

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Районный Дом детского творчества»

МОП «Подросток и общество»



**Методические рекомендации по
использованию технологии
«ИГРОТЕРАПИЯ»**

Мордово
2017

формирование адекватных представлений о том ли ином аспекте семейной жизни, учебной жизни, быта и др.

Составитель: руководитель МОП «Подросток и общество»
Ю.А. Тишкова

Техника «Обусловленное общение».

Группа терапевтических методов, общим для которых является то, что в привычные отношения вводится новый, необычный для группы элемент (определенные правила взаимодействия).

Пример: техника, предложенная С. Кратохвилем, : «конструктивный спор» или «честная борьба». Техника применяется в конфликтных ситуациях. Перед тем, как ее ввести, подростков обучают навыкам эффективной коммуникации («высказывания», активное слушание).

Правила «честной борьбы»:

- нельзя откладывать прояснение конфликта, приступать сразу же;
- начинающий спор должен ясно представлять себе цель;
- обе стороны должны принимать активное участие в споре;
- спор касается только того предмета, с которого он начался (без отсылок к прошлому, обобщений и др.)
- не допускается применение «болезненных» аргументов (указание на физические недостатки; неудачи).

Техники, формирующие умения и навыки

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Районный Дом детского творчества»

МОП «Подросток и общество»

Конт. Тел. 8(475)42-3-17-69

Ставятся задачи формирования определенных умений и сообщаются критерии, с помощью которых можно судить о том, в какой мере навык удался. Тренинги.

Примеры навыков: *терпимость к другому; навык задавания вопроса, просьбы; навык распознавания своих эмоций и контроля...*

Приложение 7

Техники, используемые в системе психолого-педагогического сопровождения ребенка группы социального риска:

Техника указаний (директив)

Прямые и четкие указания. Должны касаться определенных действий.

Три вида директив:

указание делать что-то (*выслушать говорящего до конца*)

указание делать нечто иначе, чем до сих пор
(*комментировать не соседа, а действия соседа*)

указание не делать того, что делалось до сих пор (*не приходить в группу пьяным*)

Бывают полезны в ситуациях, угрожающих безопасности; подчеркивающих ведущую роль специалиста; ссор между подростками.

Техника «Дискуссия»

Обсуждение в группе широкого круга проблем, касающихся их жизни и задач. Дискуссия может преследовать разные цели:

коррекция ложных представлений о ценностях, о эффективных методах влияния, о распределении обязанностей, планировании времени;

обучение приемлемым формам межличностной коммуникации, где специалист регламентирует ход дискуссии и использует ситуацию для коррекции неэффективного пове-

Одной из самых актуальных задач, стоящих перед нашим обществом сегодня, безусловно, является поиск путей снижения роста преступлений среди несовершеннолетних и повышения эффективности их профилактики. Особенно значимым в решении данной проблемы становится деятельность учреждений дополнительного образования, так как именно органичное сочетание досуга (отдых, развлечения, праздник, самообразование, творчество) с различными формами образовательной деятельности позволяет сокращать пространство девиантного поведения, решая проблему занятости детей. В связи с этим в период с 2013 по 2015 годы на базе районного Дома детского творчества прошла апробация современной технологии «Игротерапия». Её новизна обусловлена введением реабилитационного компонента.

Игровая терапия - метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий.

Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи, неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.

Отличительные признаки развертывания игры - быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с ним, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации.

Структуру детской игры составляют роли, взятые на себя играющими; игровые действия как средство реализации этих ролей; игровое употребление предметов - замещение реальных предметов игровыми (условными); реальные отношения между играющими.

Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми.

Основные психологические механизмы коррекционного воздействия игры

1. Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им ребенком и ориентировка в этих отношениях.
2. Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последовательной децентрации, благодаря чему происходит осознание собственного "Я" в игре и возрастает мера социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций.
3. Формирование (наряду с игровыми) реальных отношений как равноправных партнерских отношений сотрудничества и кооперации между ребенком и сверстником, обеспечивающих воз-

готовность вступить в контакт, остальные должны будут показать нежелание этого делать. Затем выбираются другие добровольцы. Количество участников, желающих вступить в контакт, можно постепенно увеличить – двое, трое, все, кто хочет.

Вопросы:

- Легко ли было устанавливать контакт?
- Что помогло определить желающего общаться?
- Какими средствами показывали нежелание общаться?
- Что вы чувствовали, когда вы понимали, что в общении с вами не заинтересованы?

Упражнение «Умение вести разговор»

Это упражнение дает возможность попрактиковаться в умении устанавливать вербальный контакт, т.е. начинать и продолжать разговор.

Группа делится на пары. Один участник задает открытые вопросы, дающие возможность собеседнику ответить более полно.

Второй участник пары дает на каждый вопрос не только ответ, но и дополняет информацией о себе. После некоторого времени (например, 5 минут) участники меняются ролями.

Вопросы: Что понравилось, что показалось затруднительным?

Описание поведения.

лица). А дальше я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, меняя при этом выражение лица на новое, которое он «передает» своему соседу слева. Итак, все по очереди.

Упражнение «На что похоже мое настроение»

Оно позволяет участникам осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

Инструкция: «Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже ваше настроение?»

Упражнение выполняется по кругу, с мячиком.

Варианты: «На какую погоду (музыку, цветок, животное и т.д.) похоже ваше настроение?»

Вопросы: Как вам показалось, какие чувства мы испытывали чаще всего?

