

Программа групповых занятий с подростками специальных (коррекционных) классов VIII вида

Специальные (коррекционные) классы VIII вида классов призваны обеспечить учащимся адекватные их особенностям условия обучения и воспитания, предупредить дезадаптацию в условиях образовательного учреждения. Педагогу-психологу отводится особая роль в коррекционно-развивающей работе с данной категорией школьников, однако многие школьные психологи испытывают трудности, поскольку не могут определиться с направлениями своей коррекционной деятельности, затрудняются с анализом ее результативности.

Одно из самых приоритетных направлений - коррекция мотивационной сферы учащихся, поскольку личностные отклонения являются вторичными, то есть образуются вследствие общей неблагоприятной ситуации, в которой оказывается ребенок. Кроме того, школьные трудности учащихся обостряются при переходе в среднее звено школы. Учителя знают, что подростковый возраст — самый трудный, особенно это касается учащихся специальных (коррекционных) классов VIII вида. Трудно учителям, трудно родителям, трудно самим подросткам. Задача школьного психолога — помочь детям лучше узнать себя, свои сильные стороны, научить их преодолевать неуверенность в себе в различных ситуациях, научить общаться. Специально организованная групповая работа с подростками способствует реализации на практике названных задач.

Данная программа предназначена для групповой работы школьного психолога с подростками 11-14 лет (5-8-е классы).

Групповые занятия проводятся во внеурочное время, один раз в неделю. Продолжительность одного занятия — 30-40 минут.

ЗАНЯТИЕ 1

Цель: формирование положительной установки на работу в развивающей группе; создание доверительной и деловой атмосферы; формирование коммуникативных умений. *Оборудование:* набор игрушек, статуэток.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия

Ведущий предлагает детям занять места на расставленных кругом стульях. Ритуал приветствия вырабатывается всей группой. Можно предложить приветствовать друг друга, передавая привет пожатием руки по кругу.

2. Упражнение «Знакомство»

Ведущий предлагает учащимся задуматься, что в каждом ученике, его характере, отношении к жизни является самым важным, а потом в краткой форме изложить это группе. Начинать по желанию.

3. Игра «Прорыв»

Выбирается учащийся, которому необходимо любыми силами прорваться в круг. Вся группа становится в тесный круг и старается не пустить внутрь прорывающегося. Ученику разрешается применять хитрость, уговоры, подкуп, но не грубую физическую силу. Затем участники прорыва меняются ролями. После игры идет обсуждение ощущений игравших.

4. Упражнение «Метафора»

Ведущий предлагает всем поучаствовать в творческом процессе — совместном создании художественного образа (портрета) одноклассника. Желающему предлагается сесть в центр круга. Все остальные думают над вопросами:

- Какой образ рождается у вас при взгляде на нашего героя?
- Какую картину можно было бы дорисовать к этому образу?
- Какие люди могут его окружать, какой пейзаж составляет фон картины? И т.д.

Участники обмениваются впечатлениями, создают «картину» — каждый свою либо совместную. Если герой картины хочет узнать, какое он производит впечатление или какие ассоциации вызывает, можно «нарисовать» еще картину.

5. Игра «Молчанка» Выбирается

ведущий. Он произносит:

- Кто скажет слово или рассмеется, тот исполнит мое желание. Стоп!

Все затихают. Ведущий должен разговорить или рассмешить кого-нибудь из участников. Кто издал звук, тот и исполняет желание ведущего.

6. Игра «Кто летает?»

Детям объясняют, что это игра на внимание. Ведущий (сначала учитель, а затем участник группы) спрашивает, все должны без паузы отвечать. Если называется животное или механизм, который летает, например стрекоза, все хором должны ответить «летает» и руками показать, как это делает стрекоза. Кто ошибется, тот будет водить. Игра проводится в кругу.

7. «Игры индейцев»

Выбирается доброволец. За его спиной расставляются в произвольном порядке игрушки, статуэтки. По сигналу доброволец резко поворачивается, в течение пяти секунд рассматривает установленные предметы и опять отворачивается. Затем рассказывает всем, что он видел. Игру можно повторить несколько раз. Кто запомнил наибольшее количество предметов, тот и выиграл.

