Государственное бюджетное образовательное

учреждение среднего профессионального образования

«Колледж связи №54»

Программа адаптации детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

«Дом, который нас обнимает».

(10 развивающих занятий)

Автор Васильева Н.В.

2014

**Программа: «Дом, который нас обнимает».**

**Пояснительная записка.**

В средних профессиональных учебных заведениях обучаются студенты, в числе которых есть, те кто относится к категории детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а так же, являющиеся социальными сиротами. В своей работе с данной категорией обучающихся, педагог-психолог должен учитывать, что у этих подростков наблюдается несформированность или нарушение представление о доме, который является одним из важнейших понятий для любого человека, а особенно для подростка.

Понятие дом является чрезвычайно емким и включает в себя родительскую опеку, тепло, любовь близких людей, безопасность, надежность и защиту. Формирование у подростка положительного представления о доме имеет огромное значение для его психического развития и социальной адаптации, что и обусловило необходимость разработки программы «Дом, который нас обнимает».

Представленная программа дает возможность диагностики и коррекции нарушенного представления о доме у подростков, способствует активизации его творческой деятельности, повышению коммуникативных навыков и самооценки. Она предполагает использование арт-терапевтических техник при создании изображения дома.

Работа с образом дома выбрана мной не случайно, так как дом в народной культуре является источником основных жизненных ценностей, счастья, достатка, единства семьи и рода. Поэтому для детей-сирот этот образ является ресурсом, который выполняет жизнеобеспечивающую, защитную, идентифицирующую,смыслообразующую, исцеляющую восстанавливающую и сберегающую функции.

Создание сказочного дома, с использованием различных творческих материалов для рисования, позволяет подростку приобрести опыт создания и организации дома, который он может использовать в реальной жизни.

**Цель:** психологическая и социальная адаптациядетей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а так же, являющихся социальными сиротами через формирование позитивного образа дома.

**Задачи:**

1. Выявление и коррекция нарушенных представлений о доме;
2. Реализация потребности в психологической безопасности, эмоциональном и физическом комфорте;
3. Сохранение и восстановление связей с близкими людьми;
4. Творческое самовыражение.

**Содержание программы:**

1. Занятие № 1 «Волшебная страна имен».
2. Занятие № 2 «Создание своей планеты ».
3. Занятие № 3 «Дом моей души».
4. Занятие № 4 «Герб и флаг волшебного города ».
5. Занятие № 5 «Свиток правил и печать волшебного города ».
6. Занятие № 6 «Изготовление талисмана».
7. Занятие № 7 «Ларец счастья».
8. Занятие № 8 «Безопасные места ».
9. Занятие № 9 «Свет мой зеркальце, скажи…»
10. Занятие № 10 « Мой портрет в лучах солнца»

**Занятие № 1 «Волшебная страна имен».**

Цель: развитие идентификации со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Материалы: Клубок ниток, гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги формата А3,спокойная музыка.

Инструкция: Мне очень приятно всех вас видеть. На наших занятиях мы будем много путешествовать, фантазировать, узнаем много новых сказочных историй. Будем учиться слушать и понимать друг друга. Устраивайтесь поудобней и я расскажу вам одну удивительную историю.

В те далекие-далекие времена, когда нас с вами еще не было на свете, появилась в нашей Галактике чудесная сказочная страна. И жили в той стране самые разные имена. Никто не видел, как они выглядели, но говорили, что они были прозрачны как воздух, и серебрились переливами красочных огоньков. С первыми лучами солнца имена собирались на цветочной поляне и начинали рассказывать друг другу разные сказочные истории. И тогда поляну заполнял сладостный звук музыки, который просто завораживал. А еще имена любили путешествовать. Особенно нравилось им прилетать на нашу планету. Переливаясь разноцветными огоньками, они спускались на землю в то время, когда люди спали. И тогда всем снились прекрасные сны, ведь имена умели рассказывать интересные истории. А они знали, уж поверьте, очень много. Людям так понравились эти волшебные существа, что они тоже стали придумывать себе имена. И оказалось, что так даже легче общаться друг с другом.

Вот и до сих пор. Когда рождается новый маленький человечек, родители дают ему имя. А если родители долго не могут решить, как назвать своего малыша, то на помощь им прилетают имена со сказочной планеты и нашептывают им во снах свои истории. Так продолжается жизнь имен на земле.

