

Правительство Санкт-Петербурга

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Государственное образовательное учреждение для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,
Центр психолого-медико-социального сопровождения
Калининского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО

и.о. зав. каф. психологии
СПб АППО
доц. Агафонова И.И.
И.И.

« 11 » декабря 2007 год

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ
ПОСТДИПЛОМНОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
191002, ул. Ломоносова, 11-13

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГОУ ЦПМСС
Калининского района
Санкт-Петербурга
О.В. Баранова

« 11 » мая 2007 год



Образовательная
коррекционно-развивающая программа

Для детей 7-11 лет с поведенческими нарушениями.

Педагог-психолог ГОУ ЦПМСС
Калининского района
Санкт-Петербурга
Е.А. Обознова

Санкт-Петербург
2007 год

Пояснительная записка.

Актуальность программы.

Поведенческие нарушения у детей и подростков являются одной из наиболее часто упоминаемых проблем для современного общества. Актуальность темы несомненна, так как число детей с такими нарушениями растет. Это вызвано целым рядом факторов:

- Ухудшением социальных условий жизни детей (семей);
- Кризисом семейного воспитания (семьи или семейственности в целом);
- Невниманием школы к нервно-психическому состоянию детей (не способностью, а зачастую, и не желанием справляться с отклоняющимися от нормы поведенческими проявлениями учеников, т.е. кризисом школьного воспитательного процесса);
- Увеличением доли патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка;
- Увеличение пропаганды культа насилия в средствах массовой информации.

Опыт работы показывает, что чаще всего поведенческие нарушения у детей (агрессивное поведение, уходы из дома, воровство, отказ от посещения школы и т. д.), связаны с неправильным обращением с детьми в семье. Так обязательным следствием физического насилия, практикуемого в семье, являются такие нарушения поведения детей, как драчливость, повышенная боязливость либо, наоборот, выраженное «бесстрашие» (недооценка реальной угрозы здоровью и жизни). Дети, пережившие физическое насилие в семье, в большинстве случаев становятся субъектами и/или объектами физического насилия и в среде сверстников (либо они дерутся, либо их бьют). Часто их действия приводят к самоповреждениям (дети падают, ударяются, ранятся, т.п.). Такие дети в большинстве случаев имеют грубые нарушения самооценки (низкая, нестабильная), страдают недостатком самоконтроля, импульсивны. Повышенная ранимость (следствие низкой самооценки) в сочетании с импульсивностью определяют сложности в адекватной оценке ребенком коммуникативной ситуации и последствий собственных действий. Дети не умеют находить конструктивные выходы из конфликтных ситуаций, зачастую сами их создают.

Цели программы:

1. Доступное возрасту осознание неконструктивности своего поведения.
2. Развитие навыков установления конструктивных отношений с окружающими.
3. Преодоление поведенческих проблем.

Задачи программы.

1. Диагностика дисфункциональных паттернов поведения детей в семье, школе, в среде сверстников.
2. Определение причин, способствующих формированию поведенческих и личностных проблем у ребенка.
3. Создание условий для осознания ребенком неконструктивности его поведения.
4. Создание условий для преодоления ребенком поведенческих проблем.
5. Выработка навыков адаптивного поведения.

Адресат программы

Целевая группа - дети 7-11 лет с поведенческими проблемами, связанными с физическим насилием (испытанным ранее, переживаемым, наблюдаемым).

Методы работы:

Для достижения целей и задач используются различные методы, применимые в групповой форме работы: основным методом является игротерапия, кроме того используются такие методы, как когнитивно- бихевиористская терапия, рациональная терапия, клиентцентрированная терапия, суггестивные и релаксационные техники, психогимнастика, и др.

Ожидаемые результаты.

1. Повышение самооценки (позитивная обратная связь, подкрепление успехов, осознание сильных сторон, др.).
2. Снижение общей тревожности (создание безопасной атмосферы, обучение приемам психологической самозащиты, др.).
3. Восстановление границ «Я-физического» (границ собственного тела).
4. Развитие навыков самоконтроля, в том числе — физического (контролировать силу собственного удара, др.).
5. Обучение приемам конструктивного разрешения конфликтной ситуации (расширение поведенческого спектра возможных реакций).
6. Обучение социально приемлемым формам выражения агрессивных чувств.
7. Развитие навыков взаимодействия в группе сверстников.
8. Развитие навыков социальной перцепции (умения адекватно оценивать состояния и намерения партнеров по общению).