8. Ритуал прощания

На первом занятии обсуждается ритуал прощания. Обычно ритуал прощания подобен приветствию: «пока» передается пожатием руки по кругу.

ЗАНЯТИЕ 2

Цель: формирование положительной установки на работу в группе; выработка групповых норм и правил; развитие коммуникативных навыков.

Оборудование: разрезанная открытка, листки бумаги, цветные карандаши.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Выработка групповых норм и правил

Учитель говорит подросткам:

— На прошлом занятии вы как бы заново познакомились, узнали друг о друге что-то новое. Однако мне приходилось постоянно напоминать вам, как надо обращаться друг к другу, как вообще следует вести себя в группе. На сегодняшнем занятии я предлагаю всем вместе выработать правила поведения в группе. *Примерные правила поведения в группе:*

— обращаться друг к другу только по имени;

— не рассказывать никому о происходящем на занятиях;

— говорить только о чувствах и эмоциях, испытываемых в данный момент, забыть о вчерашних (давнишних) обидах;

— не перебивать друг друга;

— не опаздывать на занятия;

— посещать занятия группы всем составом, пропуск занятия одним членом группы без уважительной причины — минус для всей группы;

— группа, пришедшая на занятие в полном составе, получает разрезанную на части открытку (по части открытки каждому члену группы). В конце полугодия подводится подсчет целых открыток и таким образом выясняется, какая из групп лучше посещала занятия с психологом.

3. Игровое упражнение «Песня»

Учащимся предлагается спеть хором. Для начала предлагается всем знакомая песня типа «В лесу родилась елочка». По первому хлопку ведущего все начинают петь, по второму хлопку — пение продолжается «про себя», молча, по третьему хлопку — опять поют вслух. И так несколько раз, до тех пор пока кто-нибудь не собьется. Тот, кто ошибется, платит штраф (стихи, песня и др.) и сам становится ведущим.

4. Упражнение «Оживление картины»

Каждый член группы загадывает либо слово, либо словосочетание и пишет его на бумаге. Затем он должен показать немую сцену группе. На показ пантомимы отводится 15 секунд. Каждый в течение одной минуты думает, что он будет показывать, и пишет задуманное на листочке. Отгадывать пантомиму можно до трех раз. Тот, кто угадал с первой попытки, награждается аплодисментами. Если пантомима не угадывается и после третьей попытки, то артист объясняет, что же он изображал, все обсуждают, как надо было бы это понятнее показать.

5. Игра «Пары»

Группа разбивается на пары в произвольном порядке. На каждую пару берется по одному листу бумаги. В этой игре надо стать друг к другу лицом и зажать лист бумаги лбами. Листок бумаги надо удерживать во время движения по помещению без помощи рук — руки должны быть заведены за спину. Двигаться необходимо постоянно, в произвольном направлении.

Каждая пара имеет по три попытки. Выигрывает та пара, которая дольше других удерживала листок.

6. Упражнение «Художники»

Выбирается художник. Он будет рисовать то, что попросят игроки. Причем прежде чем начать игру, участники договариваются, картину какого жанра они будут рисовать. Затем художник садится отдельно от игроков, а те говорят, что, какого цвета, в каком месте он должен нарисовать, то есть руководят «художником», когда он рисует. После того как картина готова, все обсуждают, что и как получилось.

7. Упражнение «Не может быть!»

Каждый из участников по кругу называет что-нибудь невероятное: вещь, явление природы, необычное животное, рассказывает случай. Выигрывает тот, кто ни разу не повторится и кому никто ни разу не скажет, что такое в принципе может быть.

8. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 3

Цель: формирование коммуникативных навыков; тренировка, внимания, памяти; развитие умения воспринимать критические ситуации реалистично и с пользой для себя. *Оборудование:* бумага, цветные карандаши, мяч, платок.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Разминка «Я знаю пять названий...»

