В. Овчарова, И. А. Хоменко, Г. Г. Филиппова, Н. Н. Посысов, Л. Г. Жедунова и др.).

У ребенка, обделенного заботой и вниманием, нет второй возможности для нормального роста и здорового развития, поэтому проблеме охраны детства на всех уровнях нужно уделять первостепенное внимание. Нарушение прав ребенка проявляется чаще всего в жестоком и безответственном обращении с ним. Возникает вопрос, что понимается под жестоким отношением к ребенку.

По определению доктора медицинских наук, профессора Т.Я. Сафоновой, «под жестоким обращением» и пренебрежением основными нуждами ребенка понимаются любые действия или бездействия по отношению к ребенку со стороны родителей, лиц, их замещающих, или других взрослых, в результате чего нарушается здоровье и благополучие ребенка или создаются условия, мешающие его оптимальному физическому или психическому развитию, ущемляются его права и свобода.

Опыт практической работы в социальной сфере показывает, что в настоящее время существуют факты жестокого обращения с детьми, члены семьи всё меньше времени проводят друг с другом. Недостаточное и неполноценное общение ребенка с родителями, отсутствие совместных игр и занятий не только ограничивают возможности развития ребенка, но и ставят его здоровье на грань психоэмоционального напряжения. Исходя из этого, во многих семьях детско-родительские отношения становятся настоящей болевой точкой, родители часто жалуются на проблемы с детьми: их частые капризы, агрессивное поведение, нежелание посещать детский сад или школу и т.д. Тем самым родители злятся, не могут под контролем держать свои эмоции и часто срываются на детей. Именно с такими «запущенными» семьями работают специалисты Великоустюгского центра помощи семье и детям.

В ходе анализа вышеперечисленных проблем, возникла необходимость в составлении программы, направленной психологическую реабилитацию детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.

Цель программы: гармонизация эмоционально-волевой и личностной сферы детей.

Задачи:

1. Стабилизировать эмоциональное состояние детей;
2. Развивать коммуникативные навыки детей;
3. Формировать позитивную самооценку участников занятий;

4. Обучить навыкам конструктивного взаимодействия и социально приемлемому реагированию в конфликтных ситуациях.

С учетом возрастных особенностей, ведущего вида деятельности детей программа разделена на 3 блока.

1 блок – «Путешествие по Странам» (занятия для детей дошкольного возраста);

2 блок – «В стране невыученных уроков» (занятия для детей младшего школьного возраста);

3 блок – «Управление гневом» (цикл занятий для младших подростков).

Программа реализуется в игротерапевтическом кабинете, сенсорной комнате в течение 3 месяцев. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Помимо предлагаемых групповых занятий в течение реализации программы предусматривается индивидуальное консультирование детей для достижения наилучшего результата.

Ожидаемые результаты работы по программе:

1. Снижение агрессивности и тревожности у детей;
2. Появление уверенности в себе и своих силах;
3. Сформированность умения конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

В зависимости от поставленных задач, возрастных и индивидуальных особенностей детей применяются следующие формы и технологии проведения занятий.

Игротерапия – процесс взаимодействия ребенка и взрослого посредством игры, в котором на глубинном ценностном уровне происходит волшебное таинство собирания и укрепления собственного Я, успешное моделирование собственного настоящего и будущего. У ребенка появляется привилегия сравнить себя с самим собой. В результате такого опыта самоисследования, саморазвития и самовыражения он учится принимать и уважать не только себя, но еще и других. Игротерапия успешно применяется в работе с детьми с повышенной агрессивностью, тревожностью, страхами, низкой самооценкой, боязнью неудач, она показана детям, пережившим психологические травмы, ставшим жертвами или свидетелями разного рода насилия, чрезвычайных происшествий, смерти или тяжелых болезней близких и значимых взрослых.

Наиболее эффективными в работе с детьми являются игры с народными деревянными игрушками, природными материалами, водой и разнообразными сыпучими материалами (песок, крупы), игры с бумагой, красками и со сказочными персонажами. Следует отметить, что многие игрушки могут использоваться для развития различных сторон психики ребенка. Так, например, игровые мягкие модули, предназначенные для развития общих движений, могут использоваться и для эмоциональной разрядки ребенка. Игры с водой и сыпучими материалами не только способствуют развитию мелкой моторики рук, но и способствуют эмоциональному расслаблению, релаксации.