Методы диагностики.

На входе и выходе программы проводятся индивидуальные и семейные интервью и тестирование детей.

Используется апробированный инструментарий: анкеты, тест Люшера, шкала самооценки, рисуночные тесты.

Условия проведения занятий.

Групповые занятия проводятся 1 раз в неделю по 60 мин. Численность группы 8-10 человек. Занятия проводятся в специально оборудованной игровой комнате. Параллельно с группой для детей проводится группа для их родителей. Кроме того, для особо сложных случаев, осуществляется индивидуальное сопровождение детей и семейное консультирование.

Содержание работы.

План проведения занятий.

Виды работы	Время
Занятие 1. Знакомство участников. Цель: Знакомство. Создание безопасной атмосферы в группе.	60 мин.*
Занятие 2-3. Выработка правил. Цель: Развитие самоконтроля (добровольное подчинение правилам). Работа на повышение самооценки.	60-120 мин.
Занятия 4-5. Выражение злости. Цель: Обучение социально приемлемым способам выражения агрессии.	60-120 мин.
Занятия 6-7. Осознание неконструктивности поведения. Цель: осознание неконструктивных способов выражения агрессии.	60-120 мин.
Занятие 8. Взаимодействие с родителями (совместное занятие). Цель: Диагностика и коррекция взаимодействия между детьми и родителями.	60мин.
Занятие 9-10. Восстановление границ. Цель: Повышение способности ощущать границы, в том числе границы собственного тела.	60-120 мин.
Занятия 11-13. Самоконтроль. Цель: Развитие самоконтроля, силы и характера подаваемых сообщений.	120-180 мин.
Занятия 14-16. Взаимопонимание. Цель: Развитие навыков социальной перцепции.	120-180 мин.
Занятие 17. Взаимодействие с родителями (совместное занятие). Цель: Диагностика и коррекция взаимодействия между детьми и родителями.	60мин.
Занятие 18-20. Общение со сверстниками. Цель: Развитие навыков взаимодействия в группе сверстников.	120-180 мин.

Занятие 21-23. Разрешение конфликта. Цель: Обучение конструктивным способам разрешения конфликтов.	120-180 мин.
Занятие 24. Заключительное. Цель: Подведение итогов. Осознание достигнутых результатов.	60 мин.
Всего	24 часа

*Каждое занятие включает в себя работу по нескольким из указанных направлений. В зависимости от проблематики, индивидуальных особенностей конкретных детей и актуальных групповых процессов, те или иные направления выступают в качестве приоритетных (в течение всего времени работы группы, на конкретном занятии или серии занятий). В связи с этим, программа работы детской группы является ориентировочной. Она не является жесткой и предполагает необходимую корректировку и изменение в ходе проведения занятий.

Программа занятий .

Занятие №1

Цели занятия:

1. знакомство участников группы друг с другом и ведущими.
2. установление правил в группе.
3. создание безопасной атмосферы в группе.

План проведения:

1. знакомство в игровой форме.
2. проговаривание правил.
3. основная часть: спонтанные игры с мягкими модулями, предлагаемые детьми; проговаривание ведущими действий детей, ситуаций, привлечение внимания участников к конфликтам, опасным моментам, подкрепление позитивных действий и поступков, ограничение агрессивных проявлений.
4. упражнения на снятие напряжения и расслабление.
5. обсуждение впечатлений от занятия.
6. завершение занятия.*

* Учитывая особенности поведения целевой группы детей, надо отметить, что проведение занятий (особенно первых) часто существенно отклоняется от плана. Однако с течением времени занятия приобретают все более структурированный характер, что свидетельствует о положительной групповой динамике.

Занятия № 2-3

Цели занятия:

1. продолжение знакомства и повторение правил, поощрение знания правил и их соблюдения.
2. подкрепление контактов между участниками.
3. повышение эмоционального тонуса и самооценки участников.

