

### Паспорт практики «Код тишины»

№ п/п	Раздел	Содержание
1	Название практики	«Код тишины» - Практика психолого-педагогического сопровождения и социальной адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике
2	Краткая аннотация	В программе описана практика сельской школы по психолого-педагогическому сопровождению и социальной адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике. Основной целью, которой является создание для детей максимально комфортных условий для обучения и воспитания. Целевая группа - дети, возвращенные из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике. Направленность программы – социально-психологическая. Программа представляет с собой попытку организации способствовать безболезненной адаптации обучающихся в школьной среде и окружающем социуме.
3	Сведения об авторе практики	Ганатова Мариэта Омаровна, МБОУ «СОШ с.Садовое им. А-Х. Кадырова», педагог-психолог
4	Сведения о лице, предлагающем практику	Тазбиева Макка Алиевна, заместитель директора по УВР, МБОУ «СОШ с.Садовое им. А-Х. Кадырова», (zalinatazbieva@mail.ru )
5	Место реализации практики	Чеченская Республика, Грозненский муниципальный район, село Садовое, МБОУ «СОШ с.Садовое им. А-Х. Кадырова»
6	Сроки реализации практики	Начало реализации практики – сентябрь, 2023 Окончание реализации практики – май, 2026
7	Востребованность практики	Практика применяется на данный момент
8	Тип практики	Применяется
9	Целевая группа	Обучающиеся 5-9 классов, возвращенные из зон боевых действий, а также их семьи
10	Описание проблемной ситуации	Травматический опыт, полученный в период проживания в зонах боевых действий, возвращение в мирное поле и связанные с ним поведенческие факторы. Компетентное психолого-педагогическое сопровождение,

		способствующее безболезненной адаптации в окружающем социуме.
11	Ожидаемые результаты	Сохранение и укрепление психологического здоровья детей, возвращенных из зон боевых действий
12	Показатели достижения ожидаемых результатов	Успешность в обучении, в адаптации, в социализации.
13	Деятельность	Сбор информации. Организация системы наставничества. Наблюдение за эмоциональным состоянием. Мероприятия по созданию благоприятного психологического климата. Проведение психодиагностических, просветительских, профилактических мероприятий
14	Факторы и риски, влияющие на эффективность применения практики	1. Реализации практики сопутствуют положительные факторы, способные справиться с непредсказуемыми внешними обстоятельствами 2. В школе обеспечены все условия, связанные с кадровыми и материально-техническими ресурсами для успешной реализации практики 3. Факторов и рисков, связанных с возможным ухудшением проблемной ситуации в ходе реализации практики нет
15	Формы и методы работы в рамках практики	Беседа, занятия, ролевая игра, упражнения по межличностной коммуникации; дыхательные и двигательные упражнения; методы самовыражения (в рисунке, в создании образа)
16	Нормативно-правовое обеспечение практики (при наличии)	Типовой алгоритм по организации в субъектах Российской Федерации работы по медицинской и социальной реабилитации, а также социальной адаптации детей, возвращаемых из зон боевых действий
17	Какие методы использовались для подтверждения достижения ожидаемых результатов (при наличии)	Опрос, анкетирование
18	Ссылки на полное описание практики	<a href="https://sadsosh.educhr.ru/index.php?component=download&amp;file=1d4dd0ad73e3c5b9ca15ed59a1555d0223655657191e3d73ca5b2739e0f6478f&amp;view=1">https://sadsosh.educhr.ru/index.php?component=download&amp;file=1d4dd0ad73e3c5b9ca15ed59a1555d0223655657191e3d73ca5b2739e0f6478f&amp;view=1</a>
19	Методическое обеспечение практики (при наличии)	Сопровождение и реабилитация детей, находящихся на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий: методические рекомендации / [коллектив авторов; под

		общей редакцией О.А. Ульяниной]; Московский государственный психолого-педагогический университет. — Москва: МГППУ, 2023. — 211 с.
--	--	---



МУ «Грозненский РОО»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. САДОВОЕ  
ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ АХМАТ-ХАДЖИ КАДЫРОВА»  
ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
(МБОУ «СОШ с. Садовое им. А-Х. Кадырова»)

МХь «Грозненски КІДД»  
Муниципални бюджетни йукъарадешаран хьукмат  
СОБЛЖА-ГІАЛИН МУНИЦИПАЛЬНИ КІОШТАН  
«САДОВИ ЙУЪРТГАРА КАДЫРОВ А-ХЬ. ЦАРАХ ЙОЛУ  
ЙУККЪБЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»  
(МБЙУХЬ «Садови йуьртара Кадыров А-Хь. цIарах йолу ЙУЙУИ»)

## «Код тишины»

Программа психолого-педагогического сопровождения и социальной адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике

## **Актуальность**

Современный мир богат на проявление негативных, а порой и страшных форм борьбы за существование, в которой он не ограничивается вовлечением мира взрослых, свидетелями этих жестоких событий становятся дети и их безоблачный мир детства. Уже на этапе становления, все каналы детского мировосприятия засорены побочным результатом человеческой и нечеловеческой деятельности.

МБОУ «СОШ с.Садовое им. А-Х. Кадырова» с 2017 года вовлечена в процесс реабилитации и адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике. После поручения Президента РФ В.В. Путина работа по возвращению детей из РФ была организована на федеральном уровне. По сведениям за 2022 год возвращено свыше 400 детей из зон боевых действий. Активную позицию в этой важной миссии занял Глава Чеченской Республики Герой России Р.А. Кадыров. Рамзан Ахматович неоднократно подчёркивал, что возвращение маленьких граждан, это священный долг.

В Типовом алгоритме по организации в субъектах Российской Федерации работы по медицинской и социальной реабилитации, а также по социальной адаптации детей, возвращаемых из зон боевых действий предусмотрен комплекс рекомендуемых мероприятий: подготовка к прибытию, непосредственно по прибытию и после прибытия к месту постоянного проживания. Работа администрации и педагогического коллектива школы началась с третьего этапа, однако на тот момент не было рабочих инструментов, методик и практики работы именно с такими детьми. Были мобилизованы все силы, чтобы для детей, с приступами паники и страха при любом шорохе, создать безопасную среду, выработать уверенность в защите и поддержке.

### **Сведения об авторе практики**

Программа разработана педагогом –психологом школы Ганатовой М.О.

**Срок реализации: сентябрь, 2023 – май, 2026**

### **Цель программы**

В программе описана практика сельской школы по психолого-педагогическому сопровождению и социальной адаптации детей, возвращенных из

зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике. Основной целью является создание для детей максимально комфортных условий для обучения и воспитания.

**Целевая группа** - дети, возвращенные из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике и их семьи.

### **Описание проблемной ситуации**

Травматический опыт, полученный в период проживания в зонах боевых действий, возвращение в мирное поле и связанные с ним поведенческие факторы. Компетентное психолого-педагогическое сопровождение, способствующее безболезненной адаптации в окружающем социуме.

**Направленность программы** – социально-психологическая.

### **Практическая значимость программы и ожидаемые результаты**

Программа представляет с собой разработанный и собранный практический комплекс мероприятий в виде тренингов, диагностик, упражнений, анкет, лучших практик по оказанию помощи детям, решения их психологических и социальных проблем. Программа включает технологии психолого-педагогического сопровождения детей, возвращенных из зон боевых действий, нацеленные на преодоление последствий комплексной психологической травмы и переживания горя (потери), подходы к психолого-педагогическому сопровождению детей, возвращенных из зон боевых действий, нацеленные на профилактику радикализации.

Перечисленные компоненты должны способствовать успешной адаптации и социализации детей, эвакуированных из зоны военных действий и решить проблемы в полноценном развитии, помогая:

- выстроить персональную образовательную траекторию;
- преодолеть неуспешность в обучении;
- наладить качественные коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- сформировать стабильный внутренний мир, в изоляции от психотравмирующих факторов;
- уметь оставлять прошлое в прошлом, с отрывом от неактуальной информации.

Результативность программы будет прослеживаться в отсутствии отклонений в поведении и обучении детей, удовлетворенности всех участников образовательных отношений в вопросах межличностного продуктивного взаимодействия.

Главным индикатором программы является повышенное внимание к духовно-нравственному воспитанию. Дети должны обогащаться духовно, израненная душа ребенка доминанта всей практической направленности программы и деятельности педагогов. В школе уделяется особое внимание духовно-нравственному становлению обучающихся, в частности, детей из данной категории.

#### **Направления работы:**

1. Психодиагностическое направление: Мониторинг актуального психического состояния в форме наблюдения, углубленная психодиагностика.

2. Коррекционно-развивающее направление:

- разработка и реализация планов проведения коррекционно-развивающих занятий, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения, преодоление проблем в поведении;

- коррекционно-развивающая работа с обучающимися, в том числе работа по восстановлению и реабилитации (при необходимости).

3. Профилактическое направление:

- повышение психологической компетентности родителей (законных представителей) обучающихся (разработка памяток, буклетов, рекомендаций для участников образовательных учреждений по вопросам сохранения или восстановления психологического здоровья детей);

4. Просветительская деятельность:

- повышение психологической компетентности педагогического состава и родителей в вопросах обучения и воспитания детей, переживших травматическое событие (при необходимости);

- повышение психологической компетентности участников образовательных отношений по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет;

- рекомендации педагогическим работникам и участникам образовательных отношений с целью разъяснения об особенностях взаимодействия с детьми, возвращенных из зон боевых действий, при пережитой ими острой фазе утраты на разных возрастных этапах;

- рекомендации педагогам нацеленные на совершенствование психолого-педагогических компетенций педагогических работников при оказании психологической помощи и поддержки детям данной категории.

### **Деятельность по реализации программы**

- Сбор информации.

- Анализ результатов медицинского, социального и психолого-педагогического обследования детей.

- Организация системы наставничества.

- Наблюдение за эмоциональным состоянием.

- Мероприятия по созданию благоприятного психологического климата.

- Проведение психодиагностических, просветительских, профилактических мероприятий.

### **Формы и методы работы в рамках практики**

Беседа, занятия, ролевые игры, упражнения, анкетирование.

### **Нормативно-правовое обеспечение практики**

- Типовой алгоритм по организации в субъектах Российской Федерации работы по медицинской и социальной реабилитации, а также социальной адаптации детей, возвращаемых из зон боевых действий

- Методические рекомендации «Сопровождение и реабилитация детей, находящихся на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий».



**План работы по психолого-педагогическому сопровождению детей и подростков, эвакуированных из зоны военных действий  
2023-2026**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Сбор информации о ребенке (беседы с классным руководителем, родителями, ребенком), наблюдение за учащимся во время перемен, на уроке	Ежемесячно	Педагог-психолог Классный руководитель
2.	Диагностика психоэмоционального состояния, выявление интересов и склонностей, учебной мотивации ребенка, детско-родительских отношений	В течение всего периода	Педагог-психолог
3.	Проверка условий жизни ребенка, составление актов ЖБУ	1 раз в четверть	Зам.директора по ВР Педагог-психолог
4.	Организация каникулярного отдыха	Осенние, зимние, весенние, летние каникулы	Педагог-психолог Классный руководитель
5.	Консультирование педагогов по вопросам особенностей детей, возвращенных из зон боевых действий, социальной адаптации	В течение всего периода	Педагог-психолог
6.	Консультирование родителей (законных представителей) по вопросам воспитания и обучения	В течение всего периода	Педагог-психолог
7.	Консультирование по вопросам внешкольной занятости, запись в кружки и секции, организация внеурочной деятельности, контроль посещения	В течение всего периода	Педагог-психолог
8.	Реализовывать мероприятия по формированию коммуникативных навыков, развитию эмоционального и социального интеллекта	В начале учебного года	Педагог-психолог
<b>2023-2024 учебный год</b>			
9.	Терапия: Стабилизация состояния	сентябрь-ноябрь	Педагог-психолог
10.	Терапия: Проработка травмы	декабрь-февраль	Педагог-психолог
11.	Терапия: Интеграция	март-май	Педагог-психолог

12.	Приоритетное участие в мероприятиях духовно-нравственного, антитеррористического направления: «Дорогою добра», «Культурный код нации», «Ценности поколений», День толерантности, «Мир без войны и террора»	В течение учебного года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог Классный руководитель
2024-2025 учебный год			
13.	Арт-терапия: «Тайные эмоции», «Ракрашивание мандалы», Упражнение «Невидимка», Упражнение «Прощающее», Упражнение «Разноцветие», Упражнение «Рисование под музыку», Упражнение «Конверты радости и огорчений»	Еженедельно	Педагог-психолог
14.	Приоритетное участие в мероприятиях духовно-нравственного, антитеррористического направления, профилактики правонарушений	В течение учебного года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог Классный руководитель
2025-2026 учебный год			
15.	Гештальт-терапия: техники осознания, упражнения «Прикосновение», «Аплодисменты, аплодисменты!», «Формирование уверенности»	Еженедельно	Педагог-психолог
16.	Приоритетное участие в мероприятиях духовно-нравственного, антитеррористического направления, профилактики правонарушений, профориентационной	В течение учебного года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог Классный руководитель
17.	Системная работа в рамках подготовки к ГИА	В течение учебного года	Педагог-психолог Учителя-предметники

## **Заключение**

Используемые технологии в работе с детьми: развития эмоционально-волевой сферы, преодоления проблем в сфере общения, проблем в поведении: арт-терапия, игротерапия, музыкотерапия способствуют снятию остроты состояния тревожности, улучшению морально-психологического настроения, позволяют проработать переживания и страхи, снизить уровень тревожности и сформировать безопасную поддерживающую социальную среду.

Совместные мероприятия помогают нормализовать психологический микроклимат семьи. А так же решает задачи по оказанию комплексной помощи и поддержки участников целевой группы. Помогает стабилизировать эмоциональный фон, снять психоэмоциональное напряжение и актуализировать ресурсы.

## Литература:

1. Мелёхин А.И. Игровая когнитивно-поведенческая терапия//Современное содержание дошкольного образования: вариативность, инициатива, устойчивое развитие. Иркутск: МЦПТИ «Микс», 2016 С. 68-71.
2. Брызгунов И.П. Посттравматическое стрессовое расстройство у детей и подростков. Медпрактика-М, 2018 144 с.
3. Венгер А.Л. Психологическая помощь детям и подросткам в чрезвычайных ситуациях (на опыте работы с жертвами террористического акта в Беслане) // Консультативная психология и психотерапия. 2016 № 1
4. Практический материал для работы с детьми возвращенных из зон боевых действий. URL: <https://multiurok.ru/index.php/files/prakticheskii-material-dlia-raboty-s-detmi-vozvrash.html?ysclid=m2rc4piy3h608419715>
5. Мария Львова-Белова: 382 российских ребенка возвращены из Сирии и Ирака . [http:// deti.gov.ru/articles/news/mariya-l-vova-belova-382-rossijskih-rebenka-vozvrasheny-iz-sirii-i-iraka](http://deti.gov.ru/articles/news/mariya-l-vova-belova-382-rossijskih-rebenka-vozvrasheny-iz-sirii-i-iraka)

### Упражнение «Раскрашивание мандалы»

#### Цель:

- развитие творческих способностей;
- развитие произвольности поведения;
- развитие воображения;
- снятие внутреннего напряжения, релаксация;
- развитие мелкой моторики рук;
- графомоторных навыков;
- воспитание аккуратности;
- активизация бессознательного.

**Материал:** набор готовых мандал, релаксационная музыка, краски, карандаши, вода, кисти, пастель (желательно люшеровских цветов) по выбору испытуемого.

#### Правила работы:

1. Выбор мандалы и сюжет работы ребенок осуществляет самостоятельно.
2. Материалы для работы и цветовую гамму (карандаши, фломастеры, краски, пастель, чернила и пр.) ребенок выбирает самостоятельно.
3. Процесс работы ограничен только степенью насыщения, пресыщения и удовлетворения работой.
4. Психолог фиксирует состояния напряжения / расслабленности, связанное с процессом работы.
5. Осуществляется принцип невмешательства в работу ребенка.
6. Принцип избегания оценочных комментариев по поводу работы.
7. Ребенок, при желании, даёт название своей мандале.
8. После работы важно дать возможность ребенку проговорить о своих чувствах, переживаниях по поводу.

Время работы с одной мандалой 20–60 минут. Если ребенок устал, ему можно дать возможность продолжить работать с мандалой в следующий раз.

#### Работа с мандалами включает в себя 3 этапа:

**1. Организационный.** Психолог предлагает выбрать те материалы, которые необходимы для рисования.

**2. Основной.** Психолог раскладывает перед ребенком готовые мандалы. Дает четкую инструкцию о том, что нужно выбрать один «волшебный круг». Начинать разрисовывать и разукрашивать можно от центра или от края к центру. Можно вносить изменения в рисунок.

После окончания рисования психолог предлагает назвать мандалу. Задает следующие вопросы:

Почему ты выбрал этот «волшебный круг»?

Расскажи, что ты здесь видишь? (психолог отмечает высказывания ребенка).

Что для тебя значат эти цвета?

Расскажи о границе (контуре) своего «волшебного круга».

Что тебе было сложно делать, а что легко?

Что ты сейчас чувствуешь?  
Ты доволен результатом?  
Хотел ли ты что-нибудь изменить?

**3. Завершающий.** После окончания рисования психолог предлагает посидеть молча, «покатать волшебный круг». Найти ему место. Сказать, если есть негативные переживания (хочется изменить, разрезать, порвать). Выключается музыка, психолог благодарит за работу.

### **Упражнение «Невидимка» (рисование свечой)**

**Цель:** развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

**Материал:** бумага, свечи восковые, парафиновые, акварель или краски. Гуашь для этого способа рисования не подходит, т.к. не обладает блеском. Можно использовать тушь.

**Методика проведения:** сначала дети рисуют свечой все, что желают изобразить на листе (или согласно теме). На листе получается волшебный рисунок, он есть, и его нет. Затем на лист наносится акварель способом размыва. В зависимости от того, что вы рисуете, акварель может сочетаться с тушью.

### **Упражнение «Процарапывание»**

**Цель:** развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие психоэмоционального напряжения.

**1 вариант.** Графическая работа на мыльной подкладке.

**Материал:** кусочек мыла, гуашь или тушь, перо звездочка.

**Методика проведения:** работа, выполненная таким образом, напоминает гравюру, так как создается линией длиной разного направления, плавностью и получается бархатистой за счет углубления поверхности процарапывания.

Лист бумаги сначала намыливают, затем покрывают гуашью, тушью или краской, после высыхания ручкой с пером звездочкой процарапывают рисунок.

**2 вариант.** Графическая работа на восковой подкладке.

**Материал:** кусочек стеариновой свечи, акварельные краски, кисти, тушь, перо звездочка.

**Методика проведения:** красками делают рисунок или закрашивают лист сочетаниями различных тонов, в зависимости оттого, что вы задумали.

Затем тщательно протирают кусочком свечи так, чтобы стеарином была покрыта вся плоскость листа. После чего тушью покрывают всю работу (весь лист). Иногда два раза. Процарапывают после высыхания.

### **Упражнение «Разноцветие»**

**Цель:** снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие творческого воображения.

**Материалы:** Камни, шишки, коряги, гуашь, кисть, емкость с водой.

**Инструкция:** Попросить ребенка раскрасить предметы так, как он захочет.

После того, как рисунки будут готовы, проводится обсуждение и выставка работ.

### **Упражнение «Цветок»**

**Цель:** развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

**Материалы:** бумага, кисти, краски, карандаши, фломастеры.

**Методика проведения:** Закрой глаза и представь прекрасный цветок.

Как он выглядит? Как он пахнет? Где он растет? Что его окружает? А теперь открой глаза и попробуй изобразить все, что представил. Какое настроение у твоего цветка? Давай придумаем историю про него.

**Примечания:** важно закончит упражнение на положительном настрое, если ребёнок сочинил грустную историю или у его цветка плохое настроение, то можно предложить дополнить рисунок или историю так, чтобы настроение стало хорошим.

### **Упражнение «Рисование под музыку»**

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения.

**Материалы:** Краски акварельные или гуашевые, широкие кисти, бумага, аудиокассета Вивальди «Времена года».

**Методика проведения:** Рисование под музыку Вивальди «Времена года» большими мазками.

- Лето – красные мазки (ягоды)
- Осень – желтые и оранжевые (листья)
- Зима – голубые (снег)
- Весна – зеленые (листья)

### **Упражнение «Конверты радости и огорчений»**

**Цели:** развитие умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям, снятие напряжения. Возраст: старший дошкольный;

**Материалы:** почтовые конверты, бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей.

**Описание упражнения:** «За целый день успевают произойти масса разных событий – что-то нас веселит, что-то нас удивляет, что-то нас радует, а что-то нас и огорчает. Давай с тобой сделаем конвертики, в которых сможем собирать всё то, что запомнилось за день. В один из них мы будем собирать свои радости, а в другой будем прятать огорчения».

Теперь предложите ребёнку изготовить конверты. Для этого можно использовать как обычные почтовые конверты (которые затем можно разрисовать, сделать на них какую-либо аппликацию), так и изготовить самостоятельно. Для этого можно придумать свою форму, выбрать сам материал (альбомные листы, белый/цветной картон, фольгу и т.д.)

Когда конверт радости и конверт огорчений будет готовы – начинайте их заполнять.

Возьмите небольшие листы и попросите ребёнка написать на них, или нарисовать то, что обрадовало его, а что огорчило. И распределите это по соответствующим конвертам.

Затем предложите ему с помощью рук изобразить весы. Пускай он положит один конверт на правую ладонь, а другой на левую. Как он считает, что перевешивает? Радость? Отлично, скажите, что завтра, когда мы вновь будем заполнять наши конвертики – её, наверно, станет ещё больше! Перевешивают огорчения? Скажите, что, конечно, это грустно. Но ведь мы их убрали в конверт, они больше не в тебе – а вот в этом конверте. А значит, они потеряли власть над тобой. А завтра мы вновь продолжим заполнять наши конвертики, и ещё посмотрим – кто ж перевесит!

В процессе заполнения конвертов можно с ребёнком периодически пересматривать их содержимое, что-то обсуждать, убирать или добавлять. Пусть ребёнок сам решит, как долго он будет «вести» такие конверты. Когда он захочет прекратить – проведите «полную ревизию» содержимого.

Предложите конверт с накопившимися радостями хранить в надёжном месте, чтобы всегда была возможность пересматривать его, если вдруг будет грустно. А вот с конвертом огорчений предложите «расправиться». Пусть ребёнок придумает способ, как огорчения навсегда уйдут из его жизни (скажем, конверт можно разорвать и затоптать; можно

разрезать, или опустить в воду, и ждать пока размокнет и т.д.)

### **Упражнение «Ахи-страхи» (рисования на клеёнке)**

**Цель:** коррекция страхов, тревожности.

**Материалы:** плотная силиконовая прозрачная клеёнка формата А4 или А5 (под прозрачную клеёнку ребенок может подложить бумагу любого оттенка по желанию), гуашь, кисти, стаканчик с водой, губка, вода (раковина, либо тазик с водой), салфетки, жидкое мыло или клей ПВА (для того чтобы краски хорошо наносились на клеёнку, необходимо гуашь смешать с жидким мылом, либо с клеем ПВА).

**Описание метода:** Психолог предлагает ребенку изобразить свои страхи на клеёнке, объясняя тем, что если вдруг захочется что – то исправить, то это можно сделать легким касанием губки. Ребенок рассказывает о своем страхе, а затем страх необходимо трансформировать, так, чтобы он перестал быть пугающим.

#### **Инструкция:**

- Перед тобой на столе клеёнка и краски. Нарисуй на клеёнке свой самый большой страх, если тебе захочется что-то исправить, ты можешь сделать это при помощи губки.

- Придумай ему название своему рисунку.

- Расскажи про свой страх историю (уточняющие вопросы: какой он, где живет, что он любит делать, специально ли он пугает тебя, а можешь ли ты сделать что-то, чтобы твой страх был не таким пугающим и т.п.)

- Изменим свой страх так, чтобы он стал нестрашным.

Если ребенок затрудняется, можно предложить ему варианты изменения страха:



- подрисовать что-нибудь, чтобы образ стал смешным;
- угостить вкусным, нарисовав конфеты, печенье, и т. д.;
- заштриховать его: спрятать в коробку;
- избавиться от страха, смыв водой (клеенка останется чистой);

### **Игра – разминка «Чудесные превращения»**

**Цель:** развивать воображение, образное восприятие, раскрыть творческий потенциал, снять эмоциональное напряжение, тревожность, формировать коммуникативные навыки.

**Материал:** цветные карандаши, бумага, музыкальное сопровождение.

**Методика проведения:** Дети садятся напротив друг друга за столы, положив перед собой два карандаша и бумагу. Один ребенок рисует необычную линию, закорючку, зигзаги, беспорядочные значки и просит другого ребенка завершить «чудесное превращение»: превратить его каракули во что-нибудь интересное. Затем дети поочередно дополняют рисунок. По ходу игры участники рассказывают о содержании своих картинок и обо всем, что они думают. Задание выполняется под музыку.

### **Упражнение «Настроение»**

**Цель:** снять эмоциональное напряжение, снизить тревожность, учить пониманию своих чувств.

**Материал:** бумага для акварели, краски.

**Методика проведения:** Детям предлагается на мокром листе бумаги изобразить свое настроение. Этот рисунок имеет диагностическое значение: у тревожных детей обычно много темных тонов, у агрессивных – темных в сочетании с красным цветом. Если много темных красок в рисунке ребенка, с целью коррекции эмоционального состояния предлагается нарисовать еще один рисунок с использованием только трех цветов: голубого, желтого и красного.

### **Упражнение «Волшебные зеркала»**

**Цель:** формирование положительной Я-концепции, повышение уверенности в себе, снижение тревожности.

**Материалы:** цветные карандаши либо фломастеры, бумага А4.

**Процедура:** Участникам предлагается нарисовать себя в 3-х зеркалах, но не простых, волшебных: в первом – маленьким и испуганным, во втором – большим и веселым, в третьем – не боящимся ничего и сильным.

Вопросы:

1. Какой человек выглядит симпатичнее?
2. На кого ты сейчас похож?
3. В какое зеркало ты чаще всего смотришься в жизни?
4. На кого ты хотел бы быть похож?
5. Какие ощущения у тебя возникали в процессе рисования 3-х рисунков?

### **Упражнение «Сказка о бабочке сновидений»**

**Цель:** актуализация эмоционального и когнитивного компонента переживания сновидений, изучение «ночных страхов», поиск внутреннего ресурса.

**Материалы и оборудование:** лист бумаги формата А4, фломастеры; материалы для изготовления коллажа: газеты, журналы, открытки, краски, карандаши, фломастеры, клей ПВА, ножницы, силуэтное изображение