

Формы и методы работы с детьми по профилактике самовольных уходов с территории ДОУ, из дома.

Основной формой групповой работы, используемой в профилактической работе, является тренинговое занятие. Целью групповой работы является формирование навыков конструктивного взаимодействия и адаптации в социуме.

Психологический термин «тренинг» происходит от английского «totrain» – обучать, тренировать, представляет собой совокупность методов практической психологии. Тренинг – это ситуация воздействия на личность, целью которой является самопознание и саморазвитие человека, приобретение им новых навыков. Следует различать понятия «тренинг» и «тренинговое занятие». Тренинговые занятия проводятся в рамках учебной деятельности, они подразумевают участие всей группы и режим коротких встреч. Тренинговые занятия отличаются отсутствием строгого порядка работы и высокой психологической безопасностью.

Эффективным методом в работе с несовершеннолетними, предупреждающим самовольные уходы, является арт-терапия. Данный метод построен на использовании искусства как символической деятельности. Применение этого метода имеет два механизма психологического коррекционного воздействия. Первый направлен на влияние искусства через символическую функцию реконструирования конфликтной травмирующей ситуации и нахождение выхода через переконструирование этой ситуации. Второй связан с природой эстетической реакции, позволяющей изменить реакцию переживания негативного аффекта по отношению к формированию позитивного аффекта, приносящего наслаждение.

В работе с несовершеннолетними используя игротерапию, можно дополнять ее арт-терапевтическими методами, в том числе сказкотерапией. Терапевтические сказки – это сказки для несовершеннолетних, не столько развлекающие их, но дающие взрослым способ подсказать им, не обижая, выход из различных жизненных ситуаций. В сказках воссоздается аналогичная ситуация, описывается проблема, взгляд со стороны, рассматривается хотя бы один способ ее решения.

Терапевтическая сказка позволяет несовершеннолетнему отделить его проблему, посмотреть на ситуацию в целом. Обычно, несовершеннолетние негативно относятся к советам, которые им дают напрямую, а опосредованный совет воспринимается, как им самим найденное решение. Терапевтические сказки нужно не только читать, эти сказки после прочтения необходимо обсуждать, задавать вопросы: «Как герой мог поступить еще в этой ситуации?», «Что можно исправить?», «Что сделал герой не так?» и т.д.

Игры, тренинги, предложенные далее для детей, может проводить не только педагог-психолог, но и воспитатель, старший воспитатель ДОУ. Но: руководитель игры, тренинга должен знать и те ограничения, которые существуют в использовании рисунка, как в диагностических, так и в коррекционных целях. Применение рисуночных методов определяется уровнем сформированности символической функции, которая позволяет

несовершеннолетнему преобразовывать изобразительную деятельность в деятельность символическую.

Упражнения для развития асертивности у детей старшего дошкольного возраста

«Мои сильные стороны»

Цель: развитие саморефлексии; формирование установки на активную жизненную позицию.

Группа разбивается на пары, кто-то один из пары начинает перечислять свои положительные качества, начиная каждую фразу следующим образом: «Мне нравится в себе...». Второй партнёр внимательно слушает, не перебивая и не уточняя. Затем по команде руководителя партнёры меняются ролями. Затем участники рассказывают друг другу о том, как они собираются использовать свои сильные стороны для достижения своих целей.

«Три имени»

Цель: развитие саморефлексии; формирование установки на самопознание.

Каждому ребенку выдается по три карточки. На карточках нужно написать, прибегнув к помощи взрослого (нарисовать) три варианта своего имени (как вас называют родители, друзья). Затем каждый представляет, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует этому имени, а может быть послужила причиной возникновения этого имени.

«Хвастовство»

Цель: создание условий и формирование навыков самораскрытия.

Участники садятся в большой круг и получают задание (время для подготовки 2-3 минуты). Каждый должен похвастаться перед группой каким-либо своим качеством, умением, способностью, рассказать о своих сильных сторонах - о том, что он любит и ценит в себе. На выступление отводится - 1 минута.

Игры и упражнения по работе с агрессией и проявлениями эмоций

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок — здороваемся за руку;
- 2 хлопка — здороваемся плечиками;
- 3 хлопка — здороваемся спинками.

Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

Упражнение «Я есть, Я буду» (для индивидуальной работы)

Ребенку предлагается рассказать, какой он сейчас: внешность, чувства, качества, поведение. По желанию ребенка он может использовать для рассказа свои рисунки, предметы в комнате, иллюстрации в книжках, игрушки и другой вспомогательный материал.

Затем ребенку предлагается рассказать, каким он хочет стать: также внешность, поведение, чувства, качества. Здесь также могут использоваться вспомогательные средства для составления рассказа. Желательно, использовать аудио- или видеозапись. После этого ребенку предлагается прослушать (просмотреть) два рассказа и сравнить их. Если присутствуют отличия, то ребенку самому представляется возможность придумать, что нужно делать, чтобы стать таким, каким он хочет.

Игра «Угадай голоса»

Участники могут сидеть за столами. Кто-то из детей становится водящим. Условия игры: водящий становится спиной к остальным участникам игры. В это время кто-то произносит 2-3 слова (это может быть очень короткое предложение: «Сегодня жарко» и др.). Водящий должен узнать по голосу, кто это сказал. Для каждого водящего предлагается 2-3 таких задания. В роли водящего должны побывать все дети, участвующие в игре.

«Замри-отомри»

«Замри-отомри» - подвижная и веселая игра для самых маленьких ребят. Проводить игру можно на свежем воздухе или в закрытом помещении.

Перед началом игры дети выбирают водящего. Водящим может быть и взрослый организатор игры. Например, воспитатель в детском саду. По команде дети начинают двигаться, бегать, подпрыгивать или изображать что-либо. Водящий дает команду «Замри!». Все игроки должны остановиться и замереть в той позе, в которой их застала команда. Тот, кто не справился с задачей и продолжил движение, становится новым водящим или выбывает до начала следующей партии. Водящий командует «Ототри!». Дети снова начинают произвольное (или заранее оговоренное) движение до следующей команды «Замри!». Игра продолжается до тех пор, пока не будет выявлен победитель или пока не надоест.

Упражнение «Цветок»

Взрослый включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Сядьте на корточки, опустите голову и руки. Представьте, что вы семечки, из которых вырастут прекрасные цветы. Вот теплый луч солнца достиг земли и согрел в ней семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Встаньте, поднимите и разведите руки в стороны. Нежится цветок на солнышке. Подставляет теплу и свету каждый лепесток, поворачивая головку вслед за солнцем. Приподнимите подбородок, представьте, что вы смотрите на солнышко из-под опущенных век, улыбнитесь, медленно поворачивайте голову вправо-влево. А теперь расскажите, что вы почувствовали, когда были цветком».

Упражнение «Снежная баба»

Из этого упражнения можно сделать небольшую игру, катая при этом по полу воображаемые комья снега. Затем вместе с ребёнком вы лепите снежную

бабу.

Итак, «слепили мы во дворе снежную бабу. Красивая снежная баба получилась (нужно попросить ребёнка ее изобразить). Есть у неё голова, туловище, две руки, которые чуть торчат в стороны, и стоит она на двух крепких ножках... Ночью подул ветер холодный-холодный, и стала наша баба замерзать. Сначала у неё замерзла голова (попросить ребёнка напрячь голову и шею), потом плечи (напрячь плечи), потом туловище (ребёнок напрягает туловище). А ветер дует всё сильнее, хочет разрушить бабу. Уперлась снежная баба своими ножками (сильно напрягает ноги), и не удалось ветру ее разрушить. Улетел ветер, наступило утро, выглянуло солнышко, увидело снежную бабу, решило её согреть. Стало солнышко припекать, и начала наша баба таять. Сначала начала таять голова (ребёнок свободно опускает голову), потом плечи (расслабляет и опускает плечи), потом руки (мягко опускает руки), потом туловище (ребёнок, как бы оседая, наклоняется вперёд), а потом и ноги (ноги мягко сгибаются в коленях). Ребёнок сначала садится, потом ложится на пол. Солнышко греет, снежная баба тает и превращается в лужицу, растекается по земле».

Игра «Сороконожки»

Игроки становятся в ряд, друг за другом и каждый держится за пояс игрока, стоящего впереди него. Ведущий даёт «сороконожке» различные задания, которые она должна выполнять. Так же можно проводить соревнования между несколькими «сороконожками». При этом выигрывает та команда, которая выполнит больше всех заданий, прежде чем их «сороконожка» развалится.

Примеры заданий, которые может давать ведущий «сороконожке»:

- Сороконожка поднимает все свои правые (левые) ножки.
- Сороконожка прыгает.
- Сороконожка садится (игроки должны присесть на корточки).
- Сороконожка ползет сидя (игроки передвигаются на корточках).
- Сороконожка встала и побежала.
- Сороконожка чешет передней ножкой самую заднюю пятку.

Игра «Гармоничный танец»

В игре участвуют двое. Один закрывает глаза (лучше надеть повязку). Встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны, вперед, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

Упражнение «Ласковый мелок»

Цель: Развитие навыков общения, снятие агрессивности.

Проведение: Дети делятся на пары. Один ложится на пол. Другой – пальчиком на его спине рисует солнышко, цифру, дождик, букву. Первый должен догадаться, что нарисовано. После окончания рисования – нежным жестом руки «стереть» все нарисованное

Упражнение «Мы клоуны»

Дети изображают клоунов, грустных, веселых, с шарами и т.д.

Упражнение «Отражение в зеркале»

Дети играют парами. Роли распределяются так: один ребенок – зеркало, другой – смотрящийся в зеркало. Задача играющих – синхронно выполнять любые движения, запрещается лишь дотрагиваться друг до друга. Инициатива придумывать движения принадлежит смотрящему в зеркало. Через одну-две минуты дети в паре меняются ролями.

Упражнение «Апельсин»

Ребенок лежит на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите ребёнка представить, что к его правой руке подкатился апельсин, пусть он возьмет апельсин в руку и начнёт выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8 – 10 сек.). «Разожмите кулачок, откатите апельсин, ручка тёплая..., мягкая..., отдыхает...» Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура повторяется с левой рукой. Желательно делать упражнение 2 раза (при этом поменять фрукты).

Цикл занятий с целью профилактики самовольных уходов

Занятие на установление контакта с подростками, создание доверительной атмосферы и на достижение взаимопонимания.

«Дракон»

Все участники встают в цепочку. Первый - «голова дракона», последний - «хвост». Голова должна поймать хвост. Голова после этого становится хвостом, а головой - участник, следующий в цепочке за головой.

«Телетайп»

Участники встают в круг, держась за руки. Один из участников посылает телеграмму, называя имя адресата. Телеграмма передается по кругу незаметными пожатиями рук. Задача ведущего, стоящего в центре - заметить пожатия рук. Тот, кого заметили, становится ведущим.

Рисунок «я-ты-мы»

Большой лист бумаги делится на несколько секторов. Каждый участник выбирает себе сектор, не имеющий общих границ с другими, и рисует там свой рисунок. В соседних секторах рисунок делается вместе с соседом. Центральное пространство листа оформляется всеми участниками.

Занятие на фокусировку внимания на собственной личности, на осознание своих границ (ограничение меня и защита меня), на осознание своего отношения к запретам.

«Атомы-молекулы»

Вся группа хаотично и быстро движется по комнате. По сигналу ведущего они должны составить пары - атомы превратиться в молекулы. Затем они снова движутся хаотично, уже в парах. По сигналу ведущего образуются тройки. Вариант: после каждого соединения группа снова распадается на «атомы», то есть движутся только одиночки.

«Стоп-граница»

Участники по очереди подходят друг к другу, можно разными способами. Тот, к кому подходят, должен сказать «Стоп», когда, на его взгляд,

партнер подойдет слишком близко.

«Воздушный шарик»

Участники стоят. Каждому предлагается прочувствовать, какое пространство ему нужно, если он: воздушный шарик, костер, метатель диска перед броском, балерина, костер, муравей, снежный барс, таракан, опасный вирус, орел и т.д. Участник должен изобразить предлагаемое существо или вещь и обозначить вокруг себя необходимое ему пространство - руками, дистанцией по отношению к другим ребятам.

«Мой дом в нашей деревне»

Групповая скульптура. Условно ограничивается некое пространство в комнате. Участники по очереди входят в это пространство - останавливаются в определенном месте (на определенном расстоянии от других участников) и занимают определенную позу - так чтобы чувствовать себя максимально комфортно.

«Табу»

Ведущий ставит в центре небольшую коробку, в которой что-то лежит. «Там лежит то, чего нельзя». Каждому предлагается проявить себя в отношении предмета. Участники могут вставать, оставаться на месте, выражать отношение мимикой или жестами, подходить к коробке, брать в руки, заглядывать - каждый как считает нужным. Если кто-то ничего не предпримет - это тоже будет его способом реагирования на ситуацию.

Примеры техник игротерапии

Упражнение «Ладони»

Цель: использование тактильных ощущений для характеристики того или иного человека.

Ход упражнения. Участникам предлагается по очереди закрыть глаза и ладони развернуть так, чтобы можно было положить на них руки другому участнику, а остальные участники тихонько подходят к нему и кладут свои ладони на ладони этого участника, его задача заключается в том, чтобы запомнить у какого какие руки были на ощупь. Обсуждение по кругу, что каждый почувствовал при этом.

Упражнение «Твоя жизнь»

Цель: осознание своей жизни, работа над актуальными на данный момент проблемами и трудностями.

Нарисовать что-то, что символизировало бы ребенка маленького и ребенка взрослого. Похожи ли эти два символа? Что себе сегодняшнему можешь дать ты маленький и ты взрослый?

Примеры техник сказкотерапии

Сказка про маленького ужонка, который научился плавать

Цель: повышение уверенности в себе.

Около болота жила семья ужей: уж-папа, ужиха-мама и маленький ужонек. И все было у них хорошо, но только маленький ужонек не умел

плавать, а ведь жить на болоте и не уметь плавать – это очень плохо.

Все ужата, которые родились у соседей, уже могли плавать и ловить лягушек, а наш ужонок все сидел на кочке и ждал, когда родители принесут ему поесть.

Соседка, старая ужиха, не раз говорила маме: «Надо вам его научить плавать. Как же он будет добывать себе пищу? Что же, соседка, ты всегда его кормить будешь?» Но мама отвечала: «Да как его научишь, если он даже к воде не подходит?»

Но это было не совсем так. Когда никто не видел ужонка, он подходил к воде и даже опускал в воду хвост. Заметила это старая соседка ужиха. Притаилась она как-то за большим камнем и стала ждать ужонка. Приполз ужонок и только опустил хвост в воду, как старая ужиха выскочила из-под камня и столкнула его.

Камнем пошел ужонок на дно, а старая ужиха тут как тут, подхватила его голову и на поверхность воды вытащила. Вдохнул ужонок воздух, взмахнул хвостом и поплыл, а старая ужиха плыла рядом и присматривала за ним, чтобы с ним ничего не случилось. Понял ужонок, что не так страшно плавать, как это казалось ему с берега. На следующий день ужонок сам с удовольствием нырял в воду, а вскоре научился самостоятельно ловить лягушек.

Сказка про таинственную пещеру

Цель: работа со страхами.

Под высокой горой, поросшей дремучим лесом, была пещера. Никто никогда не ходил туда, потому что когда-то там жил грозный дракон. Только самые смелые отваживались подойти поближе и заглянуть внутрь, но в пещере было так темно и страшно, что храбрецы убегали без оглядки и больше не подходили к пещере никогда. Однажды мимо высокой горы по дремучему лесу ехал царевич, а рядом с ним бежал его лучший друг: собака Арчи. Царевич и собака уже много лет были большими друзьями, они вместе охотились и отдыхали, грустили и радовались.

Когда царевич проезжал мимо пещеры, Арчи громко залаял и бросился внутрь пещеры, и темнота поглотила его.

Царевич спрыгнул с коня и побежал за собакой. Он был очень храбрым, но подойдя к пещере и заглянув в нее, царевич вздрогнул, сделал несколько неуверенных шагов внутрь и выбежал оттуда, весь дрожа от страха.

Когда сильный страх прошел, царевич опять подошел к пещере и стал звать своего друга, но Арчи не отзывался, тогда царевич пошел в ближайшую деревню и стал расспрашивать людей, об этой пещере.

Местные жители рассказали много страшных историй про эту пещеру, и царевичу не захотелось туда возвращаться, но бросить Арчи в беде он не мог. Он попытался собрать жителей деревни и пойти всем вместе в пещеру, но никто не пошел с ним.

Царевич вернулся к пещере и долго сидел около нее. Он никак не мог отважиться войти в темноту. Так он просидел до самого вечера, когда же солнце село и страшно стало даже в лесу, царевич встал, глубоко вдохнул и

подошел к пещере.

Сердце его было готово разорваться от страха на части, челюсти были сильно сжаты, а руки дрожали. Царевич сделал первый шаг, второй, третий... А потом решительно зашагал в темноту. Так он все шел и шел, и вот вдалеке показался выход из пещеры.

Когда царевич подошел к выходу, оказалось, что там начинается ярко освещенная поляна, а на ней красивый замок, а около замка сидел грозный дракон и играл с Арчи. Дракон оказался не таким грозным, как на первый взгляд. Он долго жил в своем замке и ему было скучно и одиноко, люди не любили его и боялись, поэтому не ходили к нему в гости, через темную пещеру.

Теперь царевич и Арчи стали частыми гостями дракона и совсем не боялись ходить в таинственную пещеру в дремучем лесу, потому что знали, что за темнотой их ждет верный друг.

Сказка про фею Искорку

Цель: развитие адекватной самооценки.

Старый волшебный лес населяли маленькие феи. Каждая фея была наделена каким-нибудь даром: одна могла прорастить цветок, другая — оживить бабочку, третья делала воду прозрачной и чистой. Только одна фея по имени Искорка не могла сделать ничего волшебного.

Остальные феи не хотели дружить с Искоркой. Обижали ее и дразнили, не брали в свои игры. Одиноко жилось Искорке в большом старом лесу. Часто гуляла она одна и тихонько плакала.

Однажды Искорка не спеша шла по лесу, как всегда грустила и не весело оглядывалась по сторонам. Вдруг она заметила, что от маленькой тропинки, по которой она шла в чащу леса, ведут необычные следы: огромные и глубокие. Искорке стало очень любопытно, чьи это следы. Такого огромного зверя, который мог бы их оставить, фея еще ни разу не встречала. Искорка пошла по следам и скоро зашла так далеко в лес, что испугалась. Она хотела даже вернуться, но решила все-таки посмотреть, чьи это следы. А следы это были огромного тролля, забредшего в волшебный лес. Он любил ловить и мучить маленьких фей. Тролль привязывал их на длинные веревки и заставлял показывать чудеса, какие они умели делать. Феи не могли убежать, потому что веревки, которыми их привязывал тролль, были не простые, а заколдованные и не одна фея не могла их разорвать или развязать. Искорка по следам пришла к самой пещере, где жил тролль, и заглянула внутрь, там она увидела нескольких фей, которых уже поймал и привязал на волшебные веревки злой тролль. Самого тролля не было, он бродил по лесу в поисках новой феи.

Искорка осторожно вошла в пещеру, она очень испугалась за других фей, и захотела помочь им освободиться.

- Уходи отсюда, — говорили ей феи. — Вережки волшебные, тебе не развязать их.

Но Искорка подошла к одной веревке, попробовала потянуть узел и, чудо, — узел развязался, и маленькая фея оказалась на свободе. Тогда Искорка быстро стала развязывать остальные веревки и спасла всех фей. Все вместе

они выбежали из пещеры злого тролля и убежали к себе домой. С тех пор феи всегда брали Искорку в свои игры.

Ее дар развязывать волшебные веревки оказался очень редким, его нельзя было показать в любой момент, но все феи помнили, что именно Искорка спасла их из лап злого тролля и были очень ей благодарны.

Примеры арт-терапевтических упражнений

«Проблема и ее решение»

Один рисует на своей половине листа проблему, другой на своей половине – ее разрешение.

«Опасное путешествие»

Один рисует путь с препятствиями, другой – способы их преодоления.

«Поочередное рисование»

Первый участник рисует в течение двух минут, затем передает другому и т.д., пока рисунок по кругу не вернется к первому участнику. Обсуждается, кому, что понравилось в получившемся рисунке, и что – нет.

«Развить замысел»

Одна подгруппа начинает создавать свою композицию, а затем передает ее для продолжения другой подгруппе. Затем обсуждается, насколько удачно вторая подгруппа развила замысел первой.

«Городок»

Каждый участник находит на большом листе ватмана место и рисует домик. Когда все рисунки готовы, участники рассказывают о том, кто мог бы жить в таком доме (характер, привычки, любимые занятия). Затем он выбирает 3—4 наиболее привлекательных домика и рисует к ним дорожки. Ведущий одним из последних проводит дорожки от своего домика к тем участникам, которые получили меньше всего выборов. Группа придумывает и записывает название получившегося населенного пункта, дорисовывает в городке все, что необходимо «для жизни» (парки, деревья, магазины и т. д.). Во время рефлексии после упражнения отмечаются самые понравившиеся «местечки городка». Таким образом, развивается чувство «мы», группового единства, закрепляются навыки взаимодействия в группе.