Игрок должен в ритме отскакивающего мяча назвать пять предметов, названий на заданную тему (транспорт, растения, животные и т.п.). Итак, каждый игрок проговаривает пять названий предметов, считая и ритмично ударяя мячом об пол.

3. Упражнение «За что мы любим...»

Ведущий говорит учащимся:

— Вступая во взаимодействие с людьми, мы обычно обнаруживаем, что они нам нравятся (или не нравятся). Как правило, эту оценку мы связываем с внутренними качествами людей. Давайте попробуем определить, какие качества в людях мы ценим, принимаем, одобряем. Возьмите лист бумаги, выберите в группе человека, который вам нравится. Укажите пять качеств, которые вам в этом человеке нравятся особенно. Имя человека на характеристике не пишете. Мы прочитаем и попробуем угадать человека, к которому относится характеристика.

4. Упражнение «Хор»

Выбирается водящий и выходит из комнаты. Вспоминают строчку из стихотворения, поговорку или пословицу и распределяют ее по игрокам: каждому одно слово.

Водящий приглашается в кабинет и внимательно слушает: игроки дружно хором произносят каждый свое слово из загаданной строчки. Водящий должен отгадать загаданное с трех попыток. Если отгадывает, то может загадать желание любому игроку. Если нет, то сам платит штраф (песня, танец и т.п.).

5. Упражнение «Конспиратор»

Группа становится в круг лицом, водящий — внутри круга. Ему завязывают глаза, и он должен узнать всех играющих на ощупь, начиная с головы. Лучший конспиратор — последний из узнанных.

6. Упражнение «Ярость»

Объяснение ведущего:

— Все подвластно настроению. То неразрешимые задачи решаются с ходу, то пустяковый вопрос оказывается непреодолимым препятствием. И причина этому — настроение. Однако хорошо известно, что настрой каждый может создать себе сам. Если настроение плохое, им можно воспользоваться, чтобы сделать работу, которую вы давно откладывали на потом. Для этого надо, как ни странно, еще ухудшить настроение, а это совсем нетрудно — достаточно вспомнить несколько последних неудач, когда вам очень не повезло, вспомнить все, что вас раздражает и вызывает ярость. Задача — направить ярость в нужное русло, что-то совершить!

Ощутите, как вскипает в вас ярость, раздражение собственными неудачами. Вы превращаете это ощущение в задор и направляете его на полезное дело, которое вы давно собираетесь сделать. Вы яростно беретесь за работу и быстрее, чем ожидали, без остановок и перерывов, с ходу, ее завершаете. Итак, поработаем над настроением. Попробуем довести себя до яростного азарта и... нарисовать лошадь. Обсуждается эмоциональное состояние каждого игрока в процессе выполнения задания.

7. Упражнение «Не может быть» См.

занятие 2.

8. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 4

Цель: формирование коммуникативных навыков; развитие умения работать вместе над поставленной проблемой; формирование оценочных способностей учащихся. *Оборудование:* клубок ниток, любая картина, бумага, карандаш.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Связующая нить»

Дети по кругу передают клубок ниток таким образом, что все, кто уже держал клубок в руках, продолжают держать нить. Передача клубка друг другу сопровождается высказываниями о том, что участники сейчас чувствуют, что хотят для себя, что могут пожелать другим. Передавать клубок начинает учитель со словами: «Я рад(а) всех вас видеть. За выходные дни я соскучился(лась) и по школе и по нашей группе...»

Когда клубок возвращается к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что все составляют единое целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

3. Игра «Ситуации»

Участникам группы предлагается поиграть в театр. При этом отмечается, что если такая игра группе понравится, то можно будет в нее играть и на последующих занятиях. На данном занятии разыгрываются следующие ситуации:

- На соревнованиях в классе ты занял первое место, а твой друг был последним. Он очень расстроился. Помоги ему успокоиться, (затем участники сценки меняются ролями.)
- Ты опоздал на занятия, и мы без тебя начали игру. Попроси, чтобы тебя приняли.
- Твой друг попросил у тебя вещь поиграть (например, «тетрис»), а ты отдал ее сломанной. Обыграй возвращение сломанной вещи, (затем участники меняются ролями.)

