|  |  |
| --- | --- |
| Принято  на заседании Педагогического совета  Г(О)БУ ППМСП-центра  Протокол №\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_20\_\_г. | Утверждаю:  директор Г(О)БУ ППМСП-центра  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В.Стебенева  Приказ №\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |

**Рабочая программа**

**по развитию адаптивных возможностей детей, переживших жестокость и насилие в семье**

**«Изменюсь!».**

***(Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по развитию адаптивных возможностей детей, переживших жестокость и насилие, в том числе в семье «Давай поговорим?»)***

**Составители:***Коробельникова Наталья Николаевна* – педагог-психолог Государственного (областного) бюджетного учреждения Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

г. Липецк

**Пояснительная записка.**

*Вид программы:*коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа.

*Участники программы:* дети младшего школьного возраста.

*Цель Программы:* формирование позитивных психологических установок, способствующих преодолению эмоциональных, когнитивных и поведенческих последствий травм, полученных в результате насилия и жестокого обращения.

*Задачи:*

- преодоление эмоциональных проблем;

- снижение психоэмоционального напряжения;

- обучение приемам саморегуляции и релаксации;

- совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих ребенку идентифицировать свои мысли, чувства, поведение для установления доверительных отношений с другими;

- формирование уверенности в себе и адекватной самооценки;

- формирование позитивной «Я-концепции»;

- совершенствование коммуникативных навыков в общении со взрослыми и сверстниками.

Реализация данной программы необходима для преодоления негативных эмоциональных последствий травмы и успешной социализации в общество.

*Сроки реализации Программы:* ноябрь – февраль 2018-2019 учебного года.

*Ожидаемые результаты реализации программы.*

В ходе проведенных занятий у младших школьников:

- частично или полностью разрешатся эмоциональные проблемы;

- снизится психоэмоциональное напряжение;

- разовьются творческие способности, коммуникативные навыки в общении со взрослыми и сверстниками;

- выработаются умения адекватно анализировать собственное поведение и поведение других;

- сформируется применение приемов саморегуляции;

- сформируется устойчивая внутренняя позиция приятия себя и окружающих.

***Сведения ребенка и о родителях*** (приложение 1 «Карта психолого-педагогической помощи ребенку»).

***Результат обследования ребенка*** (приложение №2 «Диагностическая карта»).

***Организация работы с ребенком.***

Для успешной реализации Программы в Центре созданы условия для самостоятельного, активного и целенаправленного действия детей во всех видах деятельности: игровой, двигательной, изобразительной, конструктивной, познавательной и т.д. Имеются разнообразные материалы для развивающих игр и занятий. Организация и расположение предметов развивающей среды отвечает возрастным особенностям и потребностям детей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечают требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей.

Для занятий с детьми создана мультисенсорная среда, которая включает использование метода тестов, опроса, внешнего наблюдения, консультирования, психологической коррекции, сказкотерапии, арт-терапии, релаксации, образовательной кинезиологии, игровых методов.

***Организация работы с родителями.***

В ходе занятий педагог-психолог взаимодействует с родителем ребенка, посещающего коррекционно-развивающие занятия, систематически обменивается информацией с целью отслеживания динамики происходящих изменений с педагогами.

Дальнейшее консультативное сопровождение после завершения коррекционно-развивающих занятий позволит наблюдать положительную динамику у ребенка.

**Используемый инструментарий.**

1. Метод опроса (беседа).

2. Метод наблюдения.

3.«Диагностика «Волшебная страна чувств» Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой.

4. Методика «Три дерева» в адаптации Я.Л. Обухова.

5. Модифицированный тест М. Люшера.

6. Модифицированная методика «Незаконченные предложения» В.Михала.

***Материально-техническое обеспечение.***

*Изобразительные материалы.*

Краски, карандаши, фломастеры, маркеры, восковые мелки, пастель (для рисования).

Бумага для рисования разных форматов, цветов и оттенков, кисти разных размеров, губки для закрашивания больших поверхностей, ножницы, нитки, клей, скотч и пр.

*Технические средства.*

Музыкальный центр для проведения упражнений, музыкального сопровождения. Копировальный аппарат для размножения раздаточных материалов, диагностических методик, и материалов, нарабатываемых в ходе занятий.

*Оборудование сенсорной комнаты.*

Кинетический песок, планшет для Sand Art и цветотерапии, деревянные игрушки и дидактический материал.

Комплекс информационных образовательных ресурсов, технологических средств информационных и коммуникационных технологий:

- компьютеры и иное ИКТ оборудование;

- библиотеку;

- учебные кабинеты;

- интернет-ресурсы.