Пальчиковые куколки развивают мышцы кистей рук и активную речь, могут быть элементом драматизации, проигрывания переживаний.

Практические упражнения – проводятся с использованием оборудования комнаты психологической разгрузки. Основными формами проведения занятий в комнате психологической разгрузки являются:

- светотерапия – основана на воздействии на организм человека через орган зрения – глаза. Разнообразные светильники и лампы в затемненной сенсорной комнате переливаются, притягивают взор и наполняют её позитивной энергией, придают особое очарование любому интерьеру. Создают радостное настроение и успокаивают, гармонизирует.

- цветотерапия – это «лечение» цветом, используется для влияния на настроение и общее состояние человека.

- музыкотерапия – психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние. Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений усиливают внимание, тонизируют центральную нервную систему. При использовании музыкотерапии хорошо отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, кроме того, формируется выдержка и самоконтроль.

- звукотерапия – терапевтический эффект базируется на частотном колебании различных звуков, резонирующих с отдельными органами, системами или всем организмом человека в целом.

Ролевая игра – это предоставление участникам занятий возможности проигрывания жизненных ситуаций. Предлагается представить себя в ситуации, когда необходимо проявить те или иные необходимые умения. Обычно эта процедура начинается с несложных ситуаций, актуальных для большинства участников группы. Например, разговор с грубым педагогом, с отцом или с матерью, со сверстником. Постепенно группа переходит к проигрыванию более сложных ситуаций. Конечная цель ролевой игры - это выработка оптимального поведения, основанного на уверенности в себе и конструктивной установки к разрешению той или иной сложной ситуации.

Подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. По определению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям.

Моделирование – это формирование лучшего способа поведения каждого участника группы в конкретной разыгрываемой им ситуации с помощью имитации. Этот способ предполагает демонстрацию примеров конструктивного, неагрессивного поведения. Участники группы обучаются

новому поведению путем простого наблюдения, ничего не делая сами и без прямого внешнего подкрепления. После показа разных моделей поведения, приводящих к достижению намеченной цели, наиболее приемлемым и социально одобряемым способом, и их обсуждения — у участников нередко появляются улучшения собственного поведения.

Психогимнастика - это курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Мозговой штурм – метод коллективного мышления, «мозговая атака», вид групповой дискуссии, метод группового коллективного продуцирования новых идей.

Сущность мозгового штурма состоит в коллективной творческой работе по обсуждению и разрешению какой-то сложной проблемы. Участники все вместе думают над проблемой, дополняют друг друга, подхватывают и развивают одни идеи, опровергают другие в поисках истины. Этот метод позволяет выявить и развить творческие способности и творческое мышление участников, чему способствует их эмоциональный подъем.

Правильно организованный мозговой штурм включает три обязательных этапа. Этапы отличаются организацией и правилами их проведения:

1. Постановка проблемы. Предварительный этап. В начале этого этапа проблема должна быть четко сформулирована. Происходит отбор участников штурма, определение ведущего и распределение прочих ролей участников в зависимости от поставленной проблемы и выбранного способа проведения штурма.
2. Генерация идей. Основной этап, от которого во многом зависит успех всего мозгового штурма. Поэтому очень важно соблюдать правила для этого этапа:
 - Не делать ограничений для количества идей;
 - Полный запрет на критику и любую (в том числе положительную) оценку высказываемых идей, так как оценка отвлекает от основной задачи и сбивает творческий настрой;
 - Необычные и даже абсурдные идеи приветствуются;
 - Комбинирование и улучшение любых идей.
3. Группировка, отбор и оценка идей. Этот этап часто забывают, но именно он позволяет выделить наиболее ценные идеи и дать окончательный результат мозгового штурма. На этом этапе, в отличие от второго, оценка не ограничивается, а наоборот, приветствуется. Методы анализа и оценки идей могут быть очень разными. Успешность этого этапа напрямую зависит от того, насколько «одинаково» «участники понимают критерии отбора и оценки идей.

Сказкотерапия – это «лечение сказками», процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем. Сказкотерапия

- это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни.

Общими закономерностями работы со сказкой являются:

- осознанность - понимание причинно - следственных связей в развитии сюжета, роли каждого персонажа в развивающихся событиях;

- множественность – понимание того, что одно и то же событие, ситуация могут иметь несколько значений и смыслов;

- связь с реальностью - осознание того, что каждая сказочная ситуация разворачивает перед клиентом некий жизненный урок.