4. Упражнение «Я и другие»

Ребятам предлагается придумать рассказ о своем друге, близком человеке — о том, о ком хочется рассказать в данный момент. Важно подчеркнуть положительные черты другого человека и объяснить, почему именно про него хочется сейчас рассказать.

5. Игра «Картинка»

Группе предлагается картинка (любая), но перед объяснением задания ее не показывают. Ведущий говорит, что по картинке надо будет составить рассказ из тех слов, которые ребята придумают заранее, еще не видя ее. Все придуманные слова надо записать на листе бумаги. Затем демонстрируется изображение, и участники составляют свой рассказ, используя записанные слова и добавляя служебные слова в случае необходимости.

6. Игра «Критики»

Используется та же картинка. Вся группа делится на две команды критиков: одна хвалит картинку, другая отмечает недостатки. Например, первая группа критиков говорит: «хорошая», вторая — «плохая» и т.д. Выигрывает та группа, на которой игра закончилась.

7. Упражнение «Дополни предложение»

Выбирается ведущий. Он говорит короткое предложение. Игроки по очереди дополняют его одним-двумя словами, чтобы можно было поставить точку. Например, ведущий говорит: «Я хожу», следующий игрок добавляет «в школу», третий игрок: «Я хожу в школу пешком», четвертый игрок: «Я хожу в школу пешком каждый день» и т.д. Игра ведется до тех пор, пока игроки могут дополнять предложение. Выигрывает тот, кто последним сказал законченное предложение. Следующий игрок предлагает новую фразу.

8. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 5

Цель: продолжение формирования коммуникативных навыков; запуск процесса самораскрытия; определение личностных особенностей каждого участника, над которыми ему предстоит работать на групповых занятиях.

Оборудование: мяч, бумага, цветные карандаши.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Разминка «Закончи слово»

Ведущий называет начало слова и одновременно бросает мяч любому из участников. Тот ловит мяч, заканчивает слово и возвращает мяч. Так со всеми детьми. Причем слово можно и не загадывать, а лишь сказать первый слог, например «ма».

3. Упражнение «Игрушка»

Каждый член группы думает, какой игрушкой он хотел бы стать. Через минуту все по очереди показывают свою игрушку. Группа пытается угадать игрушку каждого, идет обмен впечатлениями, ощущениями.

4. Упражнение «Свободный рисунок»

Всем участникам выдаются листки бумаги, карандаши для рисования. Каждый рисует то, что ему хочется, любые формы, линии, цвет. Главное, чтобы это было выражение своего настроения. После выполнения задания организуется выставка рисунков, качество которых не оценивается, а идет обмен своими ощущениями от процесса творчества.

5. Упражнение «Угадай, кто это?»

Каждый из участников составляет подробную психологическую самохарактеристику, не указывая в ней внешние признаки (одежда, цвет волос, глаз). В самохарактеристике должно быть не менее 10 предложений, признаков человека. Все характеристики сдаются ведущему до следующего занятия.

6. Упражнение «Список качеств, необходимых для общения»

Проводится дискуссия с целью выяснения коллективного мнения о качествах личности, важных для общения. Составляется сводный список качеств. Затем каждый участник заполняет свой листок, оценивая, насколько у него проявляются эти качества (от 0 до 5). После того как все оценили себя, листки сдаются ведущему до следующего занятия.

7. Игра «Телефон доверия»

Детям предварительно рассказывают об этой службе, говорят, что «телефон доверия» есть и в нашем городе, называют его номер. Затем ведущий предлагает представить ситуацию: — Вы набираете номер «телефона доверия». О чем бы вы хотели спросить дежурного специалиста? Задавайте по очереди свои вопросы. Ответом может быть коллективное обсуждение либо чье-то персональное высказывание (если задающий вопрос желает услышать мнение конкретного товарища).

8. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 6

Цель: формирование коммуникативных навыков; продолжение процесса самораскрытия; формирование умения думать о себе в положительном русле, дифференцируя позитивные и негативные черты своего характера.