IV. КОММУНИКАТИВНЫЙ БЛОК.

1. Установление контакта.

Упражнение «Невербальный контакт»

Инструкция: Один из участников (доброволец) должен будет выйти из комнаты. Когда он вернется, ему надо будет определить, кто из участников готов вступить с ним в контакт. При этом все мы будем пользоваться только невербальными средствами. Группа, в отсутствие добровольца должна будет определить участника, который будет демонстрировать

4. . Организация поэтапной отработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение.

Организация ориентировки ребенка на выделение переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации и соответственно осознанию смысла проблемной ситуации, формирование ее новых значений.

5. Формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли и правил, а также поведение в игровой комнате.

Функции игротерапии:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ – заключается в уточнении характера нарушений и особенностей общения ребенка с внешним миром, в игре ребенок демонстрирует на сенсомоторном уровне то, что он когда-либо испытал.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ – состоит в предоставлении ребенку возможности выразить себя, отреагировать на напряжения и страхи. Для ребенка важен процесс игры, а не результат.

ОБУЧАЮЩАЯ – игра организуется спонтанно, а научение происходит незаметно, в процессе игры.

Основные виды и формы игротерапии

Существует несколько критериев, по которым классифицируется игротерапия. Наиболее часто выделяют следующие виды и формы этой деятельности.

В зависимости от роли в игре взрослого: **директивная** – направленный процесс, где взрослый является организатором для ребенка. **Недирективная** – ненаправленная игровая терапия проводится во время игровой деятельности дошкольников, куда взрослый старается не вмешиваться, создавая вокруг малышей уютную, теплую атмосферу надежности и доверия.

2. По структуре материалов для игры: структурированные игры – применяются при работе с детьми от 4 до 12 лет, провоцируют открытое выражение агрессии (игрушечное оружие), выражение непосредственного желания (с фигурами людей), развивают коммуникативные навыки (забавы с поездами, машинами, в телефон); неструктурированные игры – подвижные занятия и спортивные упражнения, работа с пластилином, водой, глиной, песком, которые способствуют косвенному выражению ребенком своих чувств и появлению ощущения победы.

3. По форме организации процесса:

групповая;

индивидуальная.

Схема проведения ролевой игры:

1. Сформулировать задачу.
2. Поставить цель перед собой, которая должна быть достигнута по завершении обсуждения игры.
3. Выбрать благоприятный момент и адекватное обоснование для использования игры и распределения ролей.

«Коллаж можно использовать со всеми детьми, но он лучше проходит со старшими подростками. Из иллюстраций, картинок подросток может выбрать те готовые формы, которые удовлетворяют его эстетическим запросам. Старшие подростки кроме того, могут использовать материал богаче и разнообразнее по содержанию, и объединять его единым оригинальным замыслом, в отличие от младших или интеллектуально сниженных детей.

Упражнение «Роза и чертополох»

Дается два этих предмета одному из участников. И он может подойти к любому из сидящих в круге и сказать: «Я дарю тебе эту розу за то, что ты... и дарю тебе этот чертополох за то, что ты...» (роза – за то качество, которое ты принимаешь в человеке, оно тебе нравится в нем, а чертополох – за то качество, которое ты не принимаешь в нем, над которым, как тебе кажется, ему нужно поработать). Участник, получивший розу и чертополох «дарит» их другому члену группы и т.д.

III БЛОК. Эмоциональный блок.

1. Знакомство с эмоциями.

Упражнение «Передай маску»

Это упражнение взбадривает участников, делает их более внимательными, помогает настроиться на работу в группе. Упражнение может проводиться в качестве разминки или завершения и в других блоках программы.

Инструкция: «Посмотрите, пожалуйста, на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например, вот такое (зафиксируйте на лице какое-то выражение, медленно поверните голову, чтобы у всех участников появилась возможность увидеть выражение вашего

кто тебе больше всех нравится. Ограничений по количеству нет. Ведущий подходит к участникам и поднимает того, кто будет класть так, чтобы другие участники не знали, кто к ним подходит. Задача – ни за что не открывать глаза. Важно терпение – как бы долго не подходили, терпеть и не открывать глаза.

Вопросы для обсуждения:

- Трудно ли было не открывать глаза?
- Подглядывал ли?
- Был ли терпеливым?

3 ЭТАП. Целостная картина своей личности.

Упражнение «Волшебная рука – 2»

Каждый участник на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом (фломастером). На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются оп кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

Обсуждение:

- Что нового ты узнал о себе?

Акцент обсуждения ставится на том, что есть доля правды о нас и в том, как мы себя воспринимаем, и в том, как видят нас другие люди. **Игра «Коллаж»**

Участникам предлагается мысленно задать себе вопрос «Кто Я?» И из предложенных картинок и вырезок создать коллаж, который отвечал бы на этот вопрос.

Вариант: Задать мысленно какой-то вопрос, волнующий тебя, и выполнить коллаж, с тем, чтобы получить ответ от своей внутренней мудрости».

4. Поставить цель перед группой и дать четкую инструкцию.
5. Проверить правильность понимания инструкции.
6. Распределить роли, приводя в случае необходимости примеры ее исполнения.
7. Установить регламент.
8. Организовать пространство игры.
9. Не затягивать игру и иметь запасной вариант (на случай, если игра «сорвется» или участники вдруг очень быстро справятся с заданием).

Обычно игра редко затягивается дольше, чем на 10 минут, если только тренер не преследует специальные цели (например, создание межличностной конфронтации, вероятность которой, как известно, резко возрастает через 15-19 минут безрезультатного обсуждения).

