

СМОЛЕНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних
«ГАРМОНИЯ»

ПРИНЯТА
на заседании
методического совета
протокол от 09.12.2024 № 8

УТВЕРЖДЕНА
приказом СОГБУ СРЦН
«Гармония»
от 09.01.2025 № 27

**Арт-альбом
тренинговых занятий с детьми (с 7 лет)
по коррекции и профилактике конфликтного поведения
в отношениях с ребенком
и по обучению способам
конструктивной коммуникации с детьми**

«Говори! Чувствуй! Доверяй!»

Составитель:
педагог-психолог
Принцева О. И.

Пояснительная записка

Работа с родителями из важных задач в решении вопросов воспитания детей и подростков. Важно установить доверительные отношения между родителями, испытывающими трудности в воспитании детей, и специалистами образовательного учреждения.

Деятельность педагога- психолога предусматривает просветительскую и консультативную работу с родителями детей. Практика показывает, что порой коррекция поведения родителей по отношению к собственным детям дает положительные результаты в личностном формировании подростков.

Возрастные кризисы детей рассматриваются как факторы их повышенной конфликтности. Наиболее часто конфликты у родителей возникают с детьми именно дошкольного и младшего школьного возраста. Стоит выделить следующие типы конфликтов детей с родителями:

- конфликт неустойчивости;
- родительского отношения (постоянная смена критериев оценки ребенка);
- конфликт сверхзаботы (излишняя опека и сверхожидания);
- конфликт неуважения прав на самостоятельность (тотальность указаний и контроля);
- конфликт отцовского авторитета (стремление добиться своего в конфликте любой ценой).

Обычно ребенок на притязания и конфликтные действия родителей отвечает такими реакциями (стратегиями), как: реакция оппозиции (демонстративные действия негативного характера); реакция отказа (неподчинение требованиям родителей); реакция изоляции (стремление избежать нежелательных контактов с родителями, сокрытие информации и действий).

Исходя из этого, основными направлениями профилактики конфликтов родителей с детьми могут быть не только повышение педагогической культуры родителей, позволяющей учитывать возрастные психологические особенности детей, их эмоциональные состояния, но и помочь в формировании конструктивного поведения родителей в конфликтах.

Цель арт-альбома: перестройка неэффективных стереотипов поведения и общения родителей с детьми, которые мешают их нормальному взаимодействию.

Задачи арт-альбома:

- Сформировать представление об основных компонентах двустороннего общения;
- Научить родителей реагировать на неприемлемые с их точки зрения формы поведения детей с помощью высказываний, ограниченных только выражением своих чувств.

- Помочь родителям осознать значение собственного поведения и своих чувств для ребенка, и изменить восприятие собственного ребенка.
- Развивать способность к рефлексивному поведению в процессе общения с детьми (умение контролировать свои эмоции и их внешнее проявление, способность к эмпатии и идентификации в процессе межличностного взаимодействия).
- Научить родителей конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.
- Ознакомить родителей с основными особенностями развития личности дошкольника и причинами возможных отклонений в поведении.

Реализация поставленных задач осуществляется в рамках занятий в диаде «родитель-ребенок». Продолжительность каждого занятия составляет 40 минут. Все занятия носят развивающий характер.

Структура занятий:

- 1 этап - приветствие, знакомство, настрой на занятие, установление контакта (5 минут);
- 2 этап - основная часть (30 минут);
- 3 этап - рефлексия (5 минут).

Арт-альбом составлен из циклов регулярных встреч (встречи могут проводиться одновременно с родителями и детьми или только с детьми, или только с родителями: 1 вариант: совместное выполнение задания на одном листе; 2 вариант: выполнение задания каждым на отдельном листе с последующей рефлексией (по возможности сравнительной).

Арт-альбом включает занятия, которые направлены на поиск и обнаружение в восприятии картины воспитания родителями своего ребёнка тех моментов, которые помогут увидеть важность некоторых точек соприкосновения при построении диалога с ребёнком, которые будут способствовать развитию у него качеств уверенного, целеустремлённого, творческого, ответственного человека.

Психологическая поддержка неблагополучных семей имеет целью создание формирование положительного отношения к ребенку как к главному смыслу отношений человека и к обеспечению разумного образца воспитания, а также формированию определенных норм и правил поведения и отношения в семье.

При индивидуальной работе с каждой семьей действуются такие подходы, как системно-деятельностный (основан на организации активной деятельности детей, где создаются условия для ориентировки в «трудных» ситуациях и закладывается основа для позитивных сдвигов в развитии), комплексный и дифференцированный.

Тематика представленных занятий разнообразна, что предусматривает:

- использование в работе различных авторских техник (арт-, игровая, сказка-, музыкальная терапия; визуализация);
- использование игрового творческого потенциала;
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- применение коммуникативной и сюжетно – ролевой игры;
- использование техник мозгового штурма / рациональной беседы;
- использование приемов рефлексии (обсуждение, самоанализ);
- применение техник медитации и самовнушения.

Прогнозируемые результаты

В результате реализации программы, ожидается:

- положительная динамика в оценках родителями своих взаимоотношений с детьми,
- сплочение членов семьи, гармонизация внутрисемейных отношений, повышение самооценки ребенка,
- повышение педагогической культуры родителей и воспитание психологической культуры личности ребенка,
- осознание и конструктивное преобразование негативных стереотипических воспитательских установок,
- профилактика дезадаптивного поведения, формирование чувства эмпатии и взаимопомощи.

Критерии оценки эффективности арт-альбома «Говори! Чувствуй! Доверяй!»:

- целесообразность (направленность на ребенка, средства деятельности, авторитет педагога - психолога);
- продуктивность (уровень решения проблемы, качественное изменение первоначальной ситуации);
- оптимальность в выборе средств и методов работы;
- воспитательная ценность программы;
- рефлексия дидактических принципов (системность и последовательность; преемственность; прочность; личностный подход; сознательность и активность воспитанников; доступность при необходимой степени трудности; наглядность; связь теории и практики; комплексность; единство образовательной, воспитательной и развивающей функции; исследовательская позиция; партнерское общение; объективизация поведения);
- наличие творческого компонента в деятельности педагога – психолога.

Методические рекомендации:

- проводить занятия по программе могут психологи, педагоги – психологи, имеющие специальное образование;

- периодичность проведения занятий педагог – психолог определяет самостоятельно на основании индивидуальных личностных особенностей воспитанников каждой группы;
- педагог – психолог может варьировать последовательность конспектов программы при ее реализации;
- помещение для занятий должно быть постоянным (одним и тем же на всех занятиях), светлым, просторным, легко проветриваемым. В помещении не должно быть предметов, представляющих опасность для здоровья, а также отвлекающих внимание участников.

**Тематическое планирование
арт – альбома «Говори! Чувствуй! Доверяй!»**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов
1	Я – это я	2
2	Мои ценности	1
3	Мои жизненные цели	2
4	Мои возможности	1
5	Мой жизненный опыт	1
6	Мои родители	2
7	Мои родные	1
8	Общение в семье	2
9	Конфликт в семье	1
10	Злой клоун	2
11	Невидимка	1
12	Когда мне стыдно	1
13	Когда я виноват	2
14	Моя ответственность	1
15	Когда я люблю	2
16	Я расту / Я говорю	1

Занятие 1. Я – это Я

Задание 1. Подумай о себе. Посмотри на себя в зеркало. Какие у тебя волосы? Какие у тебя глаза? Какой нос? Какие уши? Подчеркни подходящий вариант или напиши свой.

Нос у меня:

курносый, длинный, с горбинкой...

Уши:

маленькие, торчащие, большие...

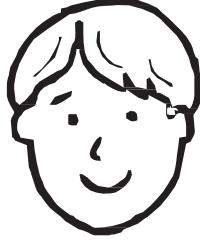
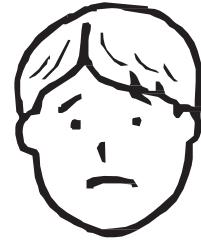
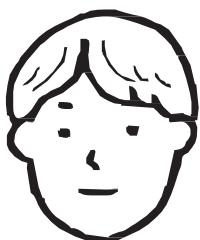
Глаза:

голубые, зеленые, карие, серые...

Волосы:

рыжие, светлые, темные, черные...

Я часто бываю



злой

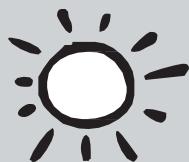
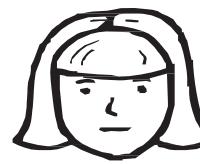
спокойный

счастливый

грустный

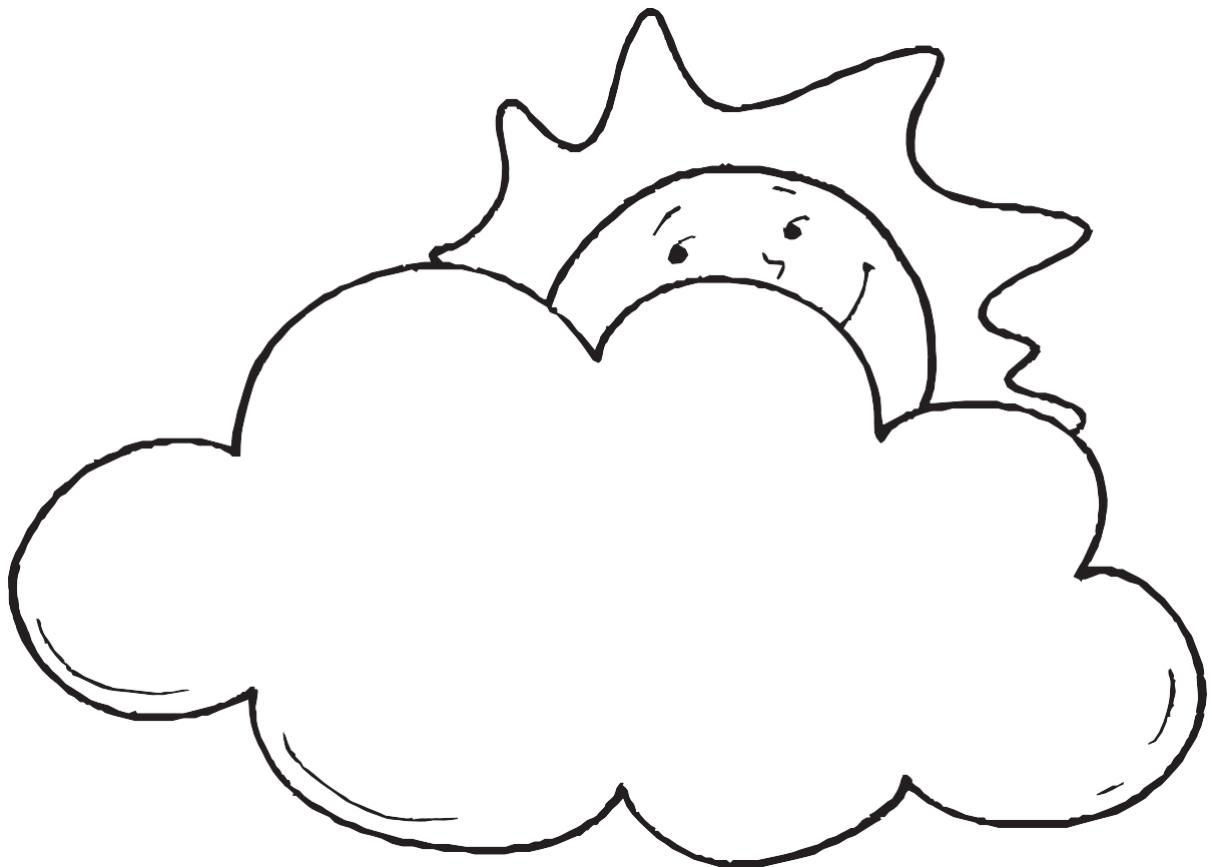
веселый

Я часто бываю

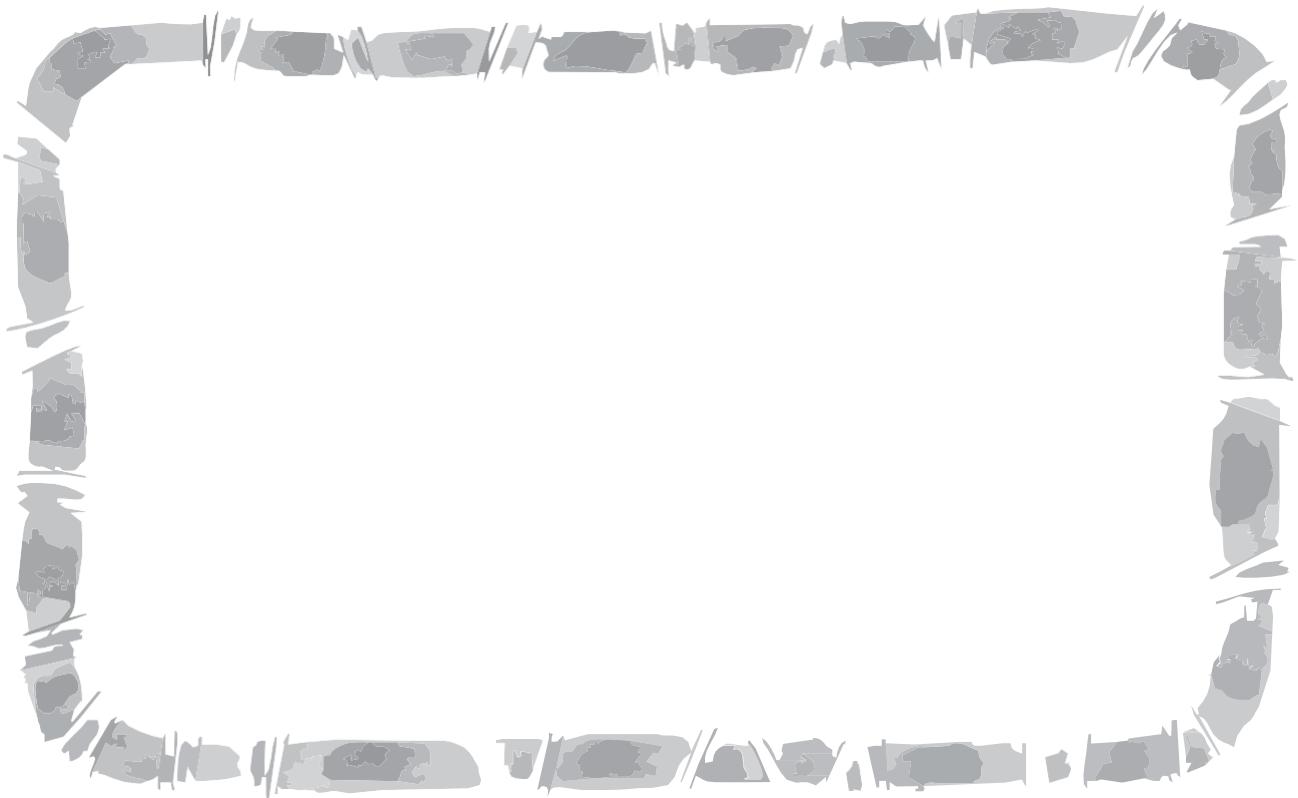


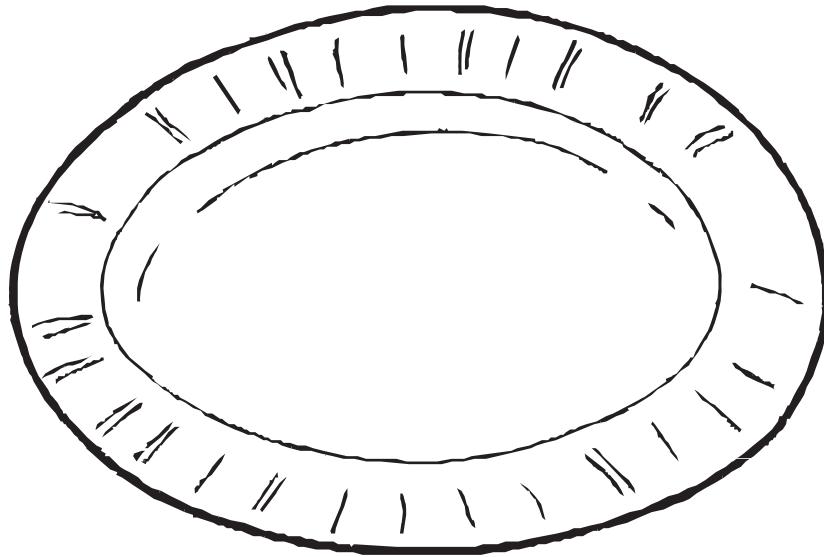
Задание 2. Расскажи о себе подробнее.