Арт-терапия – это специализированная форма работы, направленная на укрепление уверенности в себе и самооценки, снижение эмоционально-психического напряжения, развитие межличностных навыков и отношений.

Особенности арт-терапии:

1.Безоценочное восприятие всех работ: в арт-терапии нет «правильного» или «неправильного», и это нужно четко объяснить. Детям нужно чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов - это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств, и что их не будут оценивать.

2.Дети как эксперты: упражнения созданы таким образом, что отправной точкой является опыт каждого ребенка. В этом смысле дети являются «экспертами» в отношении своих работ.

3.Важен вклад каждого: каждый ребенок делает важный и уникальный вклад. Все работы нужно рассматривать с равным уважением, вне зависимости от профессионализма.

4. Сохранение тайны: поскольку упражнения, возможно, задействуют личный уровень, нужно охранять детские тайны.

5. Рассказ о своей работе: условия для рассказа и обсуждения работы ребенка не должны быть директивными. Нельзя интерпретировать работу ребенка (это может делать только сам автор, по желанию), и детей нельзя заставлять раскрывать больше, чем они того желают.

6. Процесс и продукт: хотя метод арт-терапии делает акцент на процессе создания образа, важным является и сам продукт творчества, который помогает ребенку почувствовать законченность процесса и уверенность в себе.

7. Способы работы: упражнения можно строить по-разному. Они могут быть с высокой или с невысокой степенью структурированности. Способ работы определяется уверенностью и отношением детей, но, прежде всего - поставленными целями.

Групповая дискуссия - рассмотрение, исследование, заключается в совместном обсуждении какого-либо вопроса, позволяющем прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения.

Групповую дискуссию относят к вербальным методам, так как основным средством взаимодействия здесь является вербальная коммуникация, а в центре анализа находится преимущественно вербальный материал.

Тематический план программы «Гармония»

№ занятия	Тема занятия	Цель	Названия упражнений	Дидактический материал	Техническое оснащение занятия
1 блок. «Путешествие по Странам» (дети дошкольного возраста)					
1	«Страна Знакомства»	Знакомство участников, формирование позитивного отношения друг к другу	«Снежный ком», «Визитная карточка», «Паровозик дружный», «Родители и дети глазами друг друга», совместное раскрашивание «Чайник», психогимнастика «Качели», «Лучики солнца», «Встретимся опять»	Листы бумаги А4, цветные карандаши, трафарет или заготовка чайника	Музыкальное сопровождение (записи песен «Крылатые качели», «Паровозик из Ромашково»)
2	«Волшебная Страна Настроения»	Актуализация опыта и знаний в области эмоциональной сферы	«Поздороваемся», «Цветы настроения», «Тренируем эмоции», беседа «Настроение», «Моё настроение», беседа с родителями «Как определить настроение ребенка», релаксация «На цветочной полянке»	Пиктограммы с эмоциями (на цветах)	Музыкальное сопровождение
3	«Страна прикосновений»	Установление близкого эмоционального и телесного контакта	«Машины», «Танец отдельных частей тела», «Прикосновение тела», «Узнай своего ребенка», «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся», арт-терапевтическое упражнение «Ладочки», «Яйцо», «Волшебный салют»	Листы бумаги А4, цветные карандаши, цветная бумага, платок (шарф)	Музыкальное сопровождение

4	«Сказочная страна»	Формирование психологического здоровья детей посредством сказки	«Оркестр», сказка о королеве Фантазия, использование элементов сказкотерапии по сказке «Колобок», «На полянке», «Молодцы»	Картинки с изображением музыкальных инструментов, настольный дидактический театр, изображения солнышка	Музыкальное сопровождение, маты
5	«Страна Дружбы»	Установление атмосферы доверия и взаимопонимания между участниками занятий	«Здравствуй друг», «Паровозик дружбы», «Я и друг» «Пирог», «Дорога к другу», «Волшебный цветок», «Полет бабочки», «Прощание»	Мягкая игрушка «Кот», краски, кисть, салфетки, трафареты, мольберт	Музыкальное сопровождение, маты, бассейн с шариками, фиброоптическое оборудование
6	Страна «Лучше всех»	Формирование позитивной самооценки у детей	«Ласковое имя», «Дотронься до...», сказка «Роза и Ромашка», «Праздник общительности», «В магазине зеркал», «Похвастайся собой», «Совместное творчество», «Подари камешек»	Фото детей, клей, заготовки «лучики солнца», камешки	Музыкальное сопровождение
7	«Волшебная страна доверия»	Закрепление позитивного отношения к окружающим	«Клубок», психогимнастика «Теремок», «Испытание», «Ты – молодец», «Узнай себя», сказка «Сон», «Заячья смена», «Цветочный луг», «Волшебный сон», «Моё настроение»	Шарф, клубок ниток, картинки зайчиков, мольберт, краски, кисти	Музыкальное сопровождение
8	«Страна Любви»	Эмоциональное раскрепощение через	«Друг к дружке», «Встаньте те, кто...», «Близнецы», «Зайки и слоники»,	Листы бумаги А4, цветные карандаши, ручки	Музыкальное сопровождение