Последовательность действий в игре на раскрытие мотива, которая обычно используется на начальных и конечных этапах тренинга:

1. Дать инструкцию всей группе.
2. Разъяснить «скрытые мотивы» участникам игры, при этом одному из участников можно задать скрытый мотив в присутствии группы. Здесь следует учитывать, что те участники, которым задание дается отдельно от остальных членов группы за дверь, как бы противопоставляются всем. С другой стороны группа будет отождествлять себя с тем участником, которому «скрытый мотив» или задание было дано в присутствии группы (у каждого играющего может быть свой скрытый мотив).
3. Распределить наблюдателей: следует дать им задание и посадить таким образом, чтобы у них не было соблазна комментировать игру или обмениваться мнениями по ее ходу, что обычно

отвлекает внимание участников игры.

4. Организовать пространство игры.

5. Дать команду о начале игры и указать ее время.

6. Провести и закончить игру

7. Задать вопрос тому участнику, который должен был придумать мотив: «Каков был мотив?» или «Каков основной мотив поведения твоего партнера?»

8. Спросить его партнера: «Удовлетворен ли ты беседой с И.?»

9. Обратиться к группе с вопросом: «Почему М. не смог раскрыть мотив?» или «Почему И. так быстро (медленно) раскрыл мотив?». Последняя форма вопроса чаще используется на этапе закрепления техник.

10. Опросить участников тренинга: сопереживающих, наблюдателей, нейтральных и, особенно, тех, которые активно реагируют на игру невербальными средствами (смехом, мимикой, жестами и т.п.).

Игра делится на три этапа:

1. Подготовка игры: сценарий, подготовка участников, подготовка места игры, реквизит.

2. Игра: построение игры, завязка конфликта, экспозиция, кульминация, окончание игры.

3. Послеигровые мероприятия: разбор игры, доигрывание, памятный альбом.

ощущение. Кто из вас хотел бы первым встать по середине? Становись в центр, ноги поставь на вместе, держись прямо. Все остальные поднимите руки на уровне груди. Когда наш доброволец падает в вашу сторону, вы должны его поймать и осторожно вернуть в исходное положение. Возможно, он захочет упасть в другую сторону, и там его тоже надо поймать и вернуть в исходное положение. При этом очень важно, чтобы участник в центре стоял очень прямо, как будто он деревянный».

Дайте ребенку в центре попробовать свободно падать в разные стороны минуту. В конце упражнения ребенок должен поделиться своими переживаниями.

Затем другие становятся в центре круга, хорошо, если все участники группы имеют такую возможность.

Вопросы для обсуждения:

- Как ты себя чувствовал в центре круга?

- Мог ли ты доверять кругу?

- Кого ты опасался?

- Что для тебя было самым трудным?

- Пробовал ли ты закрывать глаза?

- Что ты чувствовал, когда был частью круга?

- Было ли тебе трудно удерживать других?

- Хорошо ли вы все справились со своей задачей вместе?

Модификация упражнения – «Поддержка» – выполняется в парах. Один участник падает спиной на руки партнера. По желанию падающего, можно изменять расстояние между партнерами, во многом оно будет зависеть от степени доверия падающего участника поддерживающему.

Упражнение «Терпение»

Все участники садятся спинами в круг, закрывают глаза. Нужно подойти и положить руки на плечи тому, кому захочется,

снова называет свое имя и отрицательное качество (то, что хотел бы в себе изменить или развить). **Вопросы для обсуждения:**

- Что ты чувствовал, когда называли твое качество другие?
- Трудно ли было назвать свое отрицательное качество?

Диагностика – как воспринимает себя ребенок, как воспринимает его группа.

2 ОСНОВНОЙ ЭТАП. Изучение первичных и вторичных способностей личности.

Упражнение «Паровозики»

Упражнение выполняется в тройках. Каждая тройка представляет собой поезд. «Паровоз» – идет первым с вытянутыми вперед руками, «вагон» – передает управление, «машинист» – управляет всем поездом. При этом у «вагона» и «паровоза» завязаны глаза.

При обсуждении акцент ставится на том, насколько было спокойно в роли «паровоза», который идет первым, но не знает в какую сторону (у него завязаны глаза, как и у «вагона»), насколько можешь доверять «машинисту» и «вагону». Как это было – быть в роли паровоза, вагона, машиниста?

Упражнение «Тростинка на ветру»

Эта игра дает великолепный опыт взаимного доверия для всех возрастных групп.

Инструкция: «Встаньте в круг очень близко друг к другу. Это не обычный круг, а волшебный. Он волшебный потому, что участники, которые стоят в кругу, будут делать все для того,

Приложение №1

Психологическая игра

Название: «Я и мир профессий» (игра по профориентации).

Участники:

Возраст участников: 11-15 лет.

Размер группы: 15 человек.

Цель: Формировать реальное представление о возможностях своих профессиональных намерений (профессиональное самоопределение обучающихся).

Задачи:

- Воспитывать интерес и чувство ответственности к выбору профессии.
- Определить мотив выбора профессии.
- Ознакомить воспитанников с житейским способом выбора профессий.
- Информировать их о качествах, присущих людям тех или иных профессий.
- Формировать актуальное для подростков «информационное поле» при выборе профессии.

Предполагаемый психологический результат: приобретение и проживание опыта принятия решения в выборе профессии. Получение опыта и проживания построения своей деятельности в контексте совершения ценностно-смыслового выбора и проживание его последствий.