МОЕ ЛЮБИМОЕ ВРЕМЯ ГОДА



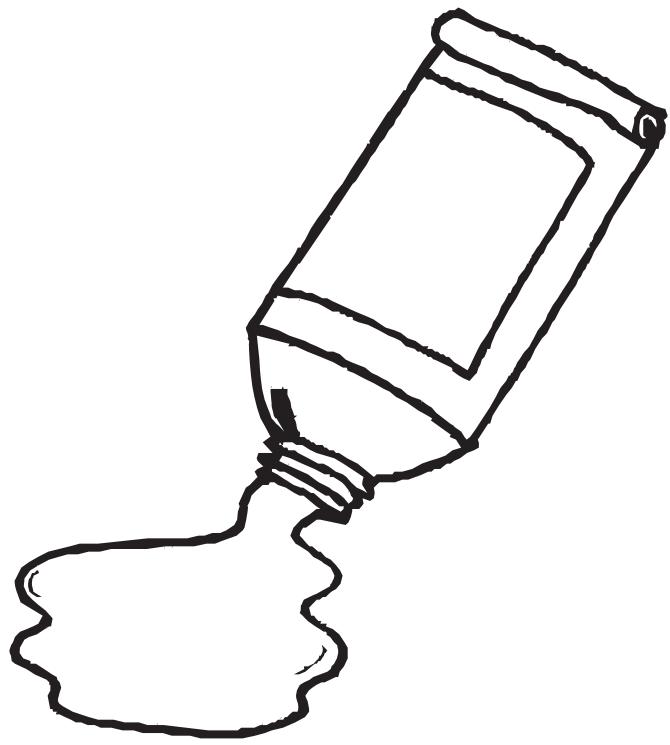
МОИ ЛЮБИМЫЕ ЖИВОТНЫЕ





Моя любимая еда

Мой любимый цвет



Что я еще люблю больше всего



Занятие 2. Мои ценности

Задание 1. Прочитай, что нравится делать Серёже и Наде. Подчеркни то, что нравится делать и тебе тоже.

Сережа:

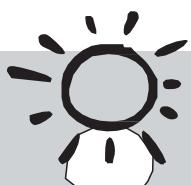
– Мне нравится гулять, играть в любимые игрушки,ходить в гости к друзьям, читать, кататься на роликах и на самокате, играть в компьютерные игры; нравится когда мама радуется моим успехам, когда идет снег, когда со мной советуются родители.



Надя:



– А мне нравится есть мороженое, кататься на каруселях и на санках, рисовать мелом на асфальте, плавать, гулять с друзьями, играть с младшим братом, печь с мамой пироги, получать хорошие отметки; нравится, когда мы всей семьей идем гулять в парк, когда папа говорит мне что я уже взрослая.



Прочитай, что не нравится делать Мише и Даше. Подчеркни то, что и тебе тоже не нравится делать.

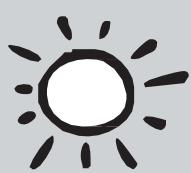
Миша:



– Мне не нравится, когда делают уколы и лечат зубы. Не нравится рано вставать в школу и мыть посуду.

Даша:

– А мне не нравится делать уроки. Не нравится ссориться с братом и сестрой. Не нравится скучать.



Задание 2. То, чем тебе нравится заниматься, что доставляет тебе радость, на что ты хочешь тратить своё время – ЦЕННОСТЬ.

У каждого человека свои ценности. Для одного это – компьютер, для другого – теннис, для третьего – рисование.

Перечисли свои ценности. Что для тебя самое ценное? Напиши.

Сделай рисунок самого важного.



Занятие 3.

Мои жизненные цели

Задание 1. Подумай о своём будущем. О том времени, когда ты станешь взрослым человеком.

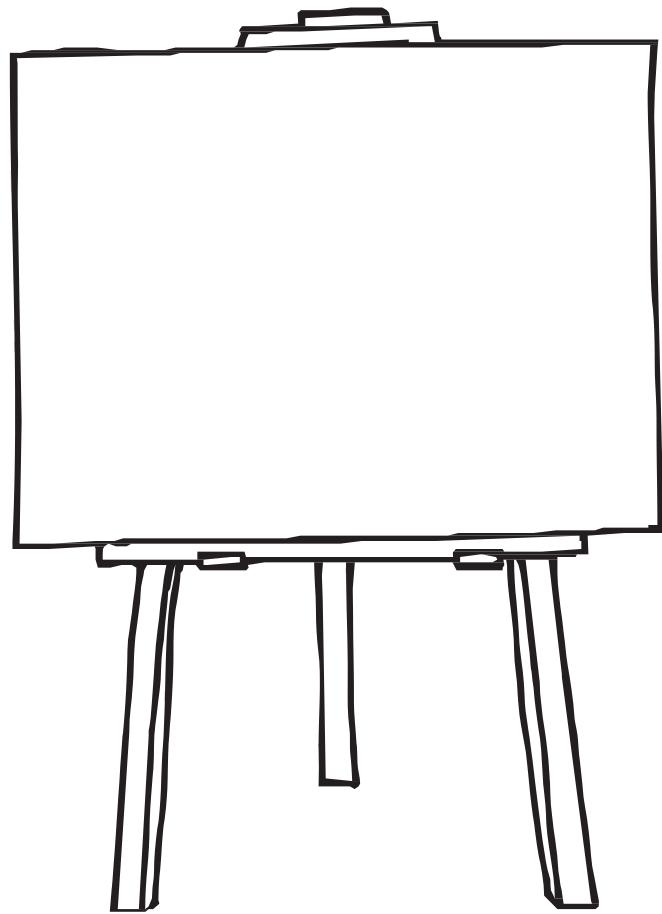
КОГДА Я ВЫРАСТУ

Я буду уметь

Я уже не буду

Когда я вырасту, я думаю, буду вот такой:





Задание 2. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка о мечте

Эту историю мне поведал мой старый добрый друг — капитан дальнего плавания, который побывал в разных странах, избороздил все моря и океаны. Плавал он и в самом-самом холодном океане, который называется Северным Ледовитым, был он и в теплых водах Индийского и Тихого. А начиналась эта история так...

На берегу небольшой речушки лежал чуть пожелтевший от сырости кусок пенопласта. Ветер обдувал его задеревеневшие бока, капельки воды стекали по щекам и спине. Но ему было уже все равно. Чувство, что он никому не нужен, что его все бросили, не покидало его. Он давно забыл, кем был раньше, где жил, с кем общался... Грязь, лежащая повсюду, стала уже частью его самого.

Однажды ночью пенопласт почувствовал, что вокруг происходит что-то неладное — по нему забарабанили жесткие и холодные струи дождя, загремел гром и засверкали молнии, поднялся сильный ветер и на берег покатились первые волны. Вдруг он ощущил, что земля уходит у него из-под ног. Огромная волна смыла его в бурлящий поток разбушевавшейся реки. Вода застлала его глаза так, что он ничего не видел, а шум перекрывал любые другие звуки. Но пенопласт не испугался, зная, что утонуть он просто не может (это известно даже самым маленьким пенопластикам еще с детства). Наоборот, он представил себе, что теперь он не просто кусок какого-то там материала, а быстроходная парусная яхта. И он так сильно стал мечтать об этом, что почувствовал, как неожиданно увеличивается в размерах. У него и впрямь появилась длинная, стройная мачта, на которой развернулись яркие белоснежные паруса. И он поплыл вниз по течению, чтобы выйти в открытое море и посмотреть на мир, он хотел стать кому-нибудь полезным, найти друзей.

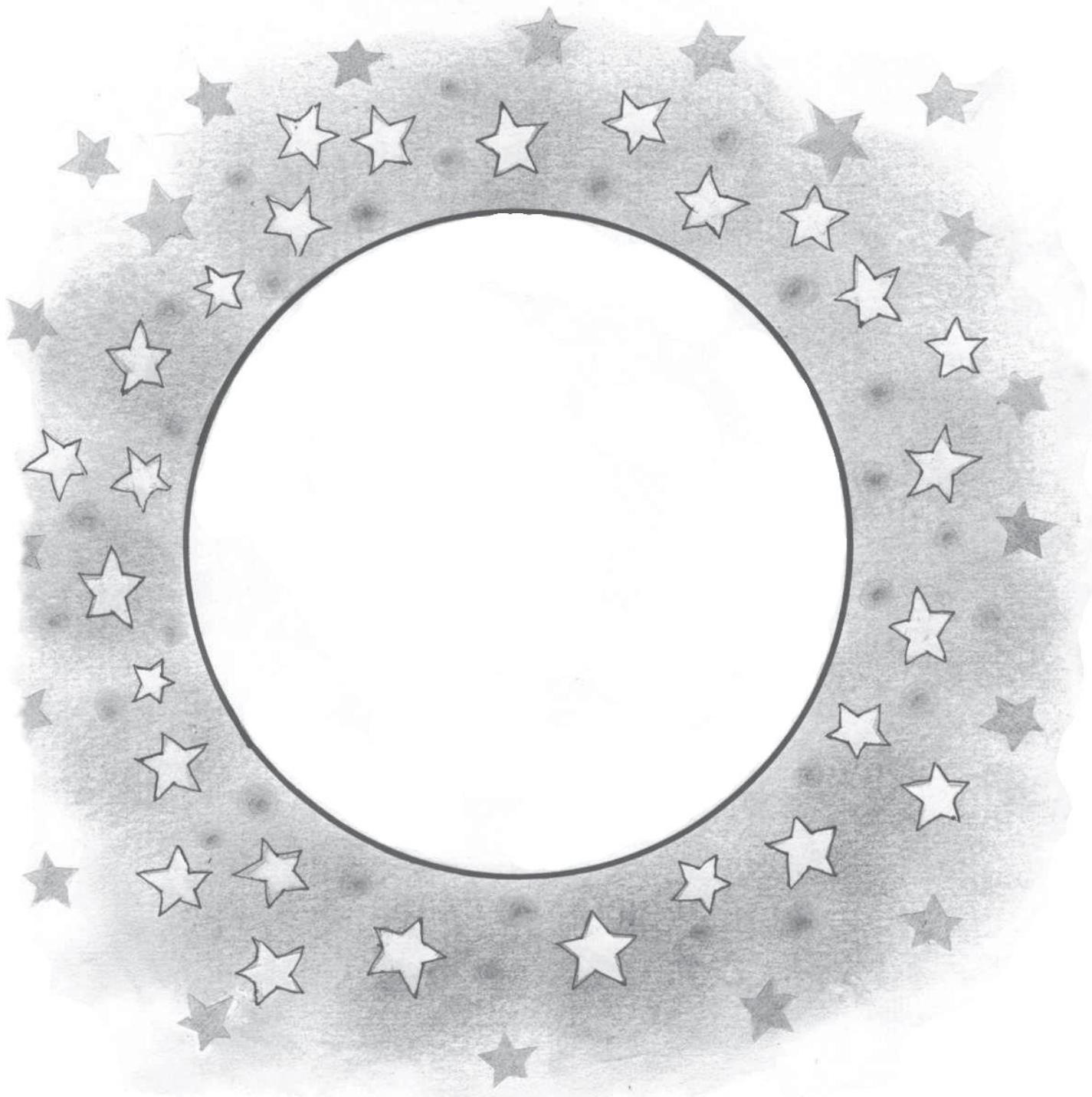
Тут-то его и повстречал мой друг-капитан (который тогда был еще мальчиком), и они стали неразлучными товарищами, а через несколько лет отправились в свое первое кругосветное плавание... Но это уже другая история.

Вопросы для обсуждения:

- Как помогли мечты куску пенопласта?
- Что значит «очень сильно мечтать»?

Задание 3. Расскажи о своей мечте, которая является целью твоей жизни.
Нарисуй рисунок.

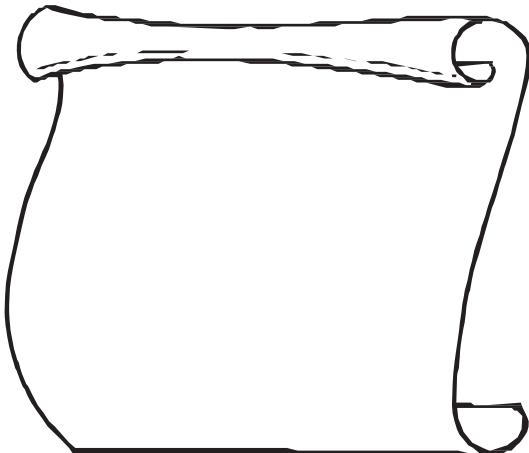
А ЭТОМОЯ САМАЯ ЗАВЕТНАЯ МЕЧТА



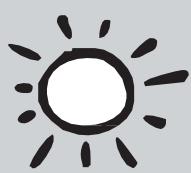
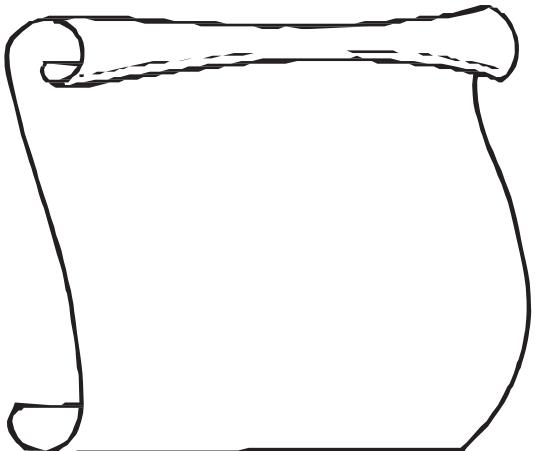
Занятие 4. Мои возможности

Задание 1. Подумай, что у тебя сегодняшнего есть для осуществления твоей мечты. Что ты умеешь? Какими качествами характера обладаешь?