Сегодняя предлагаю вам попробовать разгадать тайну ваших имен. Мы отправимся в сказочную страну Имени, и если нам повезет, то мы сможем не только услышать наши имена, но и увидеть их. Но чтобы войти в сказочную страну, нужно соткать паутинкуиз наших имен. И только тот, кто пройдет через эту паутинку, сможет наполниться волшебной силой и прикоснуться к таинству имени. Вы готовы?

У меня в руках клубочек. Каждый из вас будет брать его в руки и наматывать ниточку на свой стульчик, произнося свое имя и перекидывает клубок другому.

Вы молодцы! Все действовали дружно и поэтому соткали такую чудесную «паутинку» из наших имен. Теперь нам осталось только пройти через нее, чтобы наполниться волшебной силой. В добрый путь!(Дети по очереди перелезают через паутинку, помогая друг другу).

Вот мы и добрались до страны Имени и находимся в самом ее сердце. Слышите, волшебные звуки музыки уже встречают нас. Давайте присядем и приготовимся к встрече со своим именем. Закройте глаза и представьте себе, на что похоже ваше имя, как оно выглядит? Из чего оно сделано? Какие в нем есть цвета? Как звучит? Как двигается?

Внимательно послушайте, что нашепчет вам музыка страны Имени. В какую тайну вас посвятит.

А теперь используя эти волшебные предметы(гуашь, карандаши и т.д.), изобразите портреты ваших имен, чтобы все могли не только слышать, но и увидеть ваши чудесные имена. Выбирайте, что вам нравится, и приступайте к работе. У вас есть 15 минут.

Вы молодцы! Вы были очень внимательными и смогли познать тайну своего имени. А сейчас пора возвращаться. Мы совершим круг почета своим именам. Спасибо, чудесная страна, и до свидания!

**Занятие № 2 «Создание своей планеты ».**

Цель: увидеть, осознать ребенку свою скрытую созидательную силу и найти пути ее применения в жизненной практике, либо обнаружить в себе разрушительные тенденции и задуматься, каким образом лучше использовать свой потенциал.

Материалы:Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги формата А3, спокойная музыка.

Инструкция: Мне очень приятно снова всех вас видеть.Устраивайтесь поудобней и я расскажу вам еще одну удивительную историю.

Когда-то давным - давно на этой планете ничего не было. Не было гор и равнин, лесов и полян, рек и озер, морей и океанов. Не было травы и деревьев, животных и людей. Даже солнце, месяц и звезды не светили здесь. Для кого-то эта планета показалась бы унылой и безжизненной, кто-то бежал бы оттуда, думая, что ничего сделать невозможно. Но на самом деле, огромную силу таила в себе эта планета для того, кто умеет увидеть в белом листе тайну не проявленного. И пришел на эту планету Творец , каждой клеточкой тела своего он ощутил потенциал «белого листа», и было у него множество средств, чтобы сделать видимым для всех тайны этой планеты. И зажег он на небе солнце, месяц и звезды, и создал он условия на планете, пригодные для жизни. Населил планету разнообразными существами. И радовались они тому, что могут видеть и быть видимыми…

Сейчас каждый из вас подобно Творцу создаст свою планету и придумает ей название.

В процессе обсуждения важно сделать акцент на том, какие планеты мы создаем, пригодны ли они для жизни, уютно ли в них, есть ли перспективы у тех, кто на них живет. Это есть проявление того, что ребенок строит внутри себя и вокруг себя.

«Вы сегодня здорово потрудились и сотворили прекрасные планеты. Молодцы! Спасибо всем!

**Занятие № 3 «Дом моей души».**

Цель: определение личностных ценностей, актуализация личностных ресурсов, повышение уверенности в себе.

Материалы: Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги формата А3,спокойная музыка.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Давайте мы с вами поговорим о том.что для вас значат слова «Мир дому твоему», «Вот мы и дома». « Домашний очаг», « Мой дом – моя крепость».

Ставится спокойная музыка и ребятам предлагается представить место на планете, которую они создали на прошлом занятии, где им хорошо, их самое любимое место и рассмотреть пейзаж вокруг. Затем их просят мысленно построить там сказочный, волшебный дом и нарисовать увиденный образ. Что находится внутри этого дома? Что его окружает? Где твоя комната? На рисование отводится 15 минут.