План игры:

- Провести игру:

“Назови профессии или специальности на заданные буквы”.

- Провести игру: “Самая – самая”.
- Провести упражнение «Основной мотив выбора профессии»
- Изучить житейский способ выбора профессии.
- Выявить и перечислить профессиональные качества для некоторых профессий, найти сходства между ними .
- Провести игру: “Угадай профессию”.
- Провести игру «Пантомима»
- Провести игру «Закончи пословицу»
- Подвести итоги игры.

Оборудование: карточки с заданиями для игр, тестовые бланки, классная доска (название мероприятия, высказывание Ушинского К.Д.), проектор, компьютер.

Продолжительность игры: 2 часа.

Ход игры

I.Разминка

1. Слово педагога

Ребята, не далек тот час, когда вы получите аттестаты об образовании и вступите в новую пору своей жизни. Прежде главным для вас была учеба в школе, которую вы и дальше продолжите в учебных заведениях нашей области, где вы будете получать знания не только по школьным дисциплинам, но и приобретать знания по выбранной профессии. И именно сейчас мы с вами серьезно задумываемся о выборе своей профессии.

В вашем возрасте это сделать нелегко. Помогают вам в этом выборе воспитатели, психолог, социальные педагоги, друзья, люди, к мнению которых вы прислушиваетесь, которые служат вам примером.

При выборе профессии существует множество нюансов. Можно применить целую научно разработанную систему, состоящую из нескольких способов поиска.

- Что ты ценишь в себе?

- Трудно ли было находить в себе хорошее качество, что ты при этом чувствовал?

Информация для ведущего. Детям иногда трудно назвать качество на нужную букву или найти в себе положительное качество, ведущему важно вовремя поддерживать ребенка, оказать ему помощь и привлечь для этого других участников группы.

Упражнение «Какой он?»

Может использоваться для активизации участников, и как заключительное: позволяет стимулировать эмоции.

Один из участников (водящий) выходит за дверь, а остальные загадывают кого-то из группы. Водящий, задавая вопрос «Какой он?», должен по качествам, называемым участниками, догадаться, кто был загадан.

Упражнение «Волшебная рука»

Инструкция: «На листе обводим свою руку. На пальчиках пишем свои хорошие качества, а на ладошке - то, что ты хотел бы изменить».

Обсуждение (рефлексия):

- Когда тебе было трудно говорить о себе: при поиске положительных качеств или отрицательных качеств?

Упражнение «Назови себе имя - 2»

Это упражнение проводится так же, как и упражнение «Назови свое имя»; только каждый последующий участник называет имя и качества предыдущего участника. Кроме того, проводится еще один круг, где каждый участник

- Сказать любимое выражение близкого человека.
- Попрыгать на одной ножке и похлопать в ладоши одновременно.
- Лево́й ногой почесать себя.
- Погладить по голове такого-то человека.
- Попрыгать как лягушка.
- Встать на колени перед стеной и сказать: «Дурак, есть дурак!» и постоять около стены со скорбным выражением лица 30 секунд.
- Встать в центре комнаты и сказать: «Я самая красивая!»
- Встать на колено перед кем-то и сказать: «О свет моих очей, огонь моей Души!»
- Обнять и поцеловать в щечку такого-то и т.д.

При выполнении заданий важно добиться искренности исполнения

II раздел ЛИЧНОСТНЫЙ БЛОК

1 этап. Ориентировочно-диагностический.

Упражнение «Назови свое имя»

Инструкция: «Сядьте, пожалуйста, в один большой круг, назовите свое имя и положительное качество (то, что вы в себе цените) на первую букву имени, по кругу.

После проведения упражнения можно провести обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

Сегодня мы с вами познакомимся с одним из способов - житейским, определим ваш мотив выбора профессии.

А для начала проведем игровую разминку. Я предлагаю вам разделиться на две команды.

(Деление на команды повышает активность учащихся)

2. «Сантики-фантики-лимпопо»

Выбирается участник (водящий), который выводится за дверь. Остальные становятся в круг и выбирают ведущего, после чего начинают хлопать в ладоши единым ритмом и громко повторять "Сантики-фантики-лимпопо".

Водящий становится в центр круга, в это время ведущий, незаметно для водящего немного меняет движение - например добавляет в хлопок кивки головой. Задача группы - быстро поменять движение, но так чтобы водящий не догадался кто является ведущим. Если водящий угадывает ведущего, кто ведущий становится водящим и выходит за дверь, группа выбирает нового ведущего и игра повторяется.

Задачи этапа: создание психологического климата, подготовка участников к взаимодействию, позволяющему перейти к основному игровому содержанию.

Технической и методической оснащение: Видеоролик о профессиях, проектор, компьютер .

II. Основная часть

Игра «Назови профессии или специальности на заданные буквы»

На карточках напечатаны: К, Р, О, П (представитель команды вытягивает незаполненные карточки с заданием)

Задание: надо придумать профессии или специальности, начинающиеся на заданную букву. За каждую названную профессию или специальность команда получает 1 балл. Если названная профессия или специальность вызывает сомнение, команда должна объяснить, чем занимается представитель данной профессии или специальности. Если команда не сможет дать объяснение, то ответ не засчитывается. Чья команда это сделает лучше и быстрее? - дополнительные 3 балла.

подросток зачитывает свой мотив, который остался у него не зачеркнутый. Вывод делается ведущим исходя из ответов детей-*Задачи:* опыт коллективного взаимодействия и знания профессий и специальностей .