***Условия проведения:*** занятия проводятся на базе ПМСС-Центра в отдельном кабинете, в индивидуальной форме.

Периодичность занятий: 1 раза в неделю.

Продолжительность занятий: от 30 до 45 минут.

***Используемая литература:***

Для составления данной Программы были использованы, изменены и дополнены следующие рабочие Программы Центра:

1. Программа по развитию адаптивных возможностей детей, переживших жестокость и насилие, в том числе в семье «Давай поговорим?».

Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение [с ребенком. Причины](http://psihdocs.ru/metodicheskaya-razrabotka-plana-konspekta-roditeleskogo-sobran.html). Последствия, Помощь. – М.: Генезис, 2005. (1, 3,4,5).

Зинкевич-Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии. СПб., 2003.

Козлова Г.Л., Мирейчик Л.Н., Пряхина М.В. Насилие над детьми. Его виды и возможности предупреждения. Мн., 2003. 76 с.

Копытин А.И. Арт-терапия жертв насилия. Учебное пособие. Издательство «Психотерапия», М, 2009.

Копытин А.И. Системная арт-терапия. СПб.: Питер, 2001.

Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях– М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога).

Практикум по арттерапии. Под ред. А.И.Копытина. Спб., 2001.

Самоукина Н. В.. Игры в школе и дома/ – М. Новая школа, 1995 г.

Синягина Н.Ю., Пазекова Г.Е., Пискунова Е.Ю. Психологическая реабилитация детей и подростков, подвергшихся насилию. М., Вузовская книга, 2001.

Тюнина Л.И. Жестокое обращение с детьми и методы их реабилитации.- Самара, 2001.

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие.Т.1. М.: Генезис, 1998.

***Интернет-ресурсы.***

1. <https://infourok.ru/korrekcionnaya-programma-dlya-detey-postradavshih-ot-nasiliya-v-seme-960530.html>

2. <https://psychologist.tips/1541-nasilie-v-seme-nad-rebenkom-vidy-priznaki-posledstviya-profilaktika.html>

3. <https://kopilkaurokov.ru/>

4. <http://dzankoymou3.lbihost.ru>

5. <https://nsportal.ru/>

6. <https://multiurok.ru/files/profilaktika-nasiliia-v-siem-ie.html>

7. <https://studfiles.net/preview/3535527/page:9/>

8.<https://www.maam.ru/detskijsad/rabota-psihologa-po-teme-profilaktika-nasilija-v-seme.html>

9. <https://lektsii.org/8-22420.html>

10.<http://5psy.ru/obrazovanie/psihologicheskaya-pomosh-detyam-jertvam-nasiliya.html>

**Учебный план.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№ занятия* | *Тема* | *Кол-во ак.часов* | *Форма промежу точной аттестации* |
|  | **Блок 1. Диагностический** | **1** |  |
| 1. | Знакомство и первичная диагностика. | 1 | Первичная диагностика |
|  | **Блок 2. Формирующий** | **9** |  |
| 2. | «Мои эмоции». | 1 |  |
| 3. | «Хочу управлять своими эмоциями». | 1 |  |
| 4. | «Отпусти обиду!». | 1 |  |
| 5. | «Я уверен в себе». | 1 |  |
| 6. | «Учусь заново доверять». | 1 |  |
| 7. | «Я - богатство». | 1 |  |
| 8. | «Родительская любовь?» | 1 |  |
| 9. | «Безопасное поведение. Оно какое?». | 1 |  |
| 10. | «Детский телефон доверия». | 1 |  |
|  | **Блок 3. Диагностический** | **1** |  |
| 11. | Итоговая диагностика. | 1 | Итоговая диагностика |
|  | **Итого** | **11** |  |

***Календарный учебный график (срок освоения – 3 месяца).***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Дата начала обучения по программе*** | ***Дата завершения обучения по программе*** | ***Кол-во учебных недель*** | ***Всего занятий*** | ***Кол-во часов*** | ***Режим проведения занятий*** |
| 06.11.18г. | 01.02.19г. | 11 недель | 11 | 11 | 1 раз в неделю по 1 часу |