Лучше всего я умею



Я не очень хорошо умею



Раскрась зелёным цветом квадратики рядом с теми чертами характера, которые у тебя есть. Красным цветом раскрась кружки рядом с чертами характера, которые ты хочешь иметь.

скромность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
гордость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
хитрость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
жизнерадостность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
нерешительность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
трудолюбие	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
самостоятельность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
грубость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
неуверенность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
смелость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
лень	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
общительность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
вежливость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
осторожность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
честность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
доброжелательность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
злость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
доброта	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
обидчивость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
аккуратность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
щедрость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
жадность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
заботливость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
завистливость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
сдержанность	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
чуткость	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>



Задание 2. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Про мальчика Неудоба

В стране Сувориши, там, где суровый климат и люди весь год ходят в толстых шубах и шапках, жил один народ. И то ли очень суровый климат влиял, то ли по какой другой причине, но жил он скучно и однообразно. Все думали только о том, как бы накопить побольше денег. Когда денег было уже очень много, люди искали способы их потратить: купить что-то подороже или съездить подальше. Потом потихоньку старели и так же тихо уходили из жизни.

Но там же в стране Сувориши жил мальчик, о котором мы сейчас расскажем. Звали его Неудоб, потому что с ним неудобно было родителям и учителям. Вечно он задавал взрослым какие-то странные вопросы, не хотел слушать их мудрых советов, а главное, не хотел он жить скучно и однообразно, а хотел изменяться, хотел развиваться, хотел искать и находить в себе новые возможности, хотел делиться искорками своего внутреннего света с окружающими людьми. Но то ли климат не позволял ему изменяться, то ли мешали люди вокруг него, застывшие в однообразном движении по кругу: заработать, потратить, заработать... И казалось Неудобу, что и сам он здесь не развивается, и пошел он тогда в дальний путь, чтобы найти в других странах людей, которые ему помогут.

В сердце его было много отваги, поэтому он прошел много стран: теплых и совсем холодных, солнечных и звездных. Где-то люди вообще почти не жили, а все делали как во сне: во сне ходили в школу, на работу, женились и так же старились. Где-то, наоборот, жизнь искрилась и бурлила. Каждую секунду люди наполняли чувствами и смыслом. Каждый человек, с которым сталкивала жизнь, воспринимался как ценность, подарок, а общение с ним — как Встреча. Можно сказать, что люди в этой стране «пели» жизнь, а кто не умел петь, тот «танцевал» ее.

А что же наш Неудоб? Он спал вместе со всеми в Сонной стране, искрился в Искрящейся. Когда он уходил оттуда, то чувствовал, что приобрел много знаний, хотя все равно не нашел, как казалось ему, источник своего развития. «Неужели никто и никогда не поможет мне?» — думал он. А однажды странная мысль посетила его: «Ведь сонных людей никто не заставляет спать. У них всегда есть возможность сделать глубокий вздох и проснуться. А «петь» жизнь тоже не всегда просто, ведь очень трудно петь серое утро или мелкий холодный дождь. Так же трудно рассмотреть искренность за дежурной улыбкой Повстречавшегося тебе». И тогда вдруг понял Неудоб, что он уже получил помочь, потому что знает, кто может ему помочь.

Он с сожалением бросил последний взгляд на Искрящуюся страну, помахал рукой Сонной и медленно пошел по дороге к своей стране. Потому что он нашел свой Источник развития, доступ к своим силам, возможностям, целям и



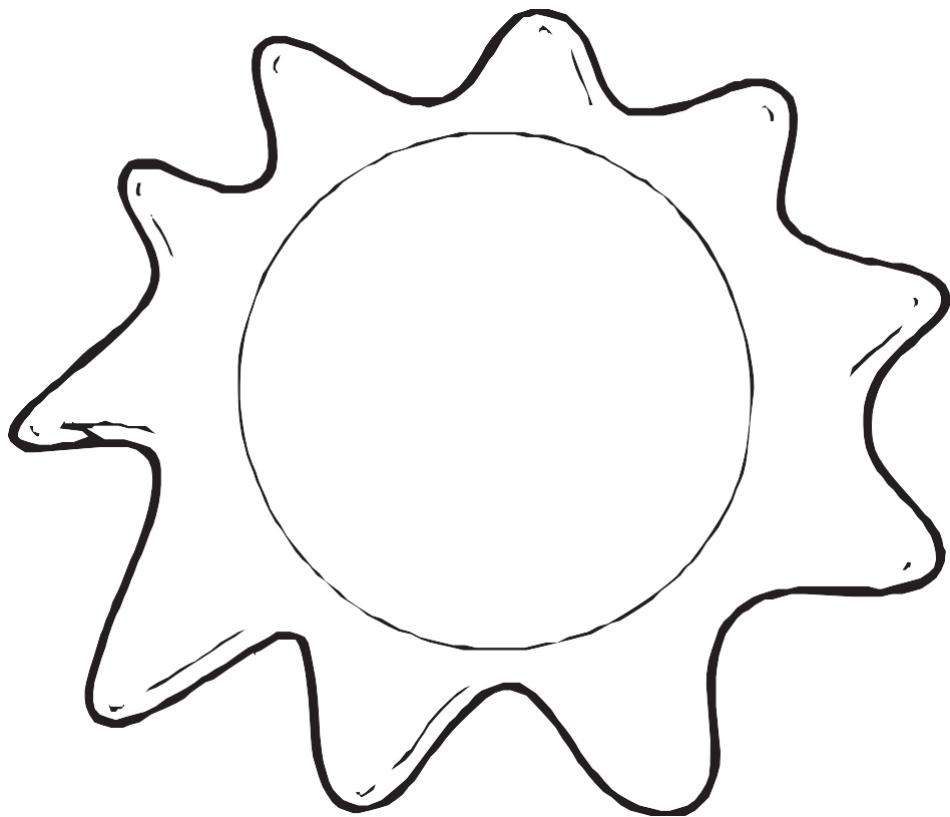
ценностям. И теперь ему очень хочется рассказать об этом другим. Может быть, им тоже захочется найти свой источник. А если очень сильно захочется, значит, они тоже его обязательно найдут.

Вопросы для обсуждения:

- Какой источник своего развития нашел Неудоб?
- Почему важно найти именно внутренний источник развития?
- Что будет с человеком, если он не захочет развиваться?

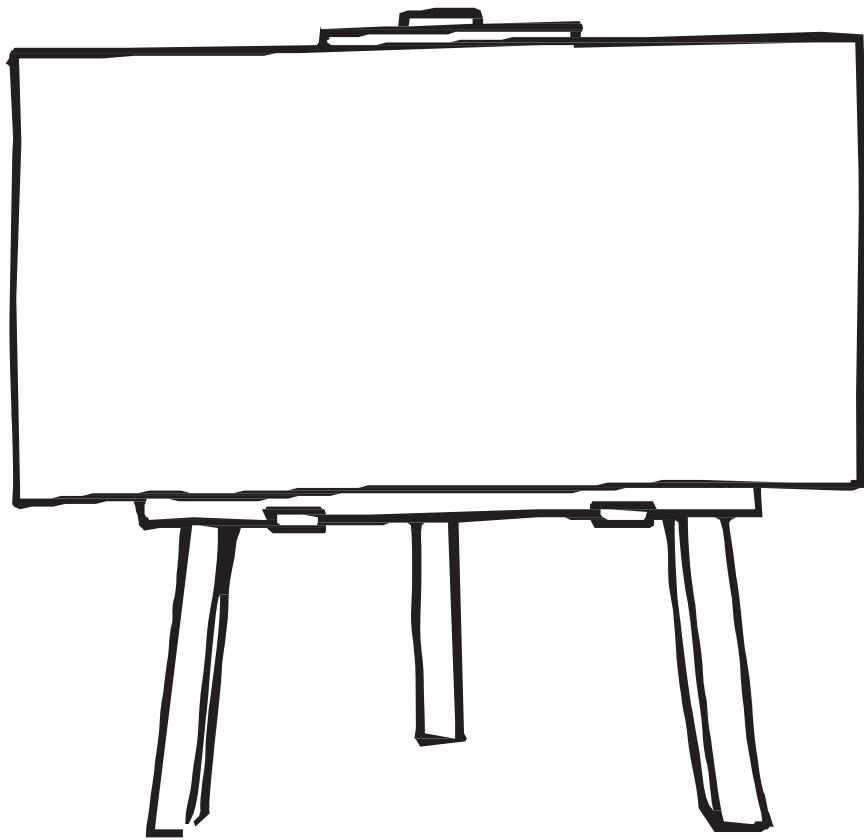
Задание 3. Поразмышляй о возможностях своего развития.

Больше всего на свете я хочу научиться



Вот что мне для этого нужно





Занятие 5. Мой жизненный опыт

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка о Дрюпе Дрюпкине

В далекой-далекой Солнечной системе, на далекой-далекой планете Земля, в одном далеком и большом городе жил Дрюпа Дрюпкин. Как жил? Да по-разному. Но считал он себя не очень счастливым, слишком уж часто с ним что-то нехорошее само собой случалось. То в столовой его любимый суп с цветной капустой прольется, то на любимом уроке географии любимая учительница «три» поставит, то любимый друг Пустель Пупкин с ним поругается. А то как-то сидел Дрюпа на стуле в своей комнате, просто сидел — и свалился на пол. Да больно так! Аж искры из глаз посыпались! Открыл Дрюпа глаза и вдруг голосок чей-то услышал:

- И не надоело тебе, Дрюпон, так жить?
- Ты кто? — испугался Дрюпа.
- Я — твоя шишака, — пропищал голосок.

Подскочил Дрюпа к зеркалу: синяк под глазом, царапина на шее и такой огромный «шишак» на затылке, что действительно глазками подмигивает.

- Тебе надо измениться, Дрюпич!
- Да я уж изменился, куда больше! Увидишь в темноте — испугаешься, — вздохнул Дрюпа.
- Нет, Дрюпа, не так. Тебе нужно почаще выполнять уроки жизни.
- Да у меня и так жизни нет от школьных уроков!
- Слушай меня, Дрюпкин. Слушай и благодари. Тебе нужно учиться у неприятных, трудных ситуаций. Тогда сразу поумнеешь, а иначе скоро из Дрюпы тебя переименуют в Большого Шишака.

Дрюпа от такого нахальства собственной шишаки дар речи потерял, а когда нашел — шишаки уже не было. И синяка под глазом, и царапины на шее.

Но появился зато резвый младший брат Купер-Персик. И не просто появился, а тут же Дрюпкину карандаш сломал. Хотел Дрюпа ему двинуть, но остановился. Может, на Купер-Персике жизни поучиться? Посидел и подумал: «А может, пожалеть Персика для разнообразия?» Тут мама пришла с работы и, как всегда, с претензиями: «Собаку не выгулял. Купера обижал». Хотел Дрюпа, как

всегда, обидеться, а потом подумал: «Может быть, жизни поучиться и попробовать понять маму?»

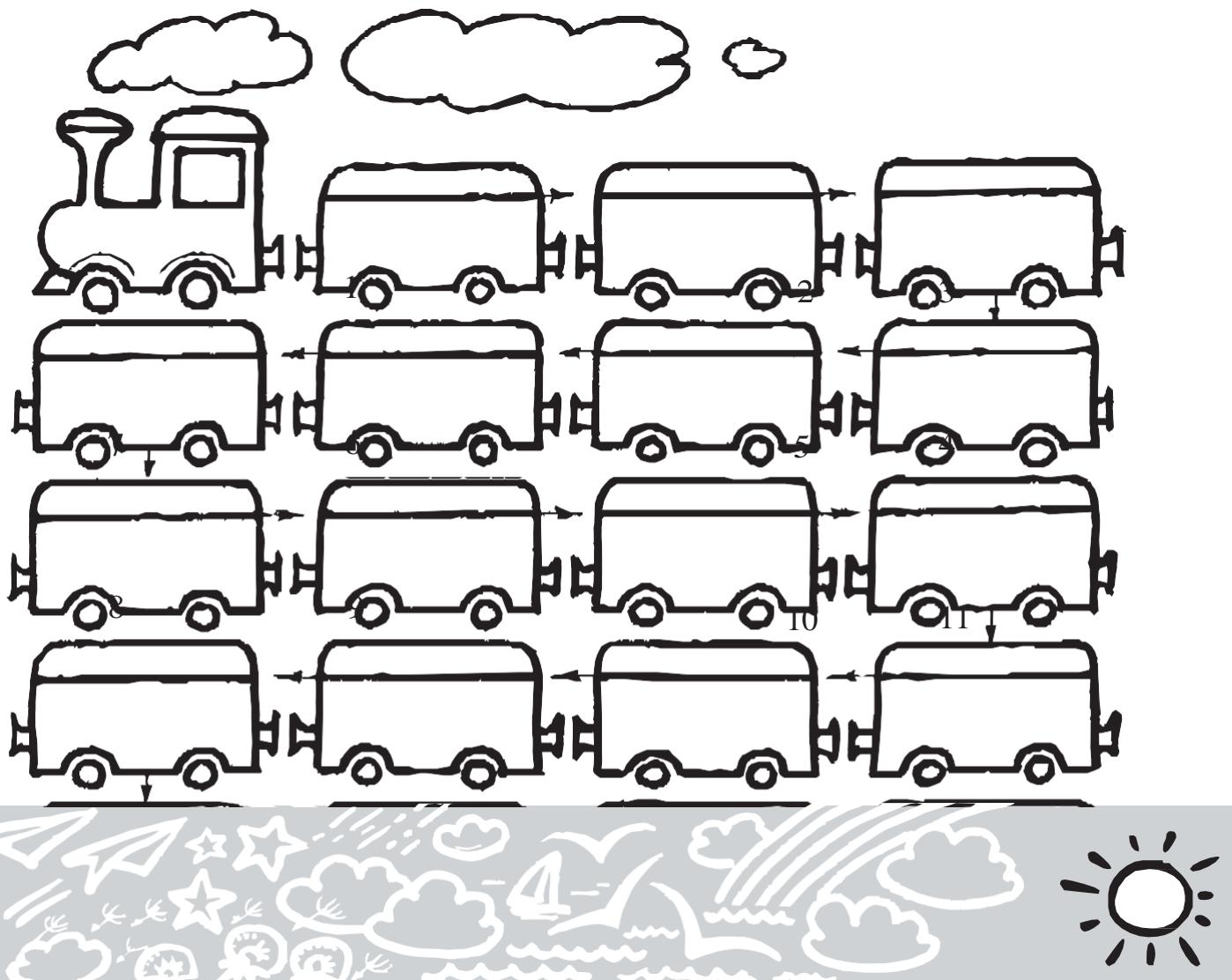
Не хочется длинно рассказывать о Дрюпе — вы ведь и так уже все поняли. Понравилось Дрюпе выполнять уроки жизни, понравилось ему изменять себя. Ну и жизнь его, конечно, изменилась к лучшему. Какой она стала? Это вы тоже лучше меня знаете, какой должна быть жизнь у человека, чтобы он чувствовал себя счастливым.