Техническое и методическое оснащение: карточки с заданиями.

Игра «Самая – самая»

Вам будут предлагаться некоторые необычные характеристики профессий, а вы должны по очереди называть те профессии, которые, по нашему мнению, в наибольшей степени соответствуют данной характеристике. За каждую названную профессию или специальность команда получает 1 балл. (Ведущий называет первую характеристику, а команда сразу же по очереди предлагают свои варианты профессий. Если у кого-то возникают сомнения, что названа самая-самая подходящая к данной характеристике профессия (или близкая к самой-самой), то можно задавать уточняющие вопросы).

Назовите профессии:

Самая зеленая

Самая сладкая

Самая денежная

Самая волосатая

Самая детская

Самая смешная

Самая общительная

Самая серьезная

Задачи: уважение мнения других участников игры. Формирование объективных знаний о профессиях.

Игра «Основной мотив твоего выбора»

Это упражнение помогает разобраться в том, что же двигает человеком при выборе профессии (распечатка 16 основных мотивов выдается каждому участнику).

Список мотивов включает 16 фраз.

Ведущий дает задание: зачеркнуть 8 из 16 мотивов, которые к тебе меньше всего относятся. У ребят остается 8 мотивов. Следующие задание - зачеркнуть 4 мотива, которые в меньшей степени руководят тобой. Потом нужно исключить еще 2 менее

меняются местами. При этом, кто стоит в кругу, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот кто останется без места, выходит в круг и продолжает игру».

Упражнение «Восточные стихи»

Для создания веселой атмосферы можно использовать сочинения восточных стихов. Детям объясняется принцип, по которому складываются восточные стихи, и предлагается побыть поэтами. Можно сочинять индивидуально, а затем зачитывать свои стихи, а можно сочинять всей группе вместе.

Правила «Восточного стихотворения»:

Главное слово (существительное).

Прилагательное, прилагательное.

Глагол, глагол, глагол.

Фраза, выражающая отношение.

Существительное (заключительная мысль).

Упражнение – игра «Я – Луноход»

Один участник (доброволец) начинает ползать на коленях и говорить: «Я – Луноход – 1». Тот, кто засмеется, становится следующим «Луноходом», ползает и говорит: «Я – Луноход – 2» и так далее, пока все участники станут «Луноходами».

Игра в «фанты»

Игра в «фанты» хорошо известна. Задания должны вызывать смех, раскрепощать. Можно использовать следующие задания:

- Выглянуть в коридор и крикнуть: «Земля имеет форму чемодана!», «Прокукарекать», закричать «Ура!».

- Пройтись как такой-то!

Цель: выявление интересов подростка.

Тест WEIS (автор Г. Векслер).

Цель: определение уровня интеллектуального развития учащегося.

Тест “СМОЛ” (для учащихся 14–16 лет).

Цель: выявление типа личности подростка, его характерологических особенностей.

Тест Шмишека (для учащихся 12–14 лет).

Цель: определение типа акцентуации характера.

Тест “Анализ семейной тревоги” (Э.Г.Эйдемиллер).

Цель: определение уровня эмоционального контакта подростка с членами семьи.

Тест Семейная социограмма” (автор Э. Г. Эйдемиллер).

Цель: выявление семейных межличностных отношений.

Тест “К чему люди стремятся в жизни”.

Цель: измерение ценностной ориентации подростка.

Тест “Агрессивность”.

Цель: определение эмоционального состояния.

Самооценка.

Цель: изучение степени адекватности оценки подростком самого себя и самопринятия.

Социометрия (автор Д.Морено).

Цель: определение социометрического статуса учащегося в учебном коллективе.

Приложение 6

Картотека игротерапии.

I БЛОК Стадии развития творческой группы.

Упражнение «Пересядьте все те, кто...»

Участники садятся по кругу. Водящий стоит в центре круга.

Инструкция: «Стоящий в центре круга предлагает поменяться местами (пересест) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Этот признак называет ведущий. Например, «пересядьте все те, кто любит мороженное». Участники

важных из четырех. И потом удаляем еще один из двух. Каждый подросток зачитывает свой мотив, который остался у него не зачеркнутый. Вывод делается ведущим исходя из ответов детей.

Задачи: Проживание опыта коллективного взаимодействия и опыта выбора. Осознание мотивов при выборе профессий Построение своей деятельности в контексте ситуации и отношений с другими людьми. Развитие коммуникативных навыков и социально-психологических свойств личности. Развитие рефлексии и саморефлексии.

Техническое и методическое оснащение: карточки с заданиями Игра «Угадай профессию»

Ведущий перечисляет профессиональные качества, а команды угадывают и называют профессию. За правильный ответ – 1 балл.

Профессиональные качества:

Физическая подготовка

Дисциплина

Решительность

Ответственность

Находчивость

Коммуникабельность

Самосовершенствование

Выдержка

Собранность

Ответственность

Способность убеждать людей

Отвага

Память на образные предметы

Патриотизм

Переключаемость внимания

Знание техники и оружия

Знание оборудования

Задачи: Сопоставление личностных качеств и профессии. Осознание опыта коллективного взаимодействия.

Игра «Профессиональные качества»

Естественно, что каждая профессия требует определенного набора качеств, которыми должен обладать представитель

данной профессии. Сейчас мы выясним качества, присущие тем профессиям, которые выбираете вы - выпускники нашего детского дома. (Дети самостоятельно анализируют и перечисляют качества заданных профессий в карточках). Выигрывает та команда, которая более полно составит профессиональные качества – 5 баллов.