***Учебно -тематическое планирование.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Тема занятия.**  **Цель.**  **Материалы и оборудование.** | **Содержание занятия.** | **Дата проведения** |
| 1. | **Тема: «Знакомство и первичная диагностика».**  *Цель:* создание доверительной обстановки, изучение психоэмоционального состояния, эмоционально-характерологического базиса личности, семейных взаимоотношений, выявление отношения к окружающим людям и себе, развитие коммуникативных на­выков.  *Материалы и оборудование:* бумага формата А4, цветные карандаши, простой карандаш, лист бумаги с изображениями узоров, сундучок, пуговицы, бланки к методикам, цветные карточки, загадки, фольга размером 30х30 см, таблица обратной связи. | 1. Упражнение «Сундучок знакомится».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Первичная диагностика.  *3.1. «Волшебная страна чувств» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева)* (Приложение 2)*.*  *3.2. Адаптированная методика «Три дерева» (Я.Л. Обухов)* (Приложение 3)*.*  *3.3. Модифицированный тест М. Люшера* (Приложение 4)*.*  *3.4. Модифицированная методика «Незаконченные предложения» В. Михала* (Приложение 5).  4. Упражнение «Массаж».  5. Лист обратной связи.  6. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  7. Упражнение «Загадка на прощание». |  |
| 2. | **Тема: «Мои эмоции».**  *Цель:* формирование понимания своего эмоционального состояния и окружающих, умения осознавать, называть свои эмоции, обогащение эмоциональной речи.  *Материалы и оборудование:* бумага формата А4, цветные карандаши, кисти, краски, гуашь, ручка, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, кинетический песок, карточки «Семейка Гномс», таблица обратной связи. | 1. Упражнение «Бумажный привет».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Мое имя».  4. Упражнение «Эмоции».  5. Мини-лекция «Мы и наши эмоции» (Приложение 9).  6. Упражнение «Угадай и замри!».  7. Упражнение «Скульптура».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Бумажное прощание».  Домашнее задание. |  |
| 3. | **Тема: «Хочу управлять своими эмоциями».**  *Цель:* *формирование умений* анализировать собственные эмоции и поведение, владеть и управлять своими эмоциями, развитие аналитических способностей, расширение кругозора обучающегося.  *Материалы и оборудование:* лист бумаги формата А4, лист бумаги с изображением узора, лист бумаги с трафаретным изображением имени обучающегося, пластилин, таблица «Что может повлиять на мое настроение», простой карандаш, карточки с заданиями, таблица обратной связи, цветок с пожеланиями. | 1. Упражнение «Давай поздороваемся!».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Обсуждение домашнего задания.  4. Упражнение «Укрась имя».  4. Упражнение «Что может повлиять на моё настроение».  5. Мини-лекция «Эмоции правят мной или я ими?» (Приложение 13).  6. Упражнение «Ярмарка».  7. Упражнение «Дорисуй до образа».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Цветок пожеланий».  Домашнее задание. |  |
| 4. | **Тема: «Отпусти обиду!».**  *Цель:* знакомство с понятиями «обида» и «прощение»; формирование понимания значения «прощения» в выстраивании конструктивных отношений в семье и обществе, ответственного отношения к своим высказываниям и поступкам, нравственных качеств личности, расширение кругозора обучающегося.  *Материалы и оборудование:* бумага формата А4, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, цветные карандаши, список чувств, черный лист бумаги формата А4, ножницы, клей, пластилин, зашифрованная пословица, простой карандаш, таблица обратной связи. | 1. Упражнение «Одна буква».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Обсуждение домашнего задания.  4. Упражнение «Мой портрет».  5. Упражнение «Символ прощения».  5. Мини лекция «Легко ли жить с обидой!» (Приложение 17).  6. Притча «Два друга».  7. Упражнение «Рюкзак».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Шифровка». |  |
| 5. | **Тема: «Я уверен в себе».**  *Цель*: формирование уверенности в себе через развитие позитивного самоотношения, расширение кругозора обучающегося.  *Материалы и оборудование:* бланк с ребусом, листы бумаги формата А4, цветные карандаши, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, разноцветные нитки, бланк с незаконченными предложениями, простой карандаш, карточки с заданиями, планшет для Sand Art и цветотерапии, таблица обратной связи, спички, пуговицы. | 1. Упражнение «Ребус привета».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Необыкновенное имя».  4. Упражнение «Незаконченные предложения».  5. Мини-лекция «Нужна ли уверенность?» (Приложение 21).  6. Сказка «О муравьишке» (О. Саначина).  7. Упражнение «Каракули».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Спички». |  |