Вопросы для обсуждения:

- Почему Дрюпа не считал себя счастливым?
- Что значит «уроки жизни»?
- Приходится ли тебе иногда выполнять не только школьные уроки, но и уроки жизни?
- Каким, на твой взгляд, стал Дрюпа, когда вырос, когда школу закончил?

Задание 2. Заполни схему, записав в прямоугольниках, соответствующих годам твоей жизни, значимые события прошлого, настоящего и, возможно, будущего.

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ В ЖИЗНИ

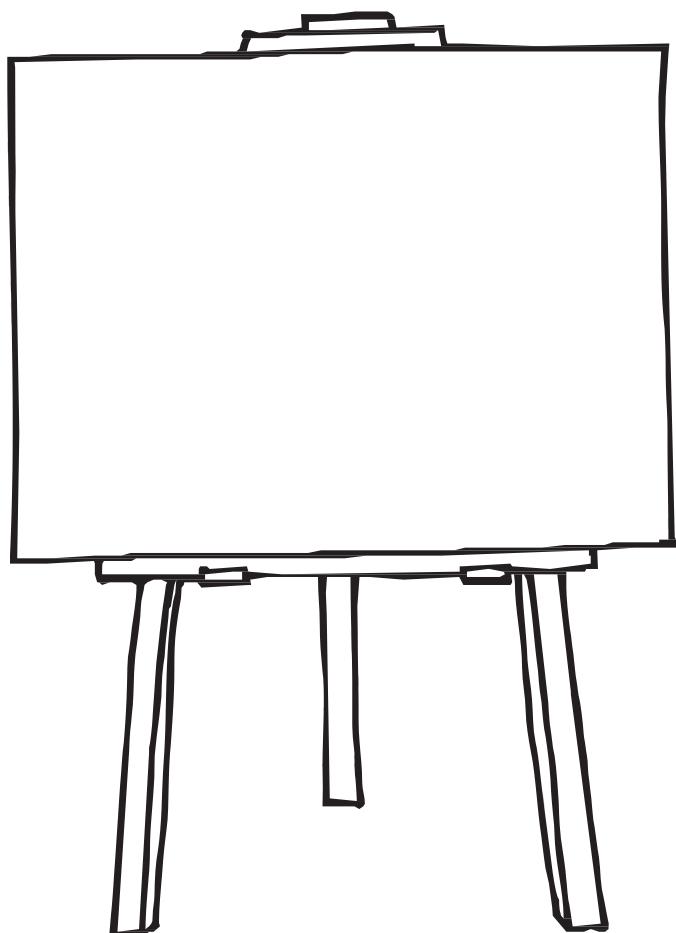


Занятие 6. Мои родители

Задание 1. Расскажи немного о своих родителях.

ЭТО наша МАМА

Ее зовут _____

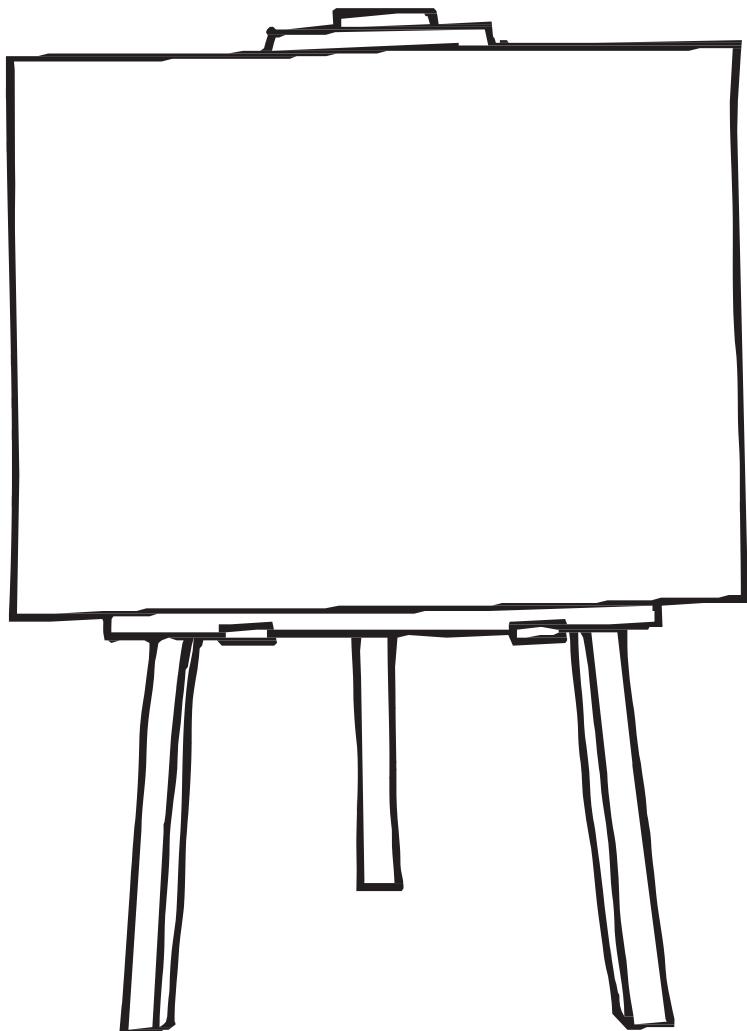


У мамы чаще всего бывает такое лицо

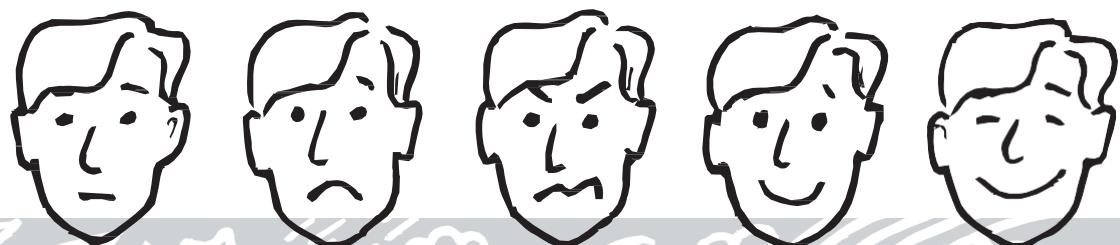


ЭТО наш ПАПА

Его зовут _____



У папы чаще всего бывает такое лицо



Задание 2. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Облачко

В далеких жарких странах живут прекрасные птицы, которые называются Фламинго. Днем они гуляют, гордо вышагивая по берегу реки, а вечером, когда солнце катится к горизонту, они взлетают к небу и парят под облаками. Закат окрашивает их розовые крылья в багровый цвет, и любой, кто видит это зрелище, никогда его не забудет.

Тебе интересно узнать, откуда появились Фламинго? Тогда слушай.

Жило-было маленькое Облачко. Оно, как и каждое облачко, целый день летало по небу с другими облаками туда, куда дул ветер, и ему это нравилось. Но больше всего на свете Облачко любило смотреть на закат.

Однажды мимо Облачка пролетали маленькие цветные птички. Они были очень красивы, и Облачку захотелось полетать с НИМИ, посмотреть на закат поближе, и оно решило поговорить с птичками.

— Куда вы летите? — спросило Облачко.

— Мы птички, куда хотим — туда и летим, — сказала одна из них.

— Да, да, — сказала другая. — Мы можем летать, куда нам хочется.

— Возьмите меня с собой, — попросило Облачко.

— Ха-ха-ха, — засмеялись птички, — да ты же не умеешь летать, и у тебя это никогда не получится. Ты просто маленькое глупое облако, которое летит туда, куда дует ветер. — Так сказали птички и улетели прочь.

Облачку стало очень грустно. Потянулись серые дни. Оно больше ничему не радовалось и только медленно и лениво передвигалось по небу. Оно почти ни с кем не разговаривало и все время думало: «Какое я несчастное, неуклюжее, серое облако. Я даже не умею летать». А ночью ему снилось, что маленькие разноцветные птички порхают вокруг него, смеются и дразнят: «Маленькое, глупое, неуклюжее, серое облако!»

Однажды вечером, когда приближался закат, Облачко, как всегда, летало по небу и, задумавшись, не заметило, что давно отделилось от других облаков и его гонит уже совсем другой ветер. Когда оно это заметило, то не стало сопротивляться.

«Какая разница? — подумало Облачко. — Я ведь все равно не умею летать самостоятельно, буду одиноким серым облаком».

Солнце уже окрасило небо в розово-красные тона, как вдруг невероятно сильный ветер подхватил Облачко и очень быстро понес к самой большой горе. Это был очень-очень сердитый ветер.

— Как ты посмел забраться на мою территорию?! Вы, облака, только мешаете нам — ветрам. За это я разобью тебя о скалу! — сказал ветер.

Облачко попыталось оправдаться, сказать, что его сюда занес какой-то случайный озорной ветерок, но сердитый ветер не хотел ничего слушать. Облачко подумало: «Ну и пусть я разобьюсь о скалу, я все равно никогда не смогу летать!»

Ветер нес его с огромной скоростью, скала была все ближе и ближе. Облачко решило последний раз посмотреть на закат. Ему показалось, что сегодня закат особенно красив.

«Неужели я его больше не увижу? — подумало Облачко и испугалось. Ему очень захотелось жить и видеть закат каждый день. — Что же мне делать? Надо попробовать улететь от ветра!»

В этот момент ветер со всей силы кинул Облачко в скалу. Облачко оттолкнулось и попыталось улететь, но ветер схватил его и опять швырнул в скалу. Облачко подумало: «Мне надо постараться, у меня обязательно получится!» Оно опять оттолкнулось и попробовало улететь. Ветер снова схватил облако, разогнался и кинул его на скалу. «У меня все получится. Я не сдамся!» — решило Облако и почувствовало себя невероятно сильным. Оно собрало все свои силы, оттолкнулось и взмыло в небо. Оно постаралось вытянуться как птица. Ветер сначала растерялся, но спустя секунду опять погнался за ним. Облако старалось лететь скорее, оно тянулось за уходящими лучами солнца. Оно подумало: «Вот бы сейчас крылья, я бы улетело прочь от ветра». И вдруг у Облачка появились крылья. Оно превратилось в прекрасную белую птицу и полетело очень быстро. Ветер не успевал за птицей, начал отставать, устал и перестал за ней гнаться. Произошло чудо, потому что Облачко столкнулось с волшебной Скалой Желаний, о которую мечты либо разбиваются, либо становятся реальностью.

Облачко думало: «Это же настоящее чудо: я — птица, я могу летать, я могу летать, я могу полететь к самому солнцу!!!» Ему было легко, хорошо и очень весело. Оно никогда не видело закат так близко. Вечернее солнце окрасило его перья в розовый цвет. Маленькие цветные птички, увидев его, сказали: «Какая красивая птица, и как хорошо она летит!»

Маленькое серое облако превратилось в прекрасную розовую птицу, которую люди назвали — Фламинго.

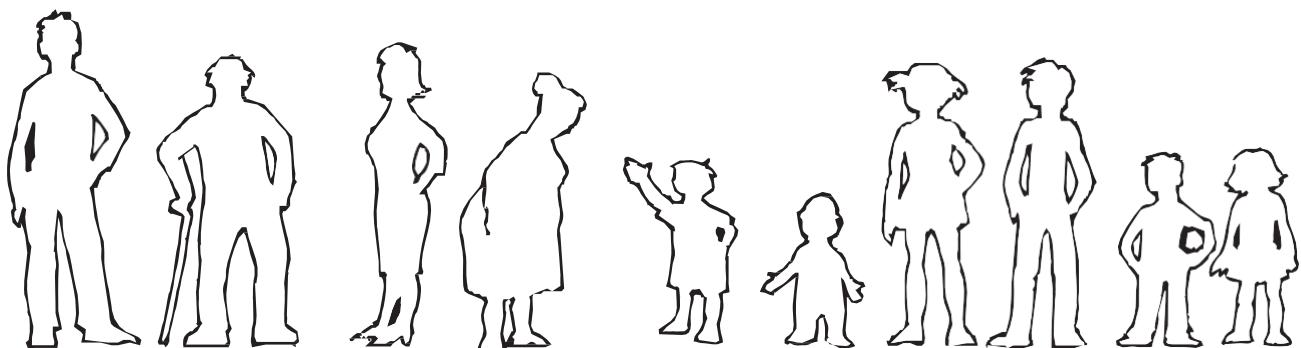
Вопросы для обсуждения:

- Почему грустило Облачко в начале сказки?
- Что оно думало о себе?
- Какие мысли помогли ему победить ветер?
- Что бы ты загадал, если бы встретился со Скалой Желаний?

Каждый человек, и ребёнок, и взрослый, могут из серой, печальной или мрачной тучки, превратиться в лёгкое белое облачко, прекрасное и гордое, как птица. Нужно только стремиться к солнцу, несмотря на сердитые встречные ветра.

Занятие 7. Мои родные

Задание 1. Раскрась силуэты, которые ты относишь к своей семье. Нарисуй свою семью



МОЯ СЕМЬЯ



Какое ещё название можно дать этой картине?

Где находится твоя семья?

Что ещё ты можешь рассказать о своей картине?

Занятие 8. Общение в семье

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Принц Эдгар

— Опять ты испортил свой новый костюм! — кричала королева-мать.
— Ты даже не можешь постоять за себя! — ворчал король-отец.
— Недотепа, недотепа! — говорили старшие братья. — Ты ни на что не годен!

И так было каждый день. Эдгар был принцем, но все равно ему часто бывало грустно. Отец-король постоянно был занят важными делами, королеве-матери приходилось следить за всем дворцовым хозяйством, старшие братья были заняты учебой и спортом и готовились стать достойными преемниками короля. И только Эдгар, по общему мнению, ни к чему не был способен.

Эдгар не очень-то любил свою комнату, ему больше нравилось проводить время в дворцовом саду — так легче было не попадаться на глаза домочадцам, чтобы лишний раз не раздражать и не расстраивать их своей праздностью. В саду шелестели листья, стрекотали кузнечики. Цветочные поляны дышали ароматом, а легкий ветерок на закате, казалось, нашептывал принцу ласковые слова.

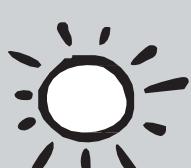
Часто его долгие прогулки заканчивались очередной взбучкой. Эдгар очень страдал, думая о своей никчемности. Он всегда надеялся на то, что наступят лучшие времена, но пока что ему было очень грустно.