План проведения:

1. повторение игр на знание имен участников и правил взаимодействия в группе.
2. упражнения на установление контакта между участниками.
3. основная часть: спонтанная игра участников, комментарии ведущих по поводу несоблюдения правил, позитивное подкрепление совместных игр.
4. заключительное обсуждение занятия.
5. завершение занятия.

Занятие № 4-5

Цели занятия:

1. отреагирование чувств.
2. осознание агрессивного поведения.

План проведения:

1. разминочные игры с повторением имен и правил взаимодействия в группе.
2. основная часть: выявление и проговаривание наиболее ярких моментов проявления агрессии, подробный разбор спонтанно возникающих в процессе игры конфликтов, отреагирование злости.
3. обсуждение, прояснение отношения к происходящему участников конфликта и наблюдателей.
4. упражнения на снятие напряжения
5. завершение занятия.

Занятия № 6-7

Цели занятия:

1. осознание неконструктивности своего поведения и поведения других
2. обучение навыкам конструктивного выражения своего отношения к происходящему.
3. расширение репертуара реакций на агрессию.

План проведения:

1. разминка: приветствие различными способами, игры на взаимодействие.
2. основная часть: разбор конфликтных ситуаций в процессе игр и взаимодействия, проговаривание действий участников с акцентом на деструктивных формах поведения, поощрение выражения своего отношения к происходящему участников конфликта, оценка ситуации другими участниками группы, совместный поиск конструктивных решений конфликтной ситуации.
3. заключительное обсуждение занятия.
4. упражнения на релаксацию.
5. завершение.

Занятие № 8

Цели занятия:

1. диагностика взаимодействия между детьми и родителями.
2. коррекция неконструктивных форм взаимодействия.

План занятия:

1. знакомство в игровой форме.
2. повторение правил детьми для родителей
3. основная часть:
 - спонтанная игра с целью выявления основных закономерностей взаимодействия между детьми и родителями.
 - Игры, предлагаемые детьми, с целью сплочения вновь образовавшейся группы и коррекции взаимодействия в процессе игры.
4. обсуждение впечатлений и результатов в общем кругу.
5. упражнение на релаксацию и телесный контакт родителей с детьми.
6. завершение.

Занятия № 9-10

Цели занятия:

1. осознание границ собственного «Я», в том числе границ тела.
2. выработка навыка уважения личностных границ своих и чужих.

План проведения:

1. разминка: приветствие, игры на взаимодействие, внимание.
2. основная часть:
 - отслеживание и проговаривание в процессе взаимодействия моментов, иллюстрирующих нарушение границ,
 - прояснение и обсуждение ощущений, связанных с нарушением личностных границ
 - выработка способности отстаивать свои границы, сохраняя при этом хорошие отношения с окружающими.
 - упражнения, направленные на повышение способности контролировать собственное тело.
3. упражнения на релаксацию.
4. завершение.

Занятия № 11-13

Цели занятия:

1. развитие навыков самоконтроля
2. осознание силы и характера подаваемых сообщений
3. способность контролировать энергию своих движений, силу удара.

План проведения:

1. разминка: приветствие, игры на внимание, реакцию, контроль
2. основная часть:
 - игры на взаимодействие и противодействие, обсуждение ощущений и отношения участников к происходящему
 - упражнения на выработку способности отслеживать и адекватно оценивать свои реакции на происходящее
 - обсуждение и проигрывание конструктивных способов привлечения внимания, обращения друг к другу, достижения желаемого, выхода из конфликта
 - упражнения на контроль за силой своих сообщений, реакций, движений.
3. упражнения на регулирование дыхания.
4. обсуждение.
5. завершение.

Занятия № 14-16

Цели занятия:

1. развитие навыков адекватной оценки ситуации и окружающих
2. развитие способности воспринимать и передавать сообщения
3. развитие способности отстаивать свое мнение, никого не обижая.

План проведения:

1. разминка: упражнения на внимание, реакцию, взаимодействие.
2. основная часть: игры, развивающие способность адекватно воспринимать, передавать и оценивать сообщения и ситуацию в целом
3. обсуждение, подробный разбор наиболее ярких ситуаций в процессе взаимодействия участников группы.
4. упражнения на дыхание, контроль.
5. завершение.

Занятие №17

Цели занятия:

1. коррекция неконструктивных форм взаимодействия
2. работа на взаимопонимание и принятие

План занятия:

1. приветствие в игровой форме
2. обсуждение впечатлений от прошлого совместного занятия, возможных изменений во взаимодействии внутри семей.
3. основная часть:
 - спонтанная игра с целью выявления основных закономерностей взаимодействия между детьми и родителями, отсутствия или наличия изменений
 - игры, предлагаемые детьми, с целью коррекции взаимодействия
 - упражнения на взаимопонимание и принятие
 - обсуждение впечатлений и результатов в общем кругу.
4. упражнение на релаксацию и телесный контакт родителей с детьми.
5. завершение.

Занятия № 18-20

Цели занятия:

1. выработка и закрепление навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками
2. расширение репертуара ролей и реакций.

План проведения:

1. обсуждение впечатлений от предыдущих занятий, отношения к происходящему в группе
2. основная часть:
 - игры, способствующие проявлению различных способов взаимодействия участников друг с другом и группой в целом
 - прояснение и проговаривание отношения участников к своему поведению и поведению других
 - подкрепление наиболее конструктивных форм поведения
 - поощрение позитивной инициативы
 - коррекция неконструктивных форм взаимодействия.
3. игры на групповую сплоченность

4. упражнения на релаксацию
5. завершение.

Занятия № 21-23

Цели занятия:

1. обучение конструктивным способам разрешения конфликта
2. отработка конструктивных форм поведения.

План проведения:

1. разминка: приветствие, игры на взаимодействие
2. основная часть:
 - игры на противодействие, спонтанное взаимодействие
 - разбор конфликтных ситуаций
 - обсуждение вариантов конструктивного решения конфликта, предложенных ребятами и ведущими
 - проигрывание конструктивных способов решения конфликта
3. обсуждение
4. упражнения на релаксацию
5. завершение

Занятие № 24

Цель занятия:

1. завершение работы группы

План проведения:

1. игры, предлагаемые ребятами
2. обсуждение итогов, впечатлений от всего цикла
3. чаепитие
4. закрытие группы.

Приложение № 1
Упражнения и игры.

Цель упражнения	Названия упражнений
Знакомство, приветствие	«Как тебя зовут», «Презентация» (настроение, какой я, цвет..), «Кто помнит больше имен»
Взаимодействие	«Крепость и рыцарь» (вариант игры «Прорвись в круг»), «Путанка», «Скала», «Плотик», «Прятки», «Пятнашки», «Да и нет», «Строительство дома (крепости)», игры, предлагаемые ребятами.
Противодействие	«Петушиный бой», «Звездные войны», «Сражение на мечях»,
Реакция	«Третий лишний», «Попугай», «Я ковбой, ты ковбой», «Я луноход-1»,
Доверие	«Паровозик», «Змейка», «Проводник», «Доверяющее падение»
Отреагирование	«Подушка Гнева», «Бешенные ручки», «Воздушный шар», «Тух-тиби-дух»
Конструктивное решение конфликта	«Внимание драка!», «Датский бокс», «Толкалки», «Пугалки»
Расслабление, релаксация	Различные релаксационные техники, упражнения на дыхание, визуализацию

Игры и упражнения:

«Как тебя зовут»: различные варианты приветствий. Дети и ведущие сидя или стоя в кругу по очереди называют те имена, которыми хотят называться на группе, добавляя несколько слов о своем настроении, любимых животных, цветах, желаниях, ожиданиях, мечтах (в зависимости от пожеланий участников).

«Кто помнит больше имен»: ребята по желанию, по очереди называют присутствующих по именам, выигрывает тот, кто помнит больше имен.

«Крепость и рыцарь»: один из участников – рыцарь, остальные – стражники крепости. Стражники встают в круг и крепко держатся за руки, их задача не пропустить рыцаря в круг. Рыцарь должен попасть в крепость, он может легко это сделать, если применит волшебный ключ: вежливо объяснит стражникам, что ему очень надо попасть в крепость. В процессе игры «стражники» могут комментировать действия «рыцаря», помогая ему справиться с трудностями. В конце происходит обсуждение: у кого из рыцарей получилось лучше, кто из стражников был внимательнее, что помогало и что мешало в процессе игры.

«Плотик»: ребята встают на мягкие модули, расположенные по кругу, в центр круга помещается модуль достаточного размера, для того, чтобы на нем поместились все участники, участники по очереди прыгают на плотик. Главная задача – удержаться и не упасть в «воду», для этого необходима поддержка и взаимовыручка. В последствии размер плотика уменьшается до совсем маленького, на котором ребята все вместе могут удержаться только крепко держась друг за друга. В конце происходит обсуждение: кто по мнению ребят лучше всех помогал другим, кто был самым ловким и т. п.

«Скала»: ребята встают на различные модули, поставленные в одну линию, крайний в цепочке должен пройти по модулям остальных участников и перебраться на противоположный край «скалы», не упав при этом в пропасть. Ребята, стоящие на модулях («скале») могут помогать или препятствовать тому, то проходит по скале. В конце происходит обсуждение: кому что понравилось и не понравилось, кто помогал и кто мешал и почему, чья помощь была наиболее действенной...

«Звездные войны»: игра предлагается, если в комнате назревает драка между двумя участниками. Они могут бороться, используя длинные мягкие модули – «мечи», обязательно соблюдая правила. Основные правила вводятся по началу ведущими, на следующих занятиях контролируются самими ребятами, либо одним из группы – выбранным судьей. Правила: не бить по голове, контролировать силу удара, остановиться, если соперник скажет, что больше не хочет драться. В конце зрители могут прокомментировать поединок, участники рассказать о своих чувствах.

«Попугай»: все встают в круг, водящий предлагает какое то движение (гримасу), все остальные стараются максимально точно повторить движение(гримасу). Потом водящий незаметно подает знак кому-то из участников о передаче права водить, теперь все должны повторять движения нового водящего. Тот кто сбивается – выбывает, оставшийся последним – самый внимательный.

«Подушка гнева»: специальный модуль, колотя который можно выплеснуть гнев и отреагировать агрессивные чувства. Если кто-то подходит и колотит подушку – для остальных это служит понятным сигналом, что человек злиться.

«Бешенные ручки»: игра вводится, если конфликт не решается конструктивным путем и грозит перерасти в серьезную драку. Участникам предлагается соревнование – кто дольше и сильнее сможет колотить по мягкому модулю. Выигрывает тот кто заканчивает последним. Упражнение снимает напряжение и излишнее возбуждение участников конфликтной ситуации.

«Внимание драка!»: упражнение вводится в моменты, когда между участниками вспыхивает серьезный конфликт. По началу ведущие, а на более поздних занятиях сами ребята при возникновении драки громко говорят «Внимание драка!», привлекая тем самым внимание всех участников к конфликту. Дерущимся предлагают прекратить драку на счет – выигрывает тот, кто останавливается первым.

«Ворвись в круг». Описание игры см. Платонова Н.М. «Агрессия у детей и подростков». СПб. 2004., стр277.

«Тух-тиби-дух». Описание упражнения см. Платонова Н.М. «Агрессия у детей и подростков». СПб. 2004., стр279.

«Датский бокс». Описание игры см. Платонова Н.М. «Агрессия у детей и подростков». СПб. 2004., стр278.

«Толкалки». Описание игры см. Платонова Н.М. «Агрессия у детей и подростков». СПб. 2004., стр280.

«Да и нет». Описание игры см. Платонова Н.М. «Агрессия у детей и подростков». СПб. 2004., стр281.

Литература:

- Бюдженал Дж. Искусство психотерапевта. СПб. 2000.
Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи. СПб. 2002.
Рудестам К. Групповая психотерапия. СПб. 2001.
Ялом И. Групповая психотерапия.
Крайг Г.К. психология развития. СПб. 2000.
Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. СПб. 2003.
Платонова Н.М., Платонов Ю.П. насилие в семье: особенности психологической реабилитации. СПб. 2004.
Платонова Н.М. агрессия у детей и подростков. СПб. 2004.
Бреслав Э.Г. психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. СПб. 2004.
Алексеева И. А. дети риска. СПб. 2002.
Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. СПб. 2005
Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс. Психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. СПб 2005.
Алексеева И.А. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. Москва 2005.