Профессии: ВОДИТЕЛЬ УЧИТЕЛЬ ПОВАР
БУХГАЛТЕР

Задачи: Развитие самостоятельности и принятия решений.

Техническое и методическое оснащение: карточки с заданиями

Игра «Пантомима»

Раздаются карточки с указанной там профессией (желающим) - показывать содержимое карточки командам нельзя.

Задание: необходимо изобразить профессию, указанную в карточке при помощи жестов и мимики, без слов. Команды должны угадать, какую профессию им демонстрируют, за правильный ответ – 1 балл.

Предлагаемый список профессий:

Плотник, пилот, учитель, портниха, врач, повар, бизнесмен, доярка, учитель, кондитер, директор фирмы, садовод, уборщица.

Задачи: развитие опыта коллективного взаимодействия.

Техническое и методическое оснащение: карточки с заданиями, фонограмма с весёлой музыкой.

Игра «Закончи пословицу»

Задача участников игры закончить пословицу, которые им буду предлагать. За каждую правильно законченную пословицу команда получает 1 балл:

1. Уменье и труд все (перетрут).
2. Не стыдно не знать, стыдно не (учиться).
3. Дело мастера (боится).
4. За всякое дело берись (умело).
5. Умение везде найдет (примененье)
6. Птицу узнают в полете, а человека в (работе).
7. Маленькое дело лучше большого (безделья).
8. Без труда не выловишь рыбку из (пруда).
9. На работу он сзади последних, а на еду — впереди (первых).

- поведенческие характеристики и т.п.

4. Обеспечение кадрового и научно-методического ресурса введения технологии.

5. Отбор или разработка игр в соответствии с задачами реабилитации целевой группы (ролевых, деловых, психологических, моделирующих).

6. Формирование интегрированных групп. Введение целевой группы. Индивидуальные беседы. Контакт с семьёй.

7. Тренинги на доверие, на снятие стресса, на сплочение группы, на командообразование.

8. Разработка объединяющей на весь период идеи, формы групповых встреч (фабрика игр, путешествие в игровую вселенную, игровой тренажёр и т.п.)

9. Разработка правил поведения в группе, общих игровых правил.

10. Проведение игровых занятий, игр различной длительности, мероприятий с игровым содержанием, игровых состязаний, конкурсов.

11. Проведение арттерапевтических упражнений и тренингов, тренинги на коммуникацию, на формирование положительного образа «Я», снятие агрессии, личностного роста, освоение социальных навыков.

12. Промежуточная диагностика по критериям результативности технологии.

13. Организация продуктивного досуга обучающихся.

14. Индивидуальная коррекционная работа в соответствии с дефицитами подростков целевой группы.

15. Организация социальной практики, социального действия обучающихся (волонтерская деятельность, социальные акции и т.п.) с применением полученных игровых, социальных навыков.

16. Заключительная диагностика по критериям результативности технологии.

17. Подведение итогов периода. Заключительный праздник. Поощрения. Перспективы.

Приложение 5

Диагностические методики внедрения технологии «Игротерапия»

Тест “Учебная мотивация” (автор Г.А.Карпова).

III. Анализ игры. Рефлексия. Подведение итогов.

Обсуждение игры.

Список литературы:

- Баум Х. Крокодилопопугай. Игры в помещении для развития и отдыха. Москва, 2008. -144с. 143с.
- Богатырева Т.Л. Практическому психологу. Цикл занятий с подростками.
- Методическое пособие для школьных психологов и социальных педагогов. –М.: Педагогическое общество России, 2007.
- Копытин А., Корт Б. Техники аналитической арт-терапии. Санкт-Петербург, 2007. -144с.
- Непопалов В. Основы конфликтного поведения. Москва, 2003. -71с.
- Самоукина Н. Игры в школе и дома. Ярославль, 2004. -208с.
- Фопель К. С головы до пят. Москва, 2005. -143с.
- Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/Пер. с нем.-М.: Генезис, 2002

Приложение 4

Алгоритм введения технологии «Игротерапия»

1. Исследование контингента. Выделение группы для экспериментального введения технологии (3-5 человек)
2. Психолого-педагогическая и социально-педагогическая диагностика. Выявление проблем ребёнка, дефицитов развития. Составление индивидуальных карт.
3. Первичная диагностика по критериям результативности технологии:
 - самооценка, сформированность позитивной «Я» - концепции,
 - уровень мотивации к познавательной деятельности, саморазвитию,
 - самоконтроль, эмоциональная регуляция,
 - ценностные установки,
 - социальные связи,
 - уровень навыка самопознания и саморазвития;
 - уровень освоения социально-правовой нормативности;
 - отношение к ЗОЖ;
 - акцентуация личности;

10. Больше дела – меньше (слов).

11. Не откладывай на завтра то, что можно сделать (сегодня).

12. Кончил дело — гуляй (смело).

Задачи: развитие опыта коллективного взаимодействия, принятия решений .

Техническое и методическое оснащение: проектор, компьютер.

III. Анализ игры. Рефлексия. Подведение итогов.

Обсуждение игры. Подведение итогов, награждение.

Литература:

1. Пряжников Н.С. Профорентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - Москва: Вако, 2005.
2. CHUDOPREDKI.RU Сайт для родителей «Детские радости »
Пословицы
3. Русские пословицы и поговорки/ под редакцией В. Аникина, - М.- :Худож. лит., 1988

Приложение 2

Занятие с элементами тренинга направленное на преодоление тревожности у подростков «Я могу все сам!»