Попробуйте написать историю про волшебный дом, ответив на вопросы:

1. Почему твой дом волшебный?
2. В чем проявляются волшебство и необычность дома?
3. Чем твой дом отличается от других, в чем его ценность?

Когда все работы будут выполнены, ребята делятся своими рисунками и впечатлениями от задания, презентация своих домов.

**Занятие № 4 «Герб и флаг волшебного города ».**

Цель: активизация творческой деятельности ребенка, формирование конструктивного взаимодействия с людьми.

Материалы: Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги формата А3,музыка.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Сегодняшнее наше занятие мы начнем с того. что разместим ваши рисунки с домами в одном месте(стена, доска, дверь). Вот у нас и получился город домов, город которому нужно дать название, создать герб и флаг. На рисование отводиться 15 минут. Затем обсуждается с детьми название, герб и флаг. После обсуждения ребятам предлагается каждому нарисовать своим цветом на выбор дорогу к тем домам, с которыми они хотели бы дружить и ходить в гости.

**Занятие № 5 «Свиток правил и печать волшебного города ».**

Цель: активизация творческой деятельности ребенка, формирование конструктивного взаимодействия с людьми и адекватной самооценки.

Материалы: Гуашь, сырой картофель, морковь, кисти, пластмассовые ножи, листы обоев, лист ватмана, музыка.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Жизнь в нашем волшебном городе протекает по определенным правилам. Но самое интересное то, что каждый из вас может установить здесь любые правила, которые покажутся вам разумными. Какие правила каждый из вас введет в нашем городе?

Сейчас каждый из вас получит свиток, на котором он должен будет записать свои правила. Затем он объявит их для всех жителей города. На эту работу у вас есть 10 минут.

После того как все ребята огласят свои правила, необходимо составить из них один список. Для этого необходимо выделить общие для всех правила, а также предложенные отдельным участником, но которые готовы принять и остальные.

Единый свод правил можно записать на отдельном листе и украсить. Он будет висеть на стене.

Обсуждение проходит по следующей схеме:

* Какое из собственных правил тебе кажется особенно важным?
* Понравилось ли тебе чье-то другое правило?
* С какими правилами ты был совершенно не согласен?
* Сложно ли будет тебе соблюдать принятый свод правил?

А теперь мы вместе используя ножики и овощи вырежем печати для нашего города. На эту работу у вас есть 15 минут. Когда печати готовы, каждый ребенок на ватмане ставит свой оттиск печати выбранным им цветом. Затем каждый может развивать и дополнять общий рисунок. После этого результаты работы обсуждаются. Созданная композиция помогает формированию адекватной самооценки на бессознательно-символическом уровне. Ведь печати обычно ставят те, кто обладает соответствующим социальным статусом. Так мы помогаем ребенку конструктивно и творчески утверждать себя.

**Занятие № 6 «Изготовление талисмана».**

Цель: развитие воображения, актуализация личностного ресурса.

Материалы: Стеклянный сосуд,гуашь, пластилин, нитки и кусочки ткани.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Сегодня я хочу рассказать вам об одном старинном и очень надежном способе защиты себя и своего волшебного дома. Для этого мы с вами возьмем наши волшебные сосуды и используя краски, кисти и другие материалыизготовим талисман, который будет вас оберегать. На эту работу у вас есть 20 минут.

После этого результаты работы обсуждаются.

**Занятие № 7 «Ларец счастья».**

Цель: создание эмоционально-положительного настроя, открытие внутренних ресурсов.

Материалы: Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги, картонная коробка, музыка.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Давайте сегодня мы с вами вспомним замечательную сказку про ослика, который очень хотел найти счастье. Но сначала надо было узнать, что это такое. И он отправился к своему соседу – барашку.

- Здравствуй, у тебя счастье есть?- спросил ослик. Может быть вот это счастье? - спросил барашек и расстелил перед осликом пушистый шерстяной платок. Нет, не думаю – ответил ослик и отправился к козочке. На вопрос о счастье, козочка сказала, что оно у нее наверно есть – молоко. Оно такое вкусное, полезное и вообще!..- Счастье- это не «вообще»- очень умно заметил ослик и пошел к селезню. Селезень предложил ослику ведро головастиков и сказал, что это и есть счастье. Как вам кажется чему учит нас эта сказка?