Оборудование: мяч, листы бумаги, самохарактеристики (с прошлого занятия), списки необходимых для общения качеств с самооценками, задания к упражнению «Разговор через стекло».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Разминка «Пожелание»

Учащимся предлагается по кругу пожелать сидящему слева соседу что-то хорошее от всего сердца — так, чтобы человек поверил в искренность пожелания. Затем идет обсуждение, кто что почувствовал.

3. Упражнение «Угадай, кто это?» (2-я часть)

Зачитываются самохарактеристики, написанные на прошлом занятии. Все угадывают, чьи они, насколько они объективны и подходят авторам. Члены группы высказываются, с чем они согласны, а с чем нет. Затем самохарактеристики дополняются чертами характера, которые отметили в подростковом возрасте другие участники. Акцент делается на положительных чертах.

После проделанной работы учащиеся получают листки с самооценками качеств, необходимых для общения, которые они заполняли на прошлом занятии, и оценивают выделенные качества вторично. Листочки сдаются ведущему.

4. Игра «Разговор через стекло»

Двое желающих лишь с помощью жестов пытаются о чем-то договориться. Тема сообщается одному из них, а он должен передать эту информацию своему товарищу, как бы стоя перед звуконепропускаемым стеклом. (Темы записаны на карточках, которые находятся в конвертах.)

Примерные темы: «Ты зовешь товарища на рыбалку», «Завтра в школе контрольная работа по математике, товарищу надо подготовиться», «Ты очень голоден и просишь товарища принести тебе поесть», «Узнай, который сейчас час» и т.д.

5. Упражнение «Сильные стороны»

Каждый член группы должен рассказать о своих сильных сторонах — о том, что он любит, ценит, принимает в себе, о том, что дает ему чувство внутренней уверенности в себе. Можно говорить в течение двух минут (ведущий следит по секундомеру), во время рассказа надо держать в руке мячик и лишь по прошествии отведенного времени (даже если в это время молчал) передать его следующему участнику. После того как все высказались, участники группы обсуждают, как можно использовать в жизни свои сильные стороны.

6. Игра «Ситуации» (См. занятие 4.)

Предлагаются следующие ситуации:

- Ты хочешь подружиться с мальчиком (девочкой).
- Тебе поручили поиграть с первоклассниками (роль первоклассников играет вся группа).
- Уговори своего товарища записаться в кружок бисероплетения.

7. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 7

Цель: формирование коммуникативных навыков; дальнейшее самораскрытие; изучение возможностей использования своих сильных сторон в стенах школы. *Оборудование:* листки бумаги, карандаши, платок.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Разминка «Здравствуй!»

Начинает один из участников. Обращаясь к соседу слева, с чувством радости от встречи с ним содержательно заканчивает фразу: «Здравствуй!...» - выражая свое чувство и голосом, и жестом, и улыбкой. Необходимо попробовать сказать это без кривляния, от чистого сердца. Коротко обсуждаются ощущения после приветствия.

3. Игра «Зоопарк»

Каждый из участников выбирает зверя, птицу, рыбу и т.д. Затем в течение двух-трех минут все должны побыть этим существом, переняв его манеру двигаться, повадки, звуки. Условие игры: о своем выборе не говорить. Все дружно играют в зоопарк. Затем группа обменивается впечатлениями, угадывая, кто какое существо изображал.

4. Упражнение «Да-диалог»

Двое из участников садятся в центр круга и начинают диалог. Один из них произносит любую фразу — о погоде, книге, фильме и т.д., другой должен немедленно откликнуться, высказав свое согласие с тем, что сказал первый. Главное — во всем соглашаться, обязательно отражая мысли партнера по диалогу. Вся группа проходит через работу в парах в режиме «Да-диалога».

5. Упражнение «Сильные стороны»

Учащимся предлагается провести «инвентаризацию» своих сильных сторон (на прошлом занятии они их уже перечисляли). Для этого каждому выдается листок бумаги и карандаш, подростки записывают свои сильные стороны, а затем знакомят группу с содержимым листочков.