Но вот однажды над королевством нависла угроза гибели. Приближалось неминуемое Зло. Как его победить? Король собрал семейный совет. Предлагались разные способы уничтожения Зла. Только Эдгар сидел и молчал. Он думал о том, что Зло можно победить только с помощью Добра и Любви. Но он не решался высказать свое мнение, боялся, что его не поймут и осмеют, как всегда. И все-таки он набрался смелости и сказал то, о чем думал:

— Чтобы победить Зло, нам нужно всем обняться, простить друг другу все и почувствовать, как мы любим друг друга.

Конечно, никто не воспринял это всерьез. И было принято решение уничтожать Зло при помощи оружия.

Но чем больше пытались победить Зло оружием, тем больше и сильнее становилось Зло; казалось, вот-вот оно охватит весь мир. Предчувствие неминуемой гибели росло. И вот король собрал всех родных, чтобы проститься друг с другом перед лицом смерти. И тогда произошло чудо. Король-отец, королева-мать, братья и Эдгар — все почувствовали, как они дороги друг другу, как сильна их любовь. Обиды отступили. Все прошли друг у друга прощения за



то, что порой бывали несправедливы и невнимательны, но их объятия были красноречивее любых слов. Все плакали и прощались друг с другом.

И вдруг за окном появилась радуга невиданной красоты. Как темная туча, налетело Зло, но радуга встала на его пути. Столкнувшись с ней, Зло разлетелось на тысячи мелких осколков, которые, падая на землю, окрашивались в радужные цвета и превращались в цветы. Слезы горя стали слезами радости.

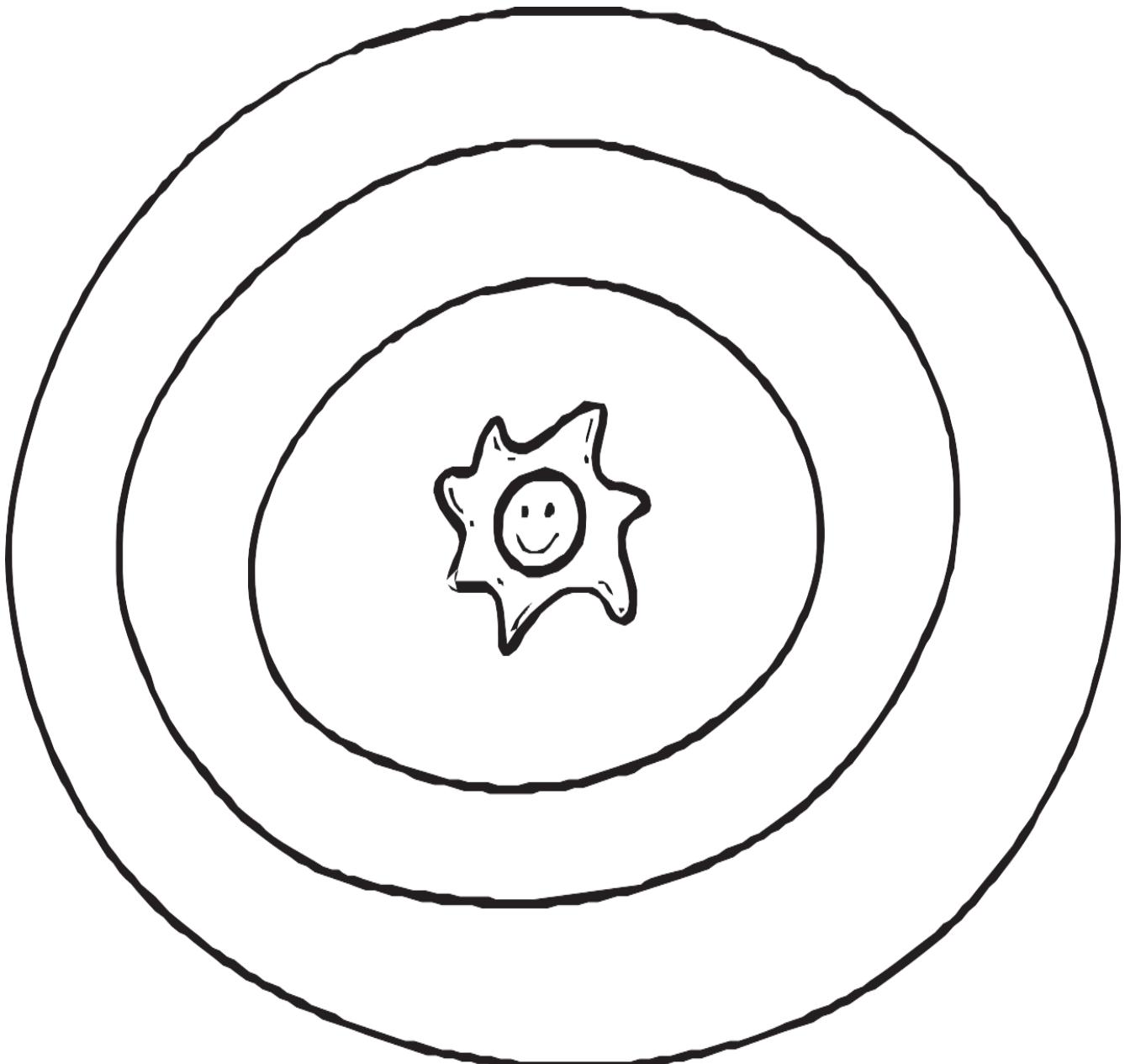
Король и вся семья благодарили принца Эдгара. Все стали относиться к нему с уважением и больше не считали его недотепой. Во дворце царили любовь и взаимопонимание. Наступили счастливые дни, и королевство с тех пор процветало.

Вопросы для обсуждения:

- Как относились к Эдгару и друг к другу его родные до встречи с неминуемым Злом?
- Как Эдгар чувствовал себя в такой семье? Что думал по этому поводу? Что делал?
- Почему Зло не удалось победить при помощи оружия?
- Считаешь ли ты, что и в жизни Любовью можно победить Зло?

Задание 2. Представь себе, что твоя семья – это Солнечная система. В центре – солнце. Это ты. Подпиши и раскрась его. Вокруг солнца по трём орбитам перемещаются другие планеты. Это члены твоей семьи. Нарисуй планеты и подпиши их. На первой орбите – люди, с которыми ты в самых близких отношениях, на второй – просто в хороших, а на третьей, самой удалённой от солнца, – те, с кем у тебя сложные отношения. На каждой орбите ты можешь нарисовать несколько планет.

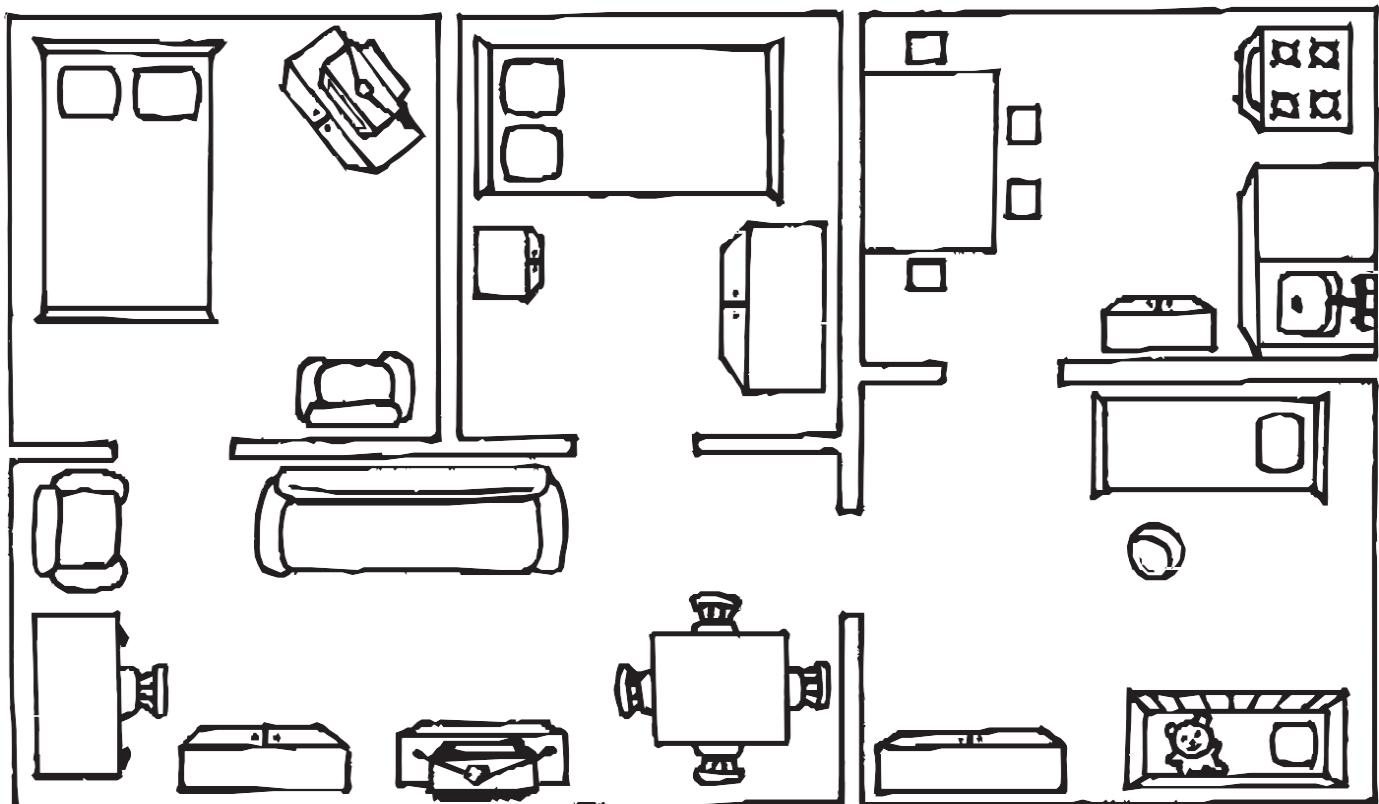




Занятие 9.

Конфликты в семье

Задание 1. Внимательно рассмотри план. Тебе нужно расположить в этой «квартире» членов своей семьи. Подумай, кто где будет находиться, и напиши имена на плане там, где считаешь нужным.



Раскрась разными цветами свою, чужую и общую территории.
Внизу обозначь, каким цветом ты раскрасишь каждую территорию.
Кто в вашей семье занимает больше всего места? Как вы договариваетесь об использовании общей территории?

Занятие 10.

Злой клоун

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный

Жил однажды на земле волшебный мячик. Одна половинка его была темно-коричневой, а вторая — нежной. Как это нежной? Дело в том, что мячик наш был не простой, а волшебный. И нежная его половина становилась нежно-золотистой, если в душе поселялся солнечный свет; нежно-голубой, если он думал о любимых клумбах с цветами; нежно-розовой, если он мечтал о любви.

Но однажды что-то с ним произошло, и стал он потихоньку прятать от окружающих свою нежную сторону, потому что очень болезненными казались ему даже самые безобидные насмешки друзей, очень болезненными самые маленькие «уколы» со стороны взрослых. Все чаще он поворачивался к людям своей коричневой стороной, которая со временем становилась все более темной. А те люди, которые познакомились с мячиком совсем недавно, даже и не знали, что он не сплошь темный, потому что видели от него только удары, наблюдали только его странные поступки, не понимали, что он на самом деле хочет не обидеть их, а всего лишь заявить о себе. «Я существую, заметьте меня, обратите на меня внимание!» — даже не говорили, а громко кричали эти странные поступки. А взрослые называли их грубым нарушением поведения, стыдили, вызывали родителей.

И тогда мячик принял решение: «Раз они меня не любят, я вообще никогда не буду показывать им свою нежную сторону, буду все время коричневым. Пусть считают меня плохим, если им так этого хочется».

Шло время. Сверстники и учителя привыкли, что среди них находится темно-коричневый мячик. Даже родители только иногда вспоминали, что когда-то в прошлом он мог быть нежно-золотистым, нежно-голубым, нежно-розовым. А потом... потом сам мячик забыл, каким он был прежде.

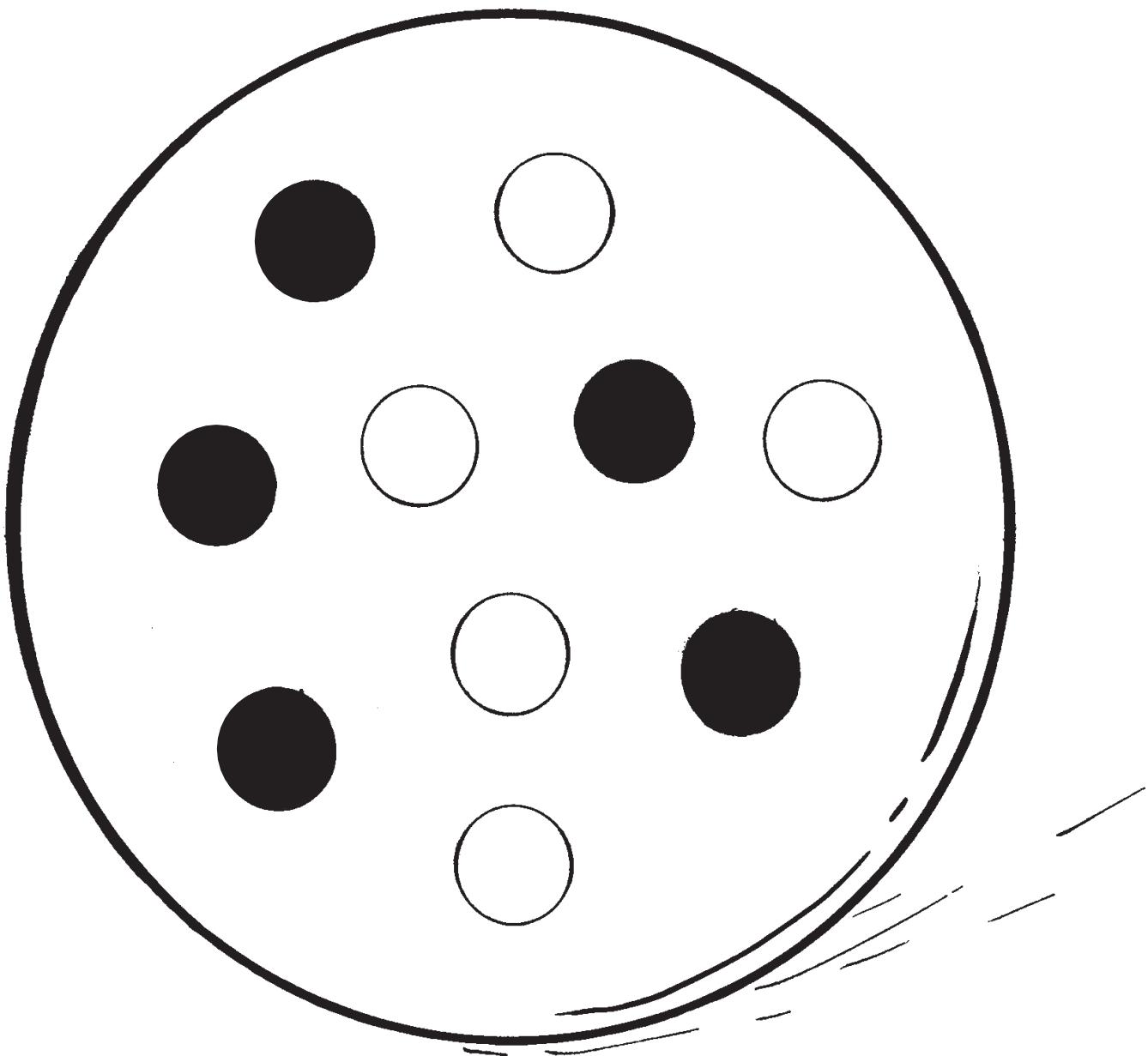
Но вот наступила весна. Она заявляла о себе набухшими почками и прорывавшимся сквозь облака солнечным светом. И это было уже не зимнее солнце, потому что оно заставляло восхищаться всем существующим, любить все окружающее, дарило веру в сказку, в волшебство. «Волшебство, волшебство, — задумчиво перебирал эти слова в памяти мячик. — Но разве волшебство меня касается?» — Вспомнил! — вдруг воскликнул он. — Я же волшебный! И мячик начал искать себя, свои нежные стороны. Удивляясь, он открывал в себе на той самой, нежной стороне щедрость и добродушие, кротость и улыбку.