| 6. | **Тема: «Учусь заново доверять».**  *Цель:* формирование представления о значимости доверительного отношения между людьми, расширение кругозора.  *Материалы и оборудование:* лист бумаги формата А4, цветные карандаши, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, список фраз, простой карандаш, карточки с установками и их последствиями, таблица обратной связи, лист бумаги с изображением силуэта человека, игрушки, воздушные шарики, мячики, планшет для Sand Art и цветотерапии. | 1. Упражнение «Нарисуй отгадку».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Имя - игрушка».  4. Упражнение «Расшифруй и нарисуй».  5. Мини-лекция «Не бойся доверять» (Приложение 22).  6. Притча «Косуля и ворон».  7. Упражнение «Буква алфавита».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Силуэт». |  |
| 7. | **Тема: «Я - богатство».**  *Цель:* осознание своей «ценности», неповторимости в этом мире, актуализация представления о собственной индивидуальности, ее проявлениях, формирование уверенности в себе, развитие аналитических способностей, расширение кругозора.  *Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, цветные карандаши, «волшебный карандаш», лист бумаги формата А4, простой карандаш, разноцветные салфетки, планшет для Sand Art и цветотерапии, таблица обратной связи, маленький лист бумаги для бейджика, простой карандаш. | 1. Упражнение «Здравствуй друг».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Имя голосом».  4. Упражнение «Моя планета».  5. Мини- лекция «Мое богатство» (Приложение 24). 6. Притча об истинной ценности. 7. Упражнение «Снежинка ценности».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Прощальная визитка». |  |
| 8. | **Тема: «Родительская любовь».**  *Цель:* создание моделей бесконфликтного поведения взрослых и детей в семье, развитие чувства собственного достоинства и осознания себя личностью, со всеми присущими ей чертами, формирование коммуникативных навыков.  *Материалы и оборудование:* бумага формата А4, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, цветные карандаши, счетные палочки, пиктограммы эмоций, планшет для Sand Art и цветотерапии, таблица обратной связи. | 1. Упражнение «Доброе утро».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Имя палочками».  4. Упражнение «Ассоциации».  5. Мини-лекция «Родители и наказание» (Приложение 26). 6. Бирманская народная сказка «Как мать воспитывала своего сына». 7. Упражнение «Тик - так».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Встретимся опять». |  |
| 9. | **Тема: «Безопасное поведение. Оно какое?».**  *Цель:* формирование основ безопасного поведения в семье, на улице и в общественных местах, развитие аналитических способностей, расширение кругозора обучающегося.  *Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, бумага формата А4, цветные карандаши, кружки зеленого и красного цвета, карточки с ситуациями, бланк к упражнению, таблица обратной связи, «волшебная палочка». | 1. Упражнение «Здравствуй, мне приятно…».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Плакат твоего имени».  4. Упражнение «Лото».  5. Мини-лекция «Безопасное поведение» (Приложение 28).  6. Упражнение «Сказочные герои».  7. Упражнение «Покажи».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Невидимка». |  |
| 10. | **Тема: «Детский телефон доверия».**  *Цель:* информирование об анонимной службе помощи, формирование доверительного отношения к специалистам, оказывающим психологическую помощь.  *Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, бумага формата А4, простой карандаш, цветные карандаши, таблички с надписями «Да», «Нет», список вопросов, видеоролики, таблица обратной связи, шкатулка, неоконченные фразы. | 1. Упражнение «Рифма».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Упражнение «Имя - движение».  4. Упражнение «Да – Нет!».  5. Мини-лекция «Детский телефон доверия» (Приложение 31).  Просмотр видеороликов с последующим их обсуждением «Пять принципов ДТД», «Десять вопросов о ДТД», «Мама и сын».  6. Притча «Лотерейный билет».  7. Упражнение «Хромая обезьяна».  8. Лист обратной связи.  9. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  10. Упражнение «Шкатулка впечатлений». |  |
| 11. | **Тема: «Итоговая диагностика».**  *Цель:* итоговое изучение психоэмоционального состояния, семейных взаимоотношений, эмоционально-характерологического базиса личности.  *Материалы и оборудование:* бумага формата А4, цветные карандаши, лист бумаги с изображением узора при просматривании в калейдоскоп, бланки к методикам, таблица обратной связи. | 1. Упражнение «Смешное приветствие».  2. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  3. Итоговая диагностика.  *3.1. «Волшебная страна чувств» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева)* (Приложение 2)*.*  *3.2. Адаптированная методика «Три дерева» (Я.Л. Обухов)* (Приложение 3)*.*  *3.3. Модифицированный тест М. Люшера* (Приложение 4)*.*  *3.4. Методика «Незаконченные предложения»* (Приложение 5).  4. Упражнение «Запрещенные движения».  5. Лист обратной связи.  6. Упражнение «Калейдоскоп настроения».  7. Упражнение «Прощание». |  |