Потом идет общее обсуждение, как, используя свои сильные стороны, добиться в жизни намеченных целей. Акцент делается на школьное обучение.

6. Упражнение «Эмпатия»

Один из участников выходит из комнаты. Остальные характеризуют его, называя черты, свойства, привычки, какие-либо проявления, то есть высказывают свое мнение о вышедшем, причем только в положительном ключе. Ведущий ведет протокол. Затем приглашается вышедший и ему зачитывается перечень мнений, но без указания авторов. Его задача — определить, кому из группы принадлежит то или иное высказывание. В заключение зачитывается весь протокол, но уже с авторами высказываний.

7. Игра «Жмурки»

Завязывают глаза водящему, и он ищет по пisku членов группы.

8. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 8

Цель: формирование коммуникативных навыков; дальнейшее самораскрытие; формирование представления о различных формах поведения.

Оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, конструктор «Кирпичики».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Ритуал приветствия.

2. Разминка «Здравствуй, я хочу тебе рассказать...»

Надо поздороваться со своим соседом слева и рассказать ему что-нибудь хорошее, веселое (можно придумать забавную историю).

3. Упражнение «Сила слова»

Участники группы обсуждают слова, характерные для уверенного, неуверенного и грубого поведения. Составляются соответственно три списка слов.

4. Упражнение «Сила жеста»

Все члены группы продумывают, какие жесты, позы, мимика характерны для уверенного, неуверенного или грубого человека. Затем каждый по очереди показывает позы (жесты, походку), характерные для грубого, неуверенного и уверенного поведения (кто что желает), а вся группа отгадывает. После выполнения упражнения проводится краткое обсуждение:

— Какие позы чаще загадывались и почему?

— Какие легче угадывались и почему?

5. Игра «Ситуации»

Ребятам предлагается проиграть каждую ситуацию, используя различные формы поведения:

— тебя вызывают к доске, а ты плохо выучил урок;

— тебя не принимают в компанию, а ты пытаешься подружиться с этими ребятами;

— тебя зовут в кино, а ты не хочешь идти.

6. Игра «Вавилонская башня»

Ведущий объясняет ребятам, что такое мифы, и рассказывает миф о Вавилонской башне:

— Давным-давно люди жили в одном месте Земли и говорили все на одном языке. И прежде чем расселяться по всей Земле, решили они построить высокую башню в память о своей силе и дружбе. Место это называлось Вавилоном. Построили люди высокую, почти до неба башню, но тут боги, живущие на небе, сделали так, что люди заговорили на разных языках и перестали понимать друг друга. Башня осталась недостроенной. Я вам предлагаю построить свою Вавилонскую башню. И мы посмотрим, все ли из нас говорят на одном языке.

Ребята в течение 5-7 минут строят башню из кирпичиков, затем идет обсуждение: кто что чувствовал в процессе строительства, кому было неинтересно строить и почему.

7. Упражнение «Рисуем радость»

Подросткам в течение 5 минут с помощью цветных карандашей предлагается нарисовать, что такое радость. Рисунок может быть конкретным, абстрактным, каким угодно. После выполнения задания все рисунки вкладываются в большой конверт, в котором есть работы и других групп.

Психолог достает рисунки по одному из конверта. Проводится небольшое обсуждение и делается вывод о том, как по-разному люди понимают радость. (Все рисунки сохраняются для последующих занятий, на которых устраивается «Эмоциональный вернисаж».)

8. Ритуал прощания

ЛИТЕРАТУРА

Игры — обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В.В. Петрусинского // В четырех книгах. — М.: Новая школа, 1994.

Лидере А.Г. Психологический тренинг с подростками. — М.: Академия, 2001.

Прутченков А.С. «Свет мой, зеркальце, скажи...»: Методические разработки социально-психологических тренингов. — М.: Новая школа, 1996.

Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. — М.: Академический проект, 2002.

Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. — М.: Новая школа, 1993.

Чистякова М.И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, 1990.

Шибалева Л.В. Программы психологической реабилитации школьников. — М.: Роспедагентство, 1996.