Вопросы для обсуждения:

- Как получилось, что мячик забыл о своей светлой (нежной) стороне?
- Как понять слова «мячик начал искать себя»?
- Почему нужно быть готовым к узнаванию самого себя?

Задание 2. Представь, что волшебный мячик – это ты. Какие твои качества, если позволить им разрастись, могли бы сделать тебя коричневым? Напиши их названия рядом с тёмными пятнышками на «мячике». Какие твои качества не позволяют тебе становиться тёмным? Напиши их названия рядом со светлыми пятнышками.



Занятие 11. Невидимка

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка про Крича

Ты, наверное, как все люди, любишь солнечные весенние дни. Ты идешь по улице, замечаешь почки на деревьях, которые вот-вот расцветут пышной зеленью, любуешься голубым небом и наслаждаешься той свежестью и сладостью воздуха, которая бывает только ранней весной. Пробуждение новой жизни вызывает внутри тебя какие-то новые чувства и... радость.

Но без чего не бывает всего этого? Ты ведь не только видишь, но и слышишь, и без звуков жизнь казалась бы тебе не такой интересной.

Неотъемлемая часть весны — пение птиц. Совершается маленькое чудо, когда птицы поют, — это звучание природы, которая пробуждается после молчаливой зимы.

Ты, должно быть, знаешь, что соловей всегда был символом этой музыки. Но не всегда соловьи пели с наступление весны. Когда-то давным-давно, когда солнце еще не было таким ярким, трава такой зеленой, а небо таким голубым, на земле жила семья соловьев. Они были яркими. Их оперение поражало разнообразием цветов. Они летали в поднебесье, демонстрируя всем существам земным, как они прекрасны, и они действительно были прекрасны. Соловушки любили друг друга и вместе свили замечательное гнездо. Но они не чувствовали потребности петь: у них было прекрасное оперение, и не было необходимости привлекать к себе внимание еще каким-то способом.

И вот в один хмурый серый день появился на свет в их гнездышке маленький птенчик, вылупившийся из яйца. И случилось что-то невиданное: он закричал, как показалось его родителям; но ты бы понял, что он запел. Все птицы очень удивились, что птенец поет, но еще больше удивились, когда увидели, что оперение его было серое — ни одного яркого перышка, ни одного разноцветного пятнышка. И этот маленький комочек издавал непривычный для птиц звук. С этого момента жизнь среди птиц стала для малыша невозможной. Его прозвали Кричалкой и выгнали из пернатой общини. Страшно было остаться в одиночестве, и он попросился обратно, но его пустили только с условием, что он никогда больше не будет издавать такие звуки. Кричалка согласился.

Шло время. Птицы забыли о том, что он мог петь, имя его сократилось до «Крича», и лишь перышки напоминали окружающим, что он был не таким, как другие. Он и сам забыл, что мог петь; лишь когда восходило солнце, в его груди сердце билось так сильно, что хотелось что-то сделать, что могло бы стать прекрасным ответом великолепному солнцу. Кричу было плохо, очень плохо, потому что ему нельзя было ответить. Все сильнее и сильнее тосковал

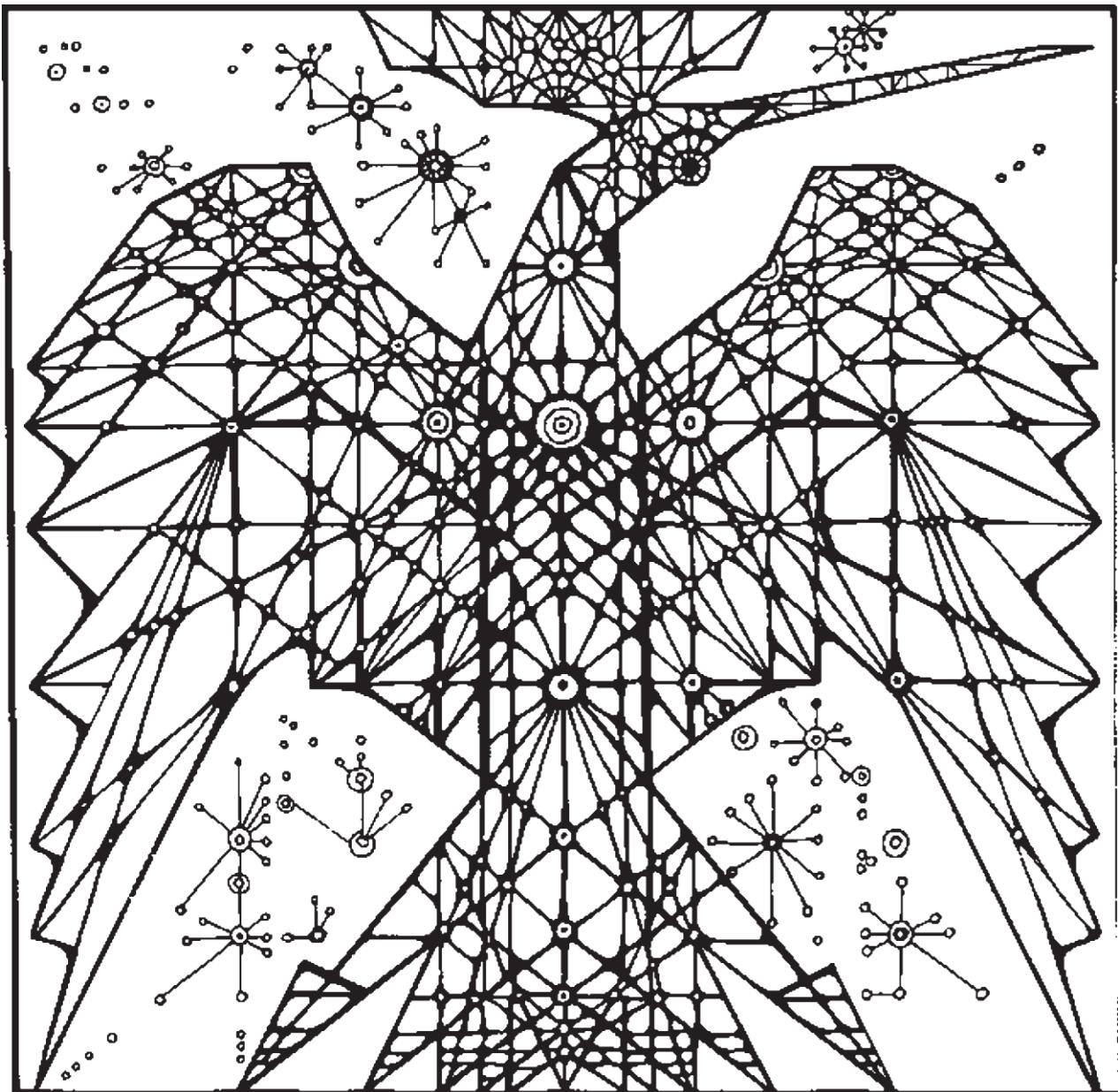
он по пению, все труднее и труднее становилось Кричу в этой пестрой, но молчаливой птичьей общине. Он не мог больше так жить. Ведь жизнь нужна для счастья, для того чтобы существо могло понять, как прекрасна жизнь, как удивительна. И однажды, когда Крич, по обыкновению, наблюдал за восходом, он понял, что, если он сейчас не запоет, его жизнь останется такой же, как и его оперение. И он запел и разбудил своих сородичей. И они услышали прекрасное пение, именно пение, а не крик птенца. Оно переливалось, тон причудливо менялся как жизнь. Музыка захватила птиц. А Крич пел долго и красиво. Вся природа притихла, слушая его прекрасный голос. А потом он замолчал и улетел. Он летел долго, направляясь на восток, и каждый день он пел, оживляя природу своим голосом. И в один прекрасный день он встретил таких же маленьких птичек, с самым неприметным оперением, и они приняли его в свою стаю. И он был счастлив. Он нашел свой Путь в жизни, сумел понять себя.

Вопросы для обсуждения:

- Почему птицы дразнили Крича?
- Почему Крич всё-таки запел?
- Что значат слова «он нашёл свой Путь в жизни, сумел понять себя»?
- Поможет ли понимание себя понимать других людей?

Задание 4. Раскрась цветными карандашами изображение **ПТИЦЫ-СЧАСТЬЯ**.





Занятие 12.

Когда мне стыдно

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Перчатка

В старом шкафу с большими зеркалами и скрипучими выдвижными ящиками жили разные вещи. В одном из ящиков лежали две вязаные перчатки. Их положила туда до будущей зимы хозяйка, связав вместе, чтобы не потерялись. Перчатки были теплые, почти новые; зимой в них было тепло и уютно. Разница между ними была только в том, что одна была левая, а другая — правая.

Правая Перчатка часто носила сумки, открывала все двери и оттого чуть больше износилась. Левая же носила часы, иногда браслеты, а иногда поверх нее надевали колечко с бирюзой. Левая Перчатка была щеголиха, она чувствовала себя самой изысканной и элегантной из всех левых перчаток! Ко всем соседям по ящику она относилась свысока. Но больше всего ее возмущало, что пару ей составляет такая грубая, жесткая натура, как ее сестра — Правая Перчатка.

«Как ты можешь так жить? — говорила Левая Перчатка Правой. — Ты работаешь целыми днями, постоянно касаешься грязных денег, трогаешь все без разбору, а потом смеешь лежать рядом со мной! А я веду светскую жизнь — кому-то махну рукой, на что-то укажу пальчиком, но никогда не ношу тяжелых сумок и, уж конечно, гораздо чище тебя! Зачем ты мне нужна? Мне и без тебя хорошо!» Не успела Левая Перчатка договорить, как ящик шкафа открылся. Хозяйка извлекла перчатки наружу, надела их на руки и отправилась на улицу. Там было прохладно, падал снег. Хозяйка долго гуляла, и Левая Перчатка то и дело вздрагивала, когда Правая похлопывала или теребила ее без надобности. Наконец обе оказались в кармане пальто: хозяйка подходила к магазину. И тут Левая Перчатка не выдержала. Она ловко выпрыгнула наружу, крикнув напоследок: «Прощай! Я больше не хочу жить рядом с такой замарашкой! Отныне нам не по пути. Я скорей наверняка займу какое-нибудь почетное место в другом доме!»

Перчатка упала на тротуар. Она еще не знала, что одна она никому не нужна. Наутро, когда солнышко осветило город, какой-то прохожий поднял ее, повертел в руках... «Это моя судьба», — подумала Перчатка, но ошиблась: прохожий повесил ее на сучок дерева. Она провисела там три дня, утешая себя тем, что так и должно быть: все великие Перчатки начинали именно так!

Но вот на ней появились сосульки, она обледенела внутри и снаружи. Тогда ею заинтересовалась пролетавшая мимо Ворона. «Наконец-то! — с облегчением вздохнула перчатка. — Не зря я здесь висела.

Но у Вороны были другие планы. Она схватила Перчатку, потрясла ее,

сбивая сосульки, и потащила к себе в гнездо. Сообразив, в чем дело, Перчатка вырвалась из ее когтей и упала прямо в сумку старьевщика. Старьевщик удивился, но, повергнув Перчатку в руках, взял ее с собой.

«Вот теперь я почти дома, — думала про себя Перчатка. — Сейчас меня выстирают, выгладят, и я опять буду как новая».

Но дома Перчатку бросили в кучу старых вещей. Перчатка была огорчена: она начинала понимать, какой ошибкой было сбежать от хозяйки. Старые вещи вокруг нее поговаривали о том, что ее скоро распустят на нитки и сматывают в клубок. Она этого очень боялась, поскольку для нее утратить свою элегантную форму было равносильно смерти. И она впервые позавидовала своей сестре — Правой Перчатке, которая лежала в теплом уютном шкафу.

Левая Перчатка готова была выполнять самую грязную работу, лишь бы не лежать здесь на холодном полу и не слушать сплетен старых вещей.

Перчатка предавалась своим печальным размышлениям, как вдруг послышалось знакомое рычание, и крепкие зубы сцепили ее. Это была собака прежней хозяйки!

Собака выскочила из лавки старьевщика и, пробежав еще немного, бросила Перчатку прямо к ногам хозяйки. Перчатка была довольно-таки грязная и изорванная, но хозяйка узнала ее, подняла, отряхнула и положила в карман.

Теперь Левая Перчатка, выстиранная и заштопанная, опять живет в большом шкафу, дружит с Правой Перчаткой и другими вещами. Она даже помогает сестре носить сумки и никогда больше не зазнается.

По случаю возвращения Левой Перчатки в шкафу был устроен праздник. Обе сестрицы — Левая и Правая — веселились всю ночь, пока хозяйка спала. Им было хорошо вместе, и все их друзья радовались за них. Все точно знали: эту дружбу водой не разольешь!

Вопросы для обсуждения:

- Почему Левой Перчатке так хотелось избавиться от правой перчатки? Какое чувство она испытывала? (Чувство неудобства, стыда).
- Переживал ли ты подобные чувства по отношению к кому-либо?
- Что помогло Левой Перчатке изменить свое мнение и отношение к Правой Перчатке? (Жизненные трудности).
- Были ли у тебя трудные ситуации, после которых ты стал по-другому относиться к близким?

Задание 2. Мысленно положи в сундук все свои поступки,
За которые тебе стыдно и раскрась его.



Занятие 13.

Когда я виноват.