Цель: создание условий для повышения уровня самопринятия.

Материал: карточки по количеству участников; бумага и карандаши, краски; маленький мяч; карточки с именами участников.

Ход занятия:

Разминка «Приветствие»:

«Давайте поздороваемся сегодня так: я подхожу к стоящему справа и, прикоснувшись пальцем к кончику его носа, здороваюсь. Тот, носа которого коснулись и с кем поздоровались, проделывает ту же процедуру со следующим игроком. И так по цепочке».

1. Игра « Скажи о себе что-нибудь хорошее».

Каждый из участников вытаскивает из колоды карточку, на которой написано незаконченное предложение. Его надо закончить вслух. Дети отвечают по кругу. Карточек должно быть не меньше количества детей. Примеры незаконченных предложений:

- Мне нравится, что я... (умный, ношу модные джинсы, быстро бегаю и.);
- Вчера я сделал хорошее дело... (убрал в комнате, сделал

задание, помыл посуду и др.);

- У меня есть такое хорошее качество, как ... (доброжелательность, дружелюбие, умею постоять за себя, доброта и др.);
- Меня можно похвалить, например... (я не плачу, помогаю родным и др.);
- Я люблю заниматься... (вязанием, чтением, гулять, играть в компьютер);
- Я люблю себя за то, что я ... (добрый, вежливый, умный и др.);
- Я расскажу вам о своем хорошем поступке. Однажды... (уступила билет подруге, помогла старушке, отдала конфету маме и др.).

После проведения каждый отвечает на вопрос: «Как я чувствовал себя, говоря о своих положительных качествах?».

2. Игра «Карикатура».

Детям предлагается нарисовать карикатуру на самого себя и отобразить в ней некоторые свои недостатки. Дается 10 минут. Затем каждый из ребят представляет свой рисунок.

Рефлексия. В чем испытали затруднения при выполнении рисунка?

3. Игра «Комплименты».

-Давайте скажем друг другу комплименты. Я беру мяч и бросаю его любому и обратившись по имени и выразив ему свою похвалу. Например: «Наташа, мне понравилась, как здорово ты сегодня выглядишь».

Мяч должен побывать у каждого из участника. После выполнения можно спросить детей, в чем они испытали затруднение.

4. Игра «Рисунок моего настроения».

Дети рисуют то, что может отразить их настроение «здесь и сейчас». Нерешительным предлагается просто набрать кисточкой краску понравившегося цвета, поставить кончик кисточки (карандаша) в любое место листа и делать спонтанные мазки.

5. Игра «Метафора».

Детям предлагается вытащить наугад одну из карточек с именем кого-то из ребят группы. Теперь нужно придумать какую-то метафору, которая поможет остальным угадать, чья карточка

- Игра «Чудесный мешочек»

Эта игра требует сосредоточенности на своих ощущениях, позволяет проверить, как работает интуиция.

В мешочке лежат разные предметы (пуговица, ключ, монетка, вата, губка, ракушка, камень, маленькая мягкая игрушка, деревянная игрушка матрешка). Задача каждого участника – опустить руку в мешочек, нащупать предмет, попробовать отгадать его (за это жюри ставит один балл) и рассказать о своих ощущениях: из чего сделан этот предмет (за это жюри ставит дополнительный балл).

- Игра «Изобретатель».

Команде предлагается листочки со словами. Необходимо из каждого слова взять последние слоги или любые другие и составить новое слово:

Мебель, ружьё

Соломка, пора, мель

Лиса, бельмо, буклет

Полувер, пальто, билет

Молоко, реле, лассо

Пастух, платина, лагерь

Сапоги, парашют, фантазия

Мука, рагу, диван

Обруч, кара

Олово, дорога, проба, невод

Молоко, стекло, раскол

Ведущий предлагает подсчитать фрагменты “Карты жизни”.

Участники считают фрагменты. При отсутствии фрагментов ведущий предлагает принять участникам решение – кто добровольно хочет остаться на острове. В случае если решение не будет принято, остров погибнет вместе с путешественниками.

Принятие участниками решения. Доброволец говорит о своем решении и обосновывает свой выбор. Время подходит к концу, гаснет свет, пауза...

Звучит музыка.

Ведущий говорит о том, что это было самое главное испытание, с которым команда справилась. За это она получает недостающие фрагменты карты. Остров спасен. Ведущий предлагает составить из фрагментов “Карту жизни”.

Испытания:

Ведущий дает игрокам задания, соведущие помогают контролировать выполнение заданий.

- *Игра «Печатная машинка»*. Каждому участнику даются определенные буквы. Затем ведущий произносит слово или фразу, которую группа должна «напечатать». Печать каждой буквы обозначается хлопком человека, которому она дана. Таким образом, а) ведущий хлопает – «нажимает», б) участник отвечает – «отхлопывает» букву, в) все хлопают – пауза.

- *Игра «Вавилонская башня»*

На уровне трех метров привязан лист бумаги, из которого нужно сделать оригами. Группе необходимо достать до него, не опираясь на то, к чему привязан лист, используя только друг друга в качестве «строительного материала». Разговаривать во время упражнения запрещается.

- *Игра «Я + ты = мы»*.

В этой игре нужно быть внимательным и организованным. Этот веселый конкурс рассчитан на быстроту реакции, ориентации, сплоченность команды.