		совместную игровую, творческую и двигательную деятельность	«Семейный портрет», «Подарок»		е
2 блок. «В стране невыученных уроков» (дети младшего школьного возраста)					
1	Урок «Знакомство»	Знакомство участников, формирование позитивного отношения друг к другу	«Круг знакомств», «Паутинка», «Поменяйтесь местами те, кто...», Обсуждение и принятие правил в группе, «Визитная карточка», «Игра без правил», «Ежик», «Подарок»	Клубок ниток, флип-чарт, листы бумаги А4, цветные карандаши, ручки, картинки с изображениями	Музыкальное сопровождение, маты
2	Урок Общения	Формирование и развитие умений и навыков конструктивного общения.	«Я рад общаться с тобой», «Загадки», упражнение-игра «Крокодил», «Я такой же, как ты...», арт-техника «Совместный рисунок», «Полёт бабочки», «Подарок»	Мяч, мольберт, кисти, краски, трафареты	Музыкальное сопровождение, маты
3	Урок выражения эмоций	Актуализация опыта и знаний в области эмоциональной сферы	«Игра-приветствие», «Возьми и передай», беседа «Про эмоции», «Тренируем эмоции», «Эмоциональная сдержанность», рисунок «Моё настроение», беседа «Как определить настроение ребенка?», «Мешочек с обидами», беседа «Способы избавления от гнева», релаксация «Облака», «Подарок»	Листы бумаги А4, цветные карандаши или краски, кисть	Музыкальное сопровождение, маты
4	Урок «Пойми меня»	Формирование чувства близости	«Моё настроение», «Угадай», беседа «Умение слушать и слышать», тест «Умеете ли вы слушать?», «Испорченный телефон», «Пойми	Листы бумаги А4, ручки	Музыкальное сопровождение, маты

			меня», «Слепой и поводырь», «Спасибо и извини», релаксация «Отдых у реки», «Подарок»		
5	Урок «Прикосновений»	Установление близкого эмоционального и телесного контакта	«Моё настроение», «Танец отдельных частей тела», «Какая рука у соседа», «Ласковый мелок», «Доверие», «Скульптор и глина», «Наслаждение взаимоотношениями», «Снежная баба», «Подарок»	Мольберт, кисти, краски, веревка	Музыкальное сопровождение, маты
6	Урок бесконфликтного общения	Профилактика возникновения конфликтов	«Я сегодня вот такой», «По интересам», «Разожми кулак», беседа «Конфликт и способы его разрешения», «Мысли, чувства, действия», «Воздушный шарик», «Контролируй себя», «Рисование на стекле», упражнение-игра «Настроение»	Мольберт, краски, кисти, ручки, листы бумаги А4	Музыкальное сопровождение
7	Урок Хвастовства	Формирование позитивной самооценки у детей	«Необычное приветствие», «Зеркало», «Волшебные очки», «За что меня любит мама (ребенок)», «Ладочки», «Мой хороший поступок», «Круг силы», «Твоё лучшее качество»	Листы бумаги А4, ручки, цветные карандаши	Музыкальное сопровождение
8	Урок совместного творчества	Эмоциональное раскрепощение детей посредством включения их в совместную творческую деятельность	«Приветствие», «Угадай, что я придумал», «Цветок уважения», «Экзамен», «Наша сказка», «Путешествие на облака», «Подарок»	Настольный дидактический театр, заготовки цветка с лепестками, ручки, листы А4, цветные карандаши	Музыкальное сопровождение, маты
3 блок. «Управление гневом» (младшие подростки)					
1	«Знакомство»	Установление	«Снежный ком», «Ураган», притча про	Опросник Басса-Дарки,	Музыкальное