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка про еловую шишечку

Говорят, что шишки на елке вырастают не каждый год. Но в тот год на елке около старого карьера выросло очень много шишек, длинненьких, изящных, грациозных. Они весело обсуждали все важные женские вопросы: кто кому нравится сейчас, как красивее причесаться перед субботней дискотекой? И конечно, как и все женщины, шишки были ужасно любопытны. Именно любопытство и подвело нашу Шишечку. В тот год было очень много грибов. Но где искать подосиновик, как не в ельнике?

И вот однажды за грибами пришли мужчина и женщина. Все шишки почувствовали, что что-то не так. Это были не просто грибники. Они ласково смотрели друг на друга. Иногда они поднимали головы к небу, как будто пытались рассмотреть его сквозь верхушки елей. Иногда останавливали свои взгляды на елках, как будто пытались запомнить узор из веток.

— Странные люди, — говорили друг другу шишки. — Ведь они пришли за грибами, почему они смотрят на небо?

А наша Шишечка поинтересовалась:

— А есть ли у этих странных грибников что-нибудь в корзинках? — и стала крутить головой, заглядывая в них.

Но она была очень резвая шишка, и крутилась она резво, поэтому свалилась со своей ветки. Куда? Вы правильно догадались, прямо в глаз грибнику, а потом отскочила в траву.

Он схватился за глаз:

— Ой-ой, как больно!

Шишечка вжалась в одуванчики, только бы он ее не заметил, иначе растопчет. Но грибник оторвал руку от глаза и стал шарить руками в траве.

— Где же она?

Глаз, наверное, сильно болел, потому что грибник не увидел шишку. Но его спутница нашла ее. Грибник не стал топтать шишку. К ее удивлению, он положил Шишечку в карман.

«Бросит в печку», — решила она, но смирилась с этим. Нечего было крутить головой, сама виновата. Еще не то заслужила.

Но дома в печку шишку не бросили. Сначала про нее просто забыли. Выглядывая из кармана, она видела, как грибники что-то едят. А потом грибник достал Шишечку и, к ее превеликому удивлению, приделав ей ножку, поставил на письменный стол. Знаешь, милая, — обратился он к женщине, — пусть эта шишка стоит здесь и напоминает нам о чудесном лесе.

Шишечка от изумления даже приобрела дар речи, хотя обычно от

изумления его теряют.

— Ты простила меня? — обратилась она к грибнику. — Но ведь я так виновата перед тобой.

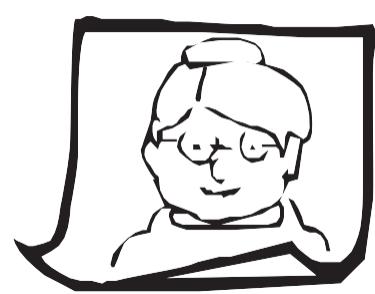
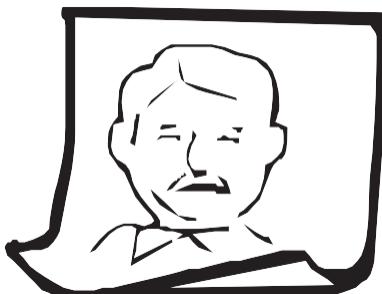
— Я, простила? — удивился мужчина. — У меня нет права ни судить, ни прощать. Я совершил в жизни много ошибок, так же как и все люди. Просто твоя вина кажется тебе неизмеримо большей, чем есть на самом деле. Все люди ошибаются, таков закон жизни человека. И еще наш закон — уметь видеть не только ошибки чужие и свои, но и свет вокруг нас. Свет в каждой еловой шишке, и стволике березы, свет в ночном небе и туманном утре. А главное, в каждом, кто окружает тебя. Но не просто видеть, а говорить: «Я вижу, потому что для людей так важно, чтобы окружающие замечали их свет».

Вопросы для обсуждения:

— Как ты определяешь для себя основной смысл сказки?

— Почему мужчина сказал, что у него нет права ни судить, ни прощать?

ЛЮДИ, КОТОРЫЕ МОГУТ МНЕ ПОМОЧЬ
(раскрась этих людей).



мама

папа

бабушка



дедушка

брать

сестра





друг



учитель



другой



Занятие 14.

Моя ответственность

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе

Однажды Иван Гавриков разозлился на весь белый свет. Все заставляют его что-то делать. В школе — нужно учиться, сидеть смирно, не драться, не толкаться, не плеваться, не болтать, — всего не упомянуть. Дома — опять: учить уроки, делать уборку, посуду за собой мыть. К бабушке в выходные поедешь — и она туда же:

«Повтори английский! Почитай книжку! Совсем ты, Ванечка, мало читаешь, один компьютер, у тебя в голове...»

«Все! Надоело! Вечно я должен что-то делать! Не буду», — твердо решил Иван Гавриков, лег на диван и принял разглядывать узор на обоях и ползущую по стене муху. «Вот мухе хорошо, — подумал он, — свободное она существо!» Долго смотрел он на муху, а потом уснул.

Сон ему приснился очень нравоучительный. Будто мама лежит на кровати и спит, папа в кресле газету читает, а бабушка по телевизору сериалы смотрит. Каждый своим делом занимается, а Ивану есть хочется. А холодильник пустой. Папа денег не заработал — не хотел на работу ходить. Мама из остатков продуктов даже каши не сварила — спать ей хотелось. А бабушка Ивановы брюки не заштопала, так что к пустому холодильнику он в одних трусах бегал.

«Мы решили стать свободными! — заявила мама, когда Иван робко насчет завтрака осведомился. — Отойди, я еще сегодня долго спать буду». Сел Иван в одних трусах на холодный пол и зарыдал — так ему есть хотелось, но делать он все равно ничего не хотел. Так прошел первый день, второй, а на третий приполз Иван к холодильнику, нашел сырую картошку и начал ее грызть. Да еще и с кошкой Муркой поделился. Увидела это мама, стало ей стыдно, и пошла она варить кашу. Папа на работу собрался, а бабушка достала штопальную иглу и надела очки.

И понял Иван Гавриков, что каждый должен что-то делать в меру своих сил, иначе жизнь станет совсем плохая, никчемная.

Открыл Иван Гавриков глаза, посмотрел на муху и сказал: «Эх, муха,

никакая ты не свободная. Свободный человек — это я! Я сам себя заставляю что-то делать, не мама, не бабушка, а я сам!» Так сказал Иван... и потянулся за учебником. Медленно потянулся, неохотно. Потому что это довольно трудно — самому заставлять себя что-то делать.

Вопросы для обсуждения:

- Как ты думаешь, какого человека можно назвать действительно свободным? (Самостоятельного, способного позаботиться о себе и других).
- Можно ли сказать, что свободный человек — это человек ответственный?

Задание 2. Заполни таблицу. В левой колонке запиши те дела, которые ты умеешь делать. Например, чистить зубы, мыть пол. В правой — те дела, которые ты не только умеешь делать, но и делаешь сам без напоминания.

Пример:

МОГУ	ДЕЛАЮ
Чистить зубы	Иду сам чистить зубы
Убирать за собой	Редко убираю комнату без напоминаний

Твоя таблица:

МОГУ	ДЕЛАЮ



Занятие 15.

Когда я люблю

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Как добраться до папы?

Шел дождик. Червячку Игнатию это нравилось. Он ведь был дождевой червячок. А стрекозка Зоя в дождь всегда грустила, что не полетаешь. Правда, в компании с червячком Игнатием было так интересно, что можно было не обращать внимания на дождик. Хотя оно все равно обращалось, но не так уж сильно.

От дождя их прикрывал большой знакомый Лопух.

Друзья разговаривали о детях и взрослых, перебирая, чем одни отличаются от других. И вдруг увидели, как к подъезду дома мчатся папа с сыном. Зонта у них не было (заботливого Лопуха тоже), и они торопились к родной двери, как могли. Сын, вцепившись двумя своими руками в одну папину, перелетал с ее помощью через лужи. Но с одной из них не рассчитал — и плюхнулся в нее.

— Эх ты, зюзя! — сердито крикнул отец.

— Не зюзя, не зюзя!.. — заплакал от обиды мальчик.

Наконец они исчезли за дверью, а червячок Игнатий печально заметил:

— Зря он сына обидел. Несправедливо взрослому обзывать малыша.

— А мне иногда хочется даже, чтобы папа хотя бы обругал меня как-нибудь, — каким-то странным тоном сказала стрекозка, и червячку показалось, что, несмотря на защиту Лопуха, дождик все-таки забрызгал ей глаза.

— Что у тебя с отцом, стрекозка Зоя? — тихо спросил он.

— Ничего... — жалобно ответила она. — Совсем ничего. Когда-то, давным-давно, он сильно обидел маму. Или она на него обиделась. С тех пор она не хочет, чтобы я с ним общалась. Вот и все. Я и сама уже не хочу. Обижена, что он не смог что-нибудь придумать, чтобы по-другому было. Вон он сидит, на меня смотрит. А я не хочу...

— Ты серьезно? — встрепенулся червячок Игнатий. — Где он сидит?

— Вон там...

В самом деле, по другую сторону дорожки, возле которой рос Лопух, стояла скамейка. Под ней, прямо на земле, подрагивал крыльями от сквозного ветерка Зоин папа. Почему-то он показался червячку немного знакомым.

Игнатий повспоминал, подумал и повернулся к Зое:

— А что, если ты прямо сейчас к нему переберешься и поговоришь с ним?

— Нет, нет, — замотала головой стрекозка. — Во-первых, в дождь перелететь невозможно, на полпути крылья намокнут. А когда дождь кончится, папа первый улетит. Он у меня гордый. Он и сейчас делает вид, будто дождик случайно его там застал. А сам все время на меня посматривает.

— Значит, любит тебя, это ясно, — откликнулся Игнатий. — А что, во-вторых?

— Во-вторых, мама на него обижена. Она и на меня обидится, если я с ним разговорюсь. В-третьих, мне обидно, что все у нас так нескладно...

— Послушай, стрекозка Зоя. Насчет того, как добраться до него под дождем, у меня есть хорошая мысль. А вот насчет всяких обид... Ты вспомни, как трудно лететь, когда на крылышки попадет капелька грязи. Пока она не высохнет, пока не стряхнешь ее, очень мучаешься. Обиды, по-моему, — как капельки грязи на крылышках. Постараешься, стряхнешь — и будешь летать свободно. Разве не так?

— Наверное, так, — задумчиво согласилась Зоя. — Раньше я не понимала, что такое обида. А теперь... Ты здорово объяснил. Я это и маме расскажу.

— Еще могу тебе сказать, что я отношусь к твоему папе с уважением, — продолжал червячок Игнатий. — Не только потому, что он о тебе не забывает и прилетает хотя бы глянуть на тебя. Мы с ним однажды встречались и...

— Как, ты с ним знаком? — Стрекозка Зоя была поражена и стала слушать с удвоенным вниманием.

— Да... И знакомство было не очень приятное. За что-то он на меня обиделся и решил отплатить мне. У него это не получилось. Зато получилось совсем другое. Он нашел в себе силы извиниться передо мной! Знаешь, как это трудно, особенно если привык всегда считать себя правым? А он сумел. Когда доберешься до него, передай от меня сердечный привет, пожалуйста.

— А какая мысль у тебя была? Как добраться? — Стрекозке явно не терпелось пустить эту мысль в дело.

— Подожди немного, — попросил червячок. И зарылся в землю.

Прошло несколько минут, прежде чем он вернулся обратно. И отрапортовал:

— Все готово. Эта норка ведет прямо туда, под скамейку. — Видно было, что он доволен своей работой. — Я сделал ее пошире, чтобы ты могла пролезть.

Только в самом конце остался последний комочек земли. Боднешь его — и вылезешь рядом с папой. Только одну вещь не забудь сделать...

— Знаю, знаю, какую! Спасибище огромное, червячок Игнатий! — воскликнула стрекозка Зоя и тут же исчезла в норке.

— Игнатий внимательно проследил, как она вылезла по ту сторону дорожки.

Прежде чем двинуться к папе, Зоя тщательно стряхнула с крылышек все

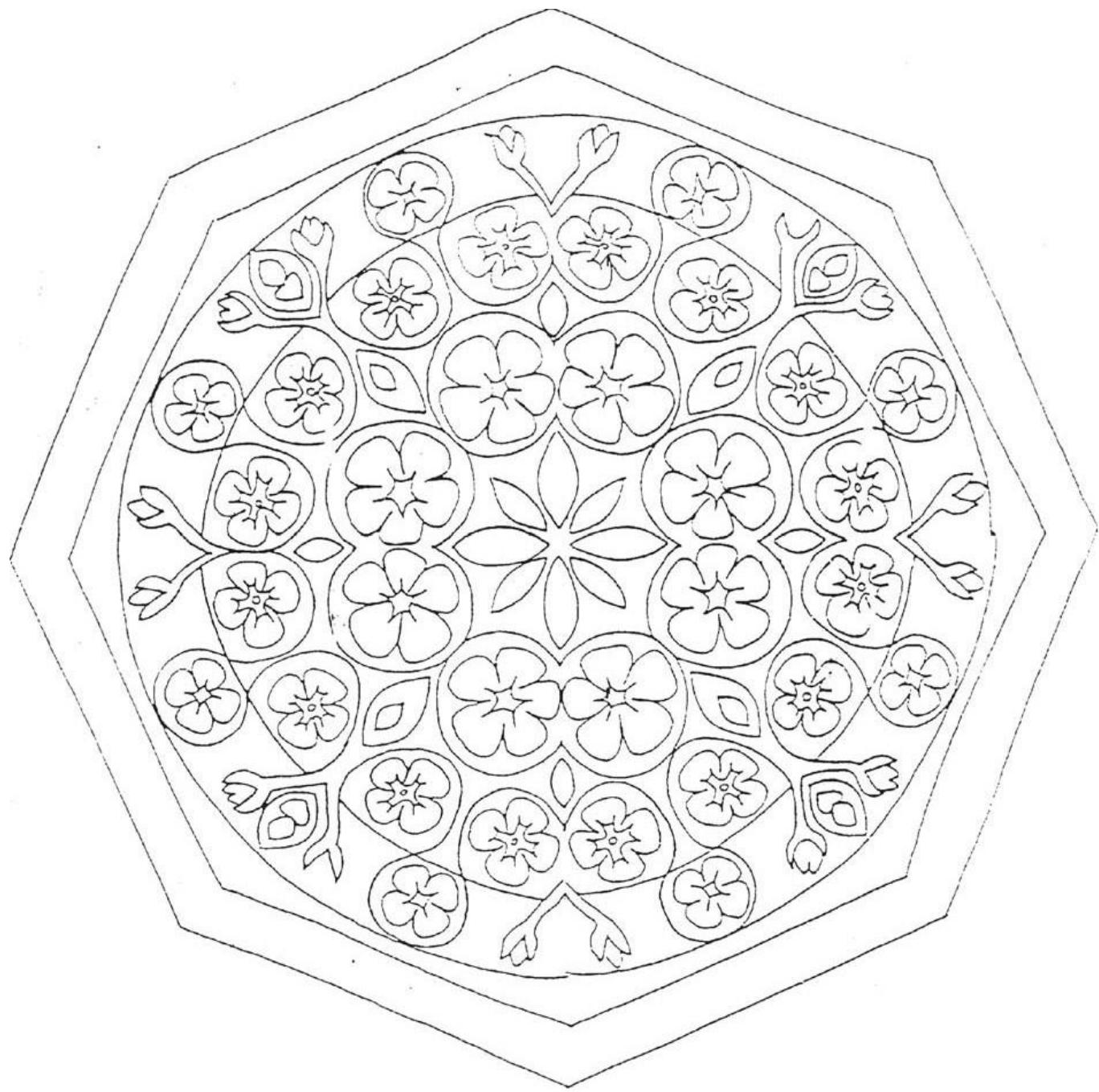
крошечки земли и грязи. И помахала лапкой червячку: видишь, я не забыла!..