Теперь представьте себе, что вам дали волшебный ларец. В этом ларце могут находится только радостные вещи.Вы можете положить в ларец все то, что вас радует и там это будет в сохранности. Вы можете заглянуть в свой ларец в любой момент, когда вам нужно взбодриться. Что вы положите в ларец? Закройте глаза и подумайте о том, что доставляет вам радость. Постройте свой ларец счастья и наполните его изображениями того.что вам нравится.

На эту работу у вас есть 20 минут.После этого результаты работы обсуждаются.

**Занятие № 8 «Безопасные места ».**

Цель: активизация творческой деятельности ребенка, формирование положительной связи с образом дома, открытие внутреннего ресурса.

Материалы: Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, журналы, пластилин, листы бумаги формата А3,музыка.

Инструкция: Здравствуйте ребята! На прошлом занятии мы с вами создали ларец счастья, а сегодня давайте мы попробуем создать место, где будет находится наш ларец. А для этого закройте глаза и представьте себе комнату, в которой вам тепло, радостно и совершенно безопасно. Эта комната принадлежит только вам. Здесь никто не может обидеть, никто не может войти, если только вы сами этого захотите. Что находится в вашей комнате? Есть ли там кровать, стол,занавески, ковер? Есть ли стул? Он большой и мягкий или деревянный и жесткий? Есть ли окна? Занавески задернуты или отдернуты? Есть ли полки? Что на них? Журналы или книги? Мягкие игрушки? Игры? Комната светлая или темная? Не открывая глаз, еще раз осмотрите свою безопасную, уютную комнату. Открыв глаза, нарисуйте свою комнату как можно подробнее.

На эту работу у вас есть 20 минут.После этого результаты работы обсуждаются.

**Занятие № 9 «Свет мой зеркальце, скажи…»**

Цель: создание мотивации на познание себя, развитие рефлексивных способностей, развитие самосознания и воображения.

Материалы: Зеркало, листы бумаги формата А3, на которых нарисованы три зеркала, цветные карандаши.

Инструкция: Здравствуйте ребята! Сегодня вам предстоит пройти нелегкие испытания. Представьте. Что вы оказались у ворот Волшебного зеркала. Путники, проходящие через эти ворота, сталкиваются с самым необъяснимым, с самым непознанным в своей жизни – с собой. Иногда они ненавидят свое отражение, иногда боятся его, иногда считают его чужим… Пройти ворота смогут лишь те, кто знает, любит и принимает себя. А знаете ли вы того, кто отражается в зеркале?

Ребятам раздаются заранее подготовленные листы бумаги, на которых нарисовано три зеркала. Под первым зеркалом находится надпись «Я глазами родителей». Под вторым – «Я глазами друзей». Под третьим – «Каким я вижу себя». Дети должны карандашами нарисовать в зеркалах себя в соответствии с надписями.

На эту работу у вас есть 20 минут. По окончании работы проводится обсуждение. Примерные вопросы:

* Что я знаю о себе?
* Каковы мои положительные и отрицательные стороны?
* Что объединяет и что различает три отражения в зеркалах?

Вот мы и прошли ворота Волшебного зеркала. До следующей встречи!

**Занятие № 10 « Мой портрет в лучах солнца»**

Цель: создание мотивации на познание себя, познание и принятие своих положительных качеств.

Материалы: Гуашь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, листы бумаги формата А3,музыка.

Инструкция:Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами будем рисовать солнце. Но не простое солнце, а волшебное. Потому что в центре солнечного круга каждый из вас нарисует свой портрет. Когда портрет будет готов, нарисуйте лучи и вдоль волшебных лучиков напишите свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы лучей было как можно больше.

На эту работу у вас есть 20 минут. По окончании работы проводится обсуждение.

**Литература**

1. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей, специалистов, работающих с детьми. - Спб.: Речь, 2008
2. Коломинский Я. Л. Основы психологии. - М.: АСТ, 2010
3. Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. - М.: Когито-Центр, 2014
4. Методические рекомендации для педагогов-психологов по проведению игротренинговых занятий с обучающимися колледжей. - М.:ГБОУ УМЦ ПО ДогМ, 2012

5. Рыбакова С. Г. Арт-терапия для детей с задержкой психического развития: Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2007