		эмоционально-положительного контакта с несовершеннолетними	волков, «Волшебная рука», «Кто есть кто?», «Две минуты отдыха», «Подарок»	листы бумаги А4, ручки	сопровождение, маты, фиброоптическое оборудование
2	«Тесный контакт»	Сплочение подросткового коллектива и развитие навыков межличностного восприятия	«Здравствуйте», «Льдинка», «Чем мы похожи?», «Правда или ложь», «Рецепт хорошей группы», «Два зеркала», «Рисунок по кругу», «Дом моей души», релаксация, «Я хочу сказать спасибо»	Газеты (плед), листы бумаги А4, цветные карандаши	Музыкальное сопровождение, маты
3	«Эмоции в жизни подростка»	Формирование осознания собственных эмоций, а также чувств других людей, развитие эмпатии	«Комплимент», «Путаница», «Кто Я?», беседа «Эмоции. Управление настроением?», «Передача чувств по кругу», «Довольный – сердитый», «Подарок человечества», релаксация, «В чем мне повезло в этой жизни»	Листы бумаги А4, ручки	Музыкальное сопровождение, маты
4	«Агрессия в жизни подростка»	Расширение информации о проблеме агрессивного поведения, осознание подростками своих негативных качеств	«Комплимент», «Кто начинает?», мозговой штурм «Агрессивное поведение», «Галерея агрессивных портретов», «Что меня злит?», «А я не тормоз», релаксация, «Подарок»	Листы бумаги А4, цветные карандаши	Музыкальное сопровождение, маты
5	«Суд над агрессией»		«Приветствие», «Контакт», «Агрессивное поведение», «Геометрия обиды», «Нарисуй свой гнев», «Мир глазами агрессивного человека», «Волшебная лавка», релаксация «Выставка», «Подарок»	Листы бумаги А4, ручки, мольберты, краски, кисти	Музыкальное сопровождение, маты

6	«Волевая регуляция поведения»	Обучение навыкам контроля и управления собственным гневом	«Моё настроение», «Пирамида», графическая беседа «Круг воли», «Что делать с агрессией и гневом?», «Неоконченные предложения», беседа «Настроение. Как им управлять?», «Мусорное ведро» («Листок гнева»), «Коллаж радости», релаксация, «Подарок»	Коврик, листы бумаги А4, цветные карандаши, вырезки из газет и журналов, клей, ватман	Музыкальное сопровождение, маты, фиброоптическое оборудование
7	«Конструктивное разрешение конфликтов»	Предоставление возможности участникам тренинга получить опыт конструктивного решения конфликтных ситуаций	«Комплимент», мультфильм «Встреча на мостике», «Эксперимент», философская притча «Почему люди кричат», беседа «Виды конфликта», «Плюсы и минусы конфликта», ролевая игра «Сглаживание конфликта», видео-ролик «Пути разрешения конфликтов» «Другими словами», «Рассерженные шарики», релаксация, «Я хочу сказать спасибо»	-	Музыкальное сопровождение (мультфильм «Встреча на мостике», видео-ролик «Пути разрешения конфликтов»)
8	«Движение вперед»	Обобщение и закрепление сформированных на предыдущих этапах навыков положительной модели поведения	«Моё настроение», «Столкни ладонями», игра «Катастрофа на воздушном шаре», «Групповой портрет», «Уверенность в себе», «Аплодисменты»	Ватман, цветные карандаши	Музыкальное сопровождение

Список литературы

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. – М.: Генезис, 2005. – 256 с.
2. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 112 с.
3. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: «Ось-89», 2000 – 223с.
4. Грецов А. Тренинг общения для подростков. – СПб.: Питер, 2006. – 84с.
5. Захаров, А.И. «Как предупредить отклонения в поведении ребёнка» / А.И Захаров - М., «Просвещение»,1986г.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. СПб.: Речь, 2008. 240 с.
7. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
8. Павлов И.В. Общение с ребёнком: тренинг взаимодействия. – СПб.: Издательство «Речь», 2008. – 87 с.
9. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 2001.
10. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция./ И.А. Фурманов — Мн.: Ильин В.П., 1996. — 192 с.
11. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.