Вопросы для обсуждения:

- Часто ли взрослые обижают детей? С тобой такое случалось?
- Напрасно ли папа обозвал своего сына зюзей? Или это было справедливо?
- Обиды между взрослыми и детьми отличаются от обид детей друг на друга? - За что обижаются друг на друга сами взрослые?
- Как червячок Игнатий заметил, что у стрекозки Зои сложные отношения с отцом?
- Как он понял, что папа любит стрекозку?
- Сколько разных обид можно насчитать в этой сказке?
- Как червячок Игнатий познакомился с папой стрекозки Зои (раньше, чем с ней самой)? Было ли это знакомство приятным?
- Почему червячок Игнатий хорошо отозвался стрекозке Зое о ее отце?
- Что имел в виду червячок Игнатий, когда говорил о том, что надо отряхивать крыльышки? Только капельки грязи или еще что-нибудь?

Раскрась этот волшебный круг, начиная с середины.





Занятие 16.

Я расту. Я говорю

Задание 1. Послушай, пожалуйста, сказку и приготовься её обсудить.

Сказка о волчишке Джоне

Жил в одном лесу волчишко Джон. Он был самым обыкновенным волчишкой — таким, как все: ходил в звериную школу, получал когда плохую отметку, а когда и хорошую, любил каникулы и роликовые коньки. Но был он не очень счастливым. В школе учителя часто ругали его за грубость, а дома родители

— за двойки, да еще иногда и лутили его. А однажды с ним случилось такое... Он сам не знает, как это пережил. Поделился с лучшим другом, но и тот его предал. Разве так можно жить?

«Всем на меня наплевать. Почему я не такой, как они, — думал волчишка. — Зачем я родился? Уйду в дремучую пущу, туда, где бурелом непролазный и болота непроходимые» — решил он. Решил и сделал. Но в пуще, кроме бурелома и болот, только поганки, мухоморы и комары оказались, так что жизнь лучше не стала.

Вернулся волчишко домой. Посмотрел он на взрослых вокруг себя и решил подождать своей взрослости. «Вот вырасту я, вырастут мои зубы, вырастут когти, и я им всем отомщу!» Но потом посмотрел на взрослых получше и увидел, что эти страшные взрослые совсем не счастливые, не радостные. А кричат на детей, унижают их от бессилия, от горя в душе.

«Нет, не буду я им мстить, не буду ненавидеть, не буду за ними повторять, — решил волчишко, — жалко мне их». И вдруг обратил внимание на свое отражение в зеркале. Увидел глаза усталые, но добрые, плечи крепкие, ноги сильные.

— А ведь я смогу, — сказал волчишко своему отражению. — Смогу быть счастливым. Надо только очень постараться, напрячь все свои силы и перестать бояться, что с тобой что-то случится, напрячь всю волю, пожалеть обидчиков, а еще обязательно поверить в свое счастье, в людей вокруг тебя!

Сказал это сам себе волчишко, и радостно забилось его сердце. И твердо раскрыл он дневник и учебники. Вспомнил про школу и сам себе проговорил:

— Да, до победы еще далеко, и мне предстоит трудный путь, но я его одолею, потому что я так решил, потому что я чувствую в себе силы

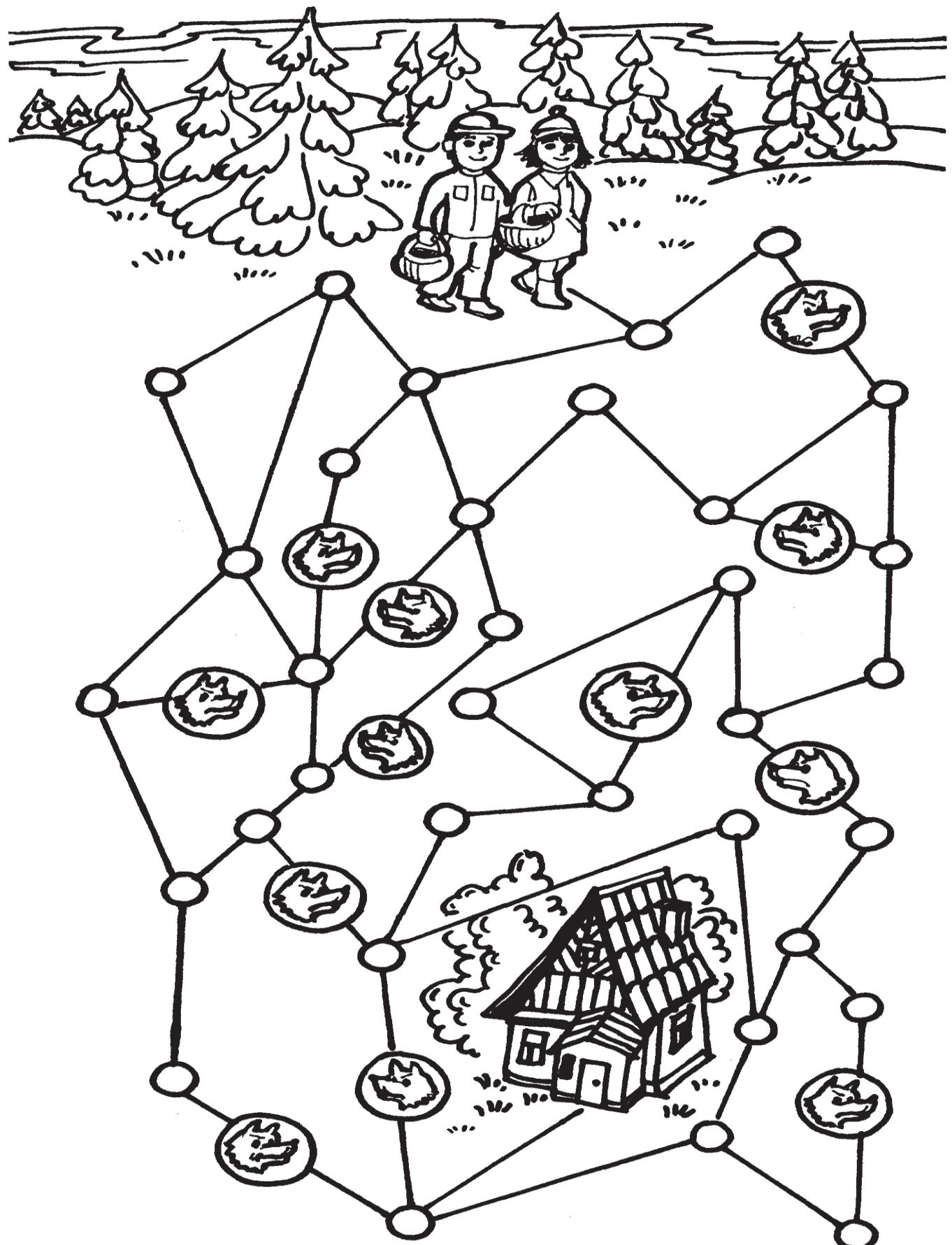
Вопросы для обсуждения:

— Почему волчишко в начале сказки не чувствовал себя счастливым?

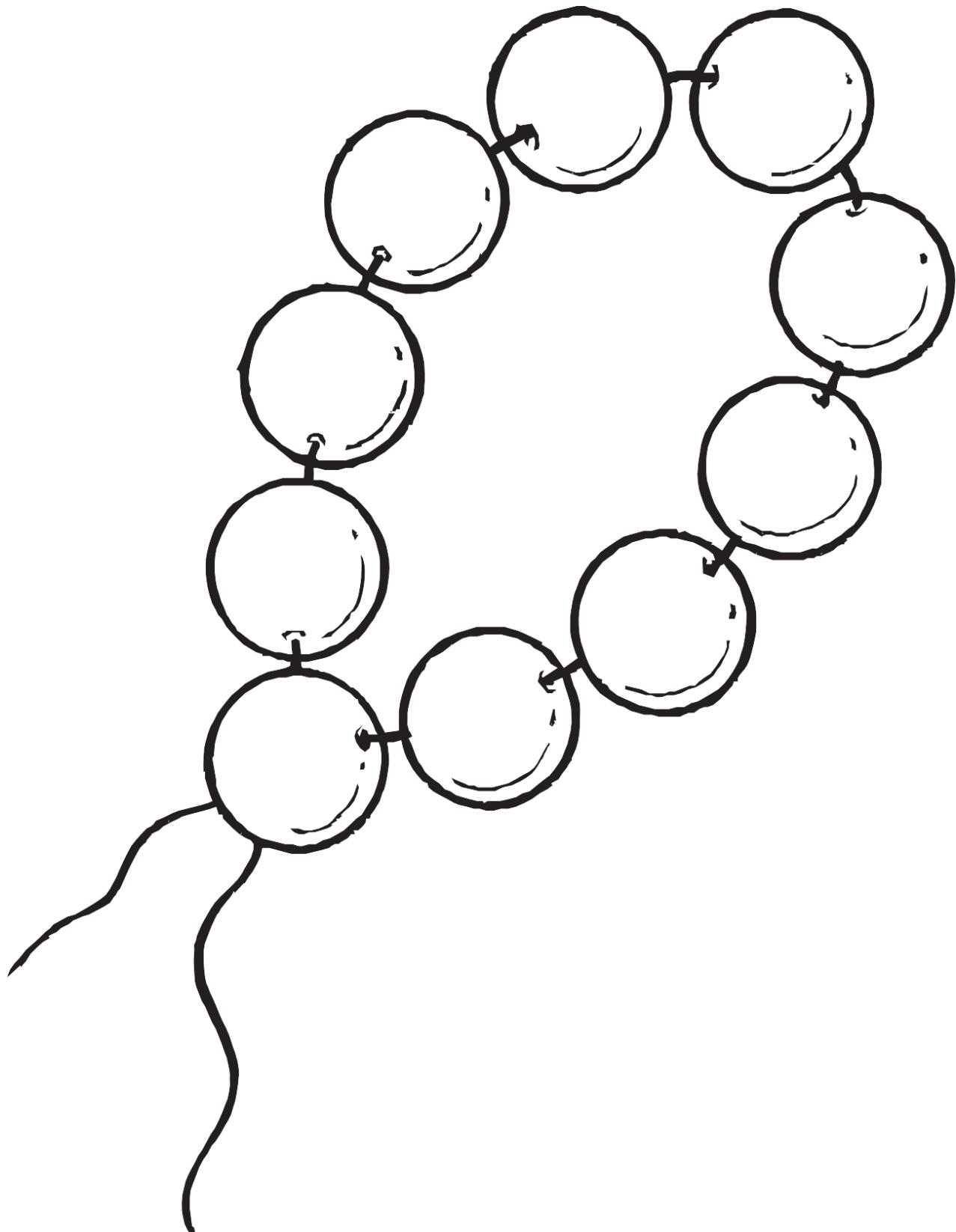
—Что такое страшное могло с ним случиться?
—Почему он решил отомстить взрослым?
—Появлялось ли у тебя желание отомстить кому-то?
—Почему волчишка пожалел взрослых, которые его обижали, и решил не повторять за ними?
—Что волчишка решил сделать для того, чтобы стать счастливым?
—Какие чувства и качества характера помогут тому, кто стремится к своему счастью? (Смелость, воля, сочувствие, вера в себя и в людей, трудолюбие, решительность).

Задание 2. Помоги ребятам пройти лабиринт и попасть домой, не превратившись в злых волков.

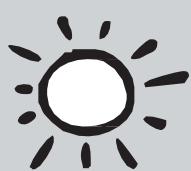




Задание 2. В каждой бусине ожерелья напиши по одной причине, по



которой ты кому-то или тебе кто-то может быть благодарен.



ЛИТЕРАТУРА

1. Арнелл, А., Екбум, И. Когда мама или папа пьет...: Пер. с шведск./ А. Арнелл, И. Екбум. – Спасите детей: Отд. Швеции и остальной Европы. – 132 с. – (Для руководителей групп по работе с детьми из неблагополучных семей).
2. Баркер, Р. Практика социальной работы / Р. Баркер // Сокр.пер.с англ.- М.: Ин-т соц.работы, 1994. – 134 с.
3. Блэк, К. Мой папа любит меня, мой папа болен / К. Блэк – Денвер, Колорадо: Печатные издания и публикации, 1850 Хай Стрит, 1979. – 84 с.
4. Васина, Е. Арт-альбом для семейного консультирования. Детский / Е. Васина, А. Барыбина - СПб.: Речь, 2006. – 24 с.
5. Воспитание индивидуальности: Учебно-методическое пособие / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 224 с.
6. Жизненные навыки: Уроки психологии в 3 классе. Рабочая тетрадь школьника / Под ред. О.В. Сафуановой. – М.: Генезис, 2004. – 72 с.
7. Жизненные навыки: Уроки психологии в 4 классе. Рабочая тетрадь школьника / Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: Генезис, 2005. – 48 с.
8. Жизненные навыки: Уроки психологии в 1 классе. Рабочая тетрадь школьника / Под ред. С.В. Кривцовой. – 3-е изд. - М.: Генезис, 2006. – 56 с.
9. Жизненные навыки: Уроки психологии во 2 классе. Рабочая тетрадь школьника / Под ред. С.В. Кривцовой. – 2-е изд. - М.: Генезис, 2006. – 64 с.
10. Ковалевская, А.В. Некоторые аспекты работы с алкоголизированными семьями / А.В. Ковалевская // Социально-педагогическая работа, 2010. - № 7 – С. 37 – 43.
11. 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.
12. Куличковская, Е.В. Это горькое слово «Развод». Психологическая работа с детьми, переживающими развод родителей / Е.В. Куличковская, О.В. Степанова. – М.: Генезис, 2010. – 192 с.
13. Лебеденко, Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я? Методическое руководство / Е.Н. Лебеденко. – М.: Прометей; Книголюб, 2003. – 64 с.
14. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7-8 классы) / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2005. – 167 с.
15. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4) / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2006. – 303 с.
16. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы) / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2006. – 207 с.
17. Черняева, С.А. Психотерапевтические сказки и игры / С.А. Черняева. – СПб.: Речь, 2004. – 168 с.