По хлопку в бубен команде нужно быстро построиться:

1. По росту. Участники команды выстраиваются в «линеечку» от самого высокого участника до самого низкого. Жюри оценивает быстроту и правильность исполнения задания.
2. По цвету глаз (от светлых к темным).
3. По дате рождения.

- *Игра «Колечко»*.

Группа выходит из комнаты. Ведущий размещает колечко в комнате так, чтобы оно было в поле зрения участников. Например, повесить на гвоздик, одеть на горлышко бутылки, положить на стол, где и так куча всяких предметов, заколку можно приколоть к занавеске.

Группа заходит в комнату и молча ищет колечко. Нашедший молча и никоим образом не показывая виду, что он нашел, садится на свое место. Чем меньше остается ищущих, тем сложнее найти предмет. Последнему приходится совсем тяжело.

- *Игра «Определи музыкальный инструмент»*. Звучит фонограмма. Участники должны отгадать музыкальный инструмент

кому досталась. В качестве метафоры могут выступать строчки из песни, яркий образ, может быть какая-то ассоциация, связанная с этим человеком. Например, можно предложить такую метафору: «Когда я думаю об этом человеке, то представляю себе повара с булочкой...» Или: «Зная увлечения этого человека, я сразу вспоминаю лето, речку, раннее утро и поплавок, ныряющий в воду...» Или: «Зная что любит этот человек, я представляю его шофером автобуса»

Вопрос детям после выполнения: «В чем испытали трудность, когда находили ассоциации».

б. *Игра «Подарки друзьям»*

- Все любят подарки получать. Вот и сейчас каждому из нас подарят необычный подарок, но очень необходимый и нужный. В качестве подарка может выступать все что угодно. Например: «Я хочу подарить Кате шкатулку. В ней она найдет смелость, которая ей очень пригодится». Мяч бросается Кате. Все дети по кругу или по желанию «дарят» друг другу подарки. Игра заканчивается аплодисментами.

Примечание. Задавая образец подарка, можно вручить его наиболее тревожному ребенку. Ведущий подчеркивает ценность и значимость смысла подарков. Полезно обсудить с детьми после игры, что им понравилось, а в чем испытали трудности.

Ритуал прощания «Спасибо за прекрасный день»

Это так же дружеский ритуал завершения занятия. С его помощью в детях развивается важное качество, столь редкое в наш век высоких скоростей, — умение благодарить и выражать дружеские чувства, чувство уверенности.

Детям предлагается встать в общий круг. Им объясняется, что так им будет лучше выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из ребят становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ребенок, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится

последний участник, круг замыкается и церемония заканчивается крепким троекратным пожатием рук и общей громкой благодарностью всем участникам. Этим игра и завершается.

Рефлексия.

-Что тебе понравилось сегодня? Что чувствуешь сейчас?

Приложение 3

Психологическая игра

«Наводнение»

(игра-проживание с элементами драматизации)

Цель: Самораскрытие участников занятия, создание условий для проявления творческой, профессиональной и личностной индивидуальности.

Задачи: Создать условие для получения опыта сотрудничества и бесконфликтного общения в классе при помощи реализации принципа внутренней активности ребенка.

Участники: Возраст участников: 11-15 лет. Размер группы: 15 человек.

Описание проблем или задач развития, на решение которых направлена данная игра: Создать условие для развития мотивационной сферы, опыта для построения своей деятельности в контексте ситуации и отношений с другими людьми. Условий для осмысления личной системы жизненных ценностей и смыслов, готовности к совершению выбора.

Предполагаемый психологический результат: приобретение и проживание опыта принятия решения и ответственности за принятое решение. Получение опыта и проживания построения своей деятельности в контексте ситуации и отношений с другими людьми. Получение опыта совершения ценностно-смыслового выбора и проживания его последствий.

Описание сюжетной канвы, игровой результат, тип сюжета: Тип сюжета – метафорический. Группа путешественников волею случая оказалась на острове. Остров постепенно погружается в море. Остановить погружение острова в воду и спастись возможно, только в том случае, если люди сумеют добраться до

«Пещеры Жизни» и, пройдя испытания, восстановить карту острова. Символом прохождения испытания является фрагмент карты острова. Если команда не прошла одно из испытаний, один из игроков может пожертвовать собой – добровольно остаться в пещере на острове. В этом случае команда получает фрагмент карты. Задача усложняется ограничением во времени – для спасения острова у игроков есть только два часа.

Продолжительность игры: 2,5 часа.

Оборудование: мяч, свечи, магнитофон, лист ватмана, фломастеры, набор мелких предметов, фрагменты карты, мешочек.

Ход игры

I. Разминка

Динамическая разминка:

- *Упражнение «Давайте поздороваемся».* Дети по сигналу начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на пути. Здороваться надо определенным образом:

1 хлопок - здороваемся за руку;

2 хлопка - здороваемся плечами;

3 хлопка - здороваемся спинами

Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время игры.

Упражнение «Пожелай другому». Высказываются друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Бросается мяч любому и одновременно говорится пожелание. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему, высказывая ему пожелание на сегодняшний день. Необходимо, чтобы мяч побывал у всех.

II. Основная часть

Ведущий знакомит с сюжетом и правилами игры, спрашивает участников, все ли согласны пройти испытания. Участники слушают ведущего, каждый принимает и озвучивает свое решение.

Ведущий предлагает назвать свое качество и качество всей группы, которые помогут справиться с заданием. Участники по очереди называют качества. Соведущий записывает качества на листе ватмана.