



ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ



МКУ «Социально - реабилитационный центр
для несовершеннолетних «Маленький принц»»



КЛУБ ДЛЯ ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ С ОСЛОЖНЕННЫМ ПОВЕДЕНИЕМ «РАКУШКА»

методические материалы

в рамках грантового проекта «Кузбасс-теплота сердечная»



Кемерово
2013

КЛУБ ДЛЯ ДЕВОЧЕК – ПОДРОСТКОВ С ОСЛОЖНЕННЫМ ПОВЕДЕНИЕМ «РАКУШКА»

Деятельность клуба предполагает работу с девочками, девушками младшего и среднего подросткового возраста (ориентировочно от 10 до 17 лет) в рамках системы психологической помощи детям с трудностями в обучении и общении.

Известно, что в подростковом возрасте на первый план выходят проблемы общения и самопознания. Для этого возраста характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов. У детей с трудностями в развитии все эти проблемы проявляются гораздо острее.

Общение в жизни детей подросткового возраста играет важнейшую роль. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды.

В работе с подростками мы отдаем предпочтение групповой форме проведения занятий. Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми. Как показывает наш опыт, особые трудности в общении испытывают дети, которым не хватает родительского внимания и тепла. Это относится не только к детям-сиротам, но и к детям из неблагополучных семей. Большой процент таких детей оказываются в нашем социально-реабилитационном центре.

Чаще всего социально-эмоциональные нарушения возникают вследствие длительного воздействия на ребенка травмирующих ситуаций, нарушений межличностных отношений со взрослыми и сверстниками. Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

Деятельность по программе клуба призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации. На занятиях девочки не только получают знания о том, как общаться, но и получают представление о семейных традициях, о выборе профессии. Большое значение придается практическим занятиям, где девочки могут попробовать себя в роли матери, хозяйки (составляют меню, пеленают «ребенка», сервируют стол, готовят несложные блюда); делают первые шаги в выборе профессии (составляют жизненные планы, примеряют на себя разные профессиональные роли; учатся писать резюме и проходить собеседование).

Большое внимание на занятиях мы уделяем обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, а также творческому самовыражению. Именно неформальная обстановка клубных занятий помогает ощущать полную безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения.

Ведущий является одним из образцов поведения, которое он демонстрирует участникам группы. В нашем случае занятия ведет психолог, который хорошо знает девочек-подростков. Девочки также хорошо знают психолога по психологическим занятиям, тренингам, которые он проводит начиная с момента поступления ребенка в СРЦ.

Сегодня существует немало программ и тренингов для подростков. Анализируя содержание различных программ для младших подростков, мы пришли к выводу, что в них недостаточно внимания уделяется вопросам культуры общения и выработке элементарных правил вежливости — повседневному этикету. Очень важно, чтобы подростки осознавали, что культура поведения является неотъемлемой составляющей системы межличностного общения. Поэтому мы включили в занятия методики по выработке у подростков элементарных правил вежливости. Через ролевое проигрывание отрабатываются навыки культуры общения, усваиваются знания этикета.

На занятиях используются известные большинству психологов игры и упражнения.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлексия. В первоначальный замысел занятия могут вноситься изменения прямо по ходу его ведения или накануне в связи с возникшим запросом (со стороны учащихся, преподавателей или родителей).

Занятия по форме напоминают тренинги: с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевают навыками эффективного общения. На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Цель программы клуба «Ракушка»: развитие социально-адаптивных возможностей девочек-подростков через участие в детском объединении.

Задачи:

- развитие коммуникативных навыков;
- формирование навыков сотрудничества;
- развитие социального интеллекта (понимание поступков и действий другого человека, вербальной и невербальной экспрессии)
- развитие познавательных интересов;
- активизация творческих способностей;
- личностный рост и развитие в широком плане;
- расширение ролевого репертуара.

Условия реализации программы:

Количество детей в группе - от 7 до 15 человек

Формы занятий – групповые, внутри самого занятия могут быть разные формы: группа, микрогруппа (команда), амфитеатр, «каруселька», пары, индивидуальная работа.

Материально-техническое оснащение – большая тренинговая комната, желательно мягкое половое покрытие (ковер), необходимое количество стульев, 2 – 3 стола, компьютер, проектор.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1,5 – 2 часа.

Традиции и ритуалы:

- перед каждым занятием готовятся билеты-приглашения в двух цветах (это поможет при необходимости разделить группу на две команды);
- к каждому занятию готовится слайд-презентация на определенную тему (это помогает участникам настроиться на занятие, познакомиться с некоторыми понятиями, определиться с целью занятия);
- на каждом занятии все участники обязательно получают в подарок маленькую ракушку;
- ритуал приветствия: в начале каждого занятия ведущие и участники озвучивают имя (настоящее или придуманное) и прикрепляют бейджик с этим именем на одежду;
- чаепитие с домашней выпечкой в конце занятия;
- знакомство новых участниц с правилами и задачами клуба;
- рефлексия с помощью большой ракушки (участницы говорят и передают ракушку по кругу).

Результаты.

К полученным знаниям, умениям и навыкам в процессе занятий в клубе «Ракушка», можно отнести следующее:

- развитие навыков общения, сотрудничества, внимательного отношения к себе и другим;
- формирование потребности в здоровом образе жизни и ответственности за свое здоровье;
- формирование навыков сотрудничества; развитие эмпатии; расширение кругозора, словарного запаса;
- формирование представлений о выборе профессии;
- формирование жизненных целей;
- формирование способов саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- умение приводить конфликтные ситуации к позитивному разрешению;
- знакомство с правилами этикета, расширение ролевого репертуара;
- усвоение знаний о нормах здоровой семейной жизни; развитие личной ответственности за свою семью;
- создание позитивного отношения к роли хозяйки дома; формирование навыков и умений по кулинарии, ведению хозяйства;
- умения и навыки в саморазвитии, принятия себя и изменений в себе;
- развитие творческого потенциала и осознание своей уникальности

Заседание клуба № 1

Тема: Знакомство с клубом, друг с другом и самим собой.

Цель: развитие навыков общения, сотрудничества, внимательного отношения к себе и другим.

Оборудование: пригласительные билеты, бейджики в форме ракушки, фломастеры, большая ракушка, маленькие ракушки (по количеству участниц), презентация клуба (слайды), ПК, воздушные шары(2 шт.), призы для клада (например: блокноты, ручки, конфеты и др.), планы поиска клада (2 шт.), фотоаппарат

Ход занятия.

1. Приветствие участников клуба «Ракушка»
2. Презентация «Все о клубе» (песня Ариэль из мультфильма, «Почему ракушка», «Чем будем заниматься», «Правила группы», Фотогалерея участниц», беседа)
3. Игры на взаимодействие, знакомство:
 - «Ракушка» (передаем красивую ракушку по кругу, говорим: свое имя или псевдоним, «больше всего люблю..», «терпеть не могу...»).
 - «Экспресс – игра» (ведущий кидает мячик и задает любой вопрос, участник, поймавший мяч должен быстро ответить (можно соврать, пошутить), например: любимый цвет, герой, цветок, блюдо и т.д.)

- «Девиз» (все говорят, какую футболку, с каким девизом (надписью и рисунком) они купили бы себе, если бы была такая возможность).
4. Игра «Поиск клада» (делимся на две команды – те, кто получил приглашенные билеты зеленого цвета – 1-я команда; те, кто получил билеты желтого цвета вторая команда)
 5. Ритуал прощания «Секретный подарок другу» (пантомимой показываем кому хотим вручить подарок и что это за подарок).
 6. Ракушка в подарок (каждая из участниц выбирает себе маленькую ракушку и говорит, что особенно понравилось на занятии).
 7. Общее фото на память.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Основное содержание	Время
1.	«Знакомство с клубом, друг с другом и самим собой»	Приветствие, подарки	10
		Презентация «Все о клубе»	20
		Игры: «Ракушка»	10
		«Экспресс-игра»	10
		«Девиз»	10
		«Поиск клада»	30
		«Подарок другу»	15
	Общее время	1ч. 45 мин	
2.	«Игрушка для себя. Что такое тильда?»	Приветствие, подарки	10
		Беседа-рассказ «Моя любимая игрушка»	15
		Слайд-презентация «Что такое тильды?»	20
		Мастер-класс по изготовлению куклы-тильды	60
		Общее время	1ч. 45 мин.
3.	«Составляющие моего здоровья»	Приветствие, подарки	10
		Игра «Аукцион здоровья»	10
		Слайд-презентация «Составляющие моего здоровья»	20
		игра «Каждая девочка...»	10
		Командная игра «Эстафета здоровья»	30
		Игра «Лидер»	15
		Договор с самим собой	15
	Общее время	1ч. 50 мин	
4.	«Давайте дружить!»	Приветствие, подарки	10
		Игра «Пословицы о дружбе»	10
		Слайд-презентация «Дружба»,	20
		Упражнение-вертушка «Близко – далеко»,	20
		Упражнение «Тростинка на ветру»,	10
		«Диплом настоящего друга»	20
		Общее время	1ч.30 мин -
5.	«Мечты и планы»	Приветствие, подарки	10
		Экспресс-игра «Мои интересы»	20
		Загадки о профессиях	15
		Слайд-презентация «Хочу-Могу-Надо»	25
		Общее время	1ч. 10 мин.

6.	«Мир профессий»	Приветствие, подарки	10
		Игра «Музей профессий»	15
		Слайд-презентация «Странные профессии»,	20
		Игра «Кто, Где, Когда»,	35
		Составление резюме	25
		Общее время	1ч. 45 мин
7.	«Конфликты и способы их разрешения»	Приветствие, подарки	10
		Слайд - презентация «Конфликты и способы их разрешения»	25
		Упражнение «Достойный ответ»	10
		«Ассоциации»	15
		«Разожми кулак»	10
		«Леопольд»	15
		«Комплименты»	10
		Притча «Солнце и ветер»	10
		«Способы саморегуляции»	10
		Общее время	1 ч. 55 мин
8.	«Настоящие принцессы»	Приветствие, подарки	10
		Слайд-презентация «Настоящие принцессы»	20
		Игры: «Золотой стул», «Черный стул»,	20
		Состязания для принцесс (игры, конкурсы)	30
		Чаепитие	30
		Общее время	1 ч. 50 мин
9.	«Дом+Семья= Я»	Приветствие, подарки	10
		Слайд-презентация «Моя семья»	20
		Упражнения: «Виртуальная корзина»	15
		«Когда я буду мамой...»	10
		Конкурс по командам «Молодая хозяйка»	30
		Чаепитие	25
		Общее время	2 ч. 00 мин
10.	«Кулинарный поединок»	Приветствие, подарки	10
		Слайд-презентация «Идеальная хозяйка»	20
		Мастер-класс «Курс молодой хозяйки»	25
		Конкурс по командам «Кулинарный поединок»	40
		Дегустация блюд	25
		Общее время	1ч 50 мин
ВСЕГО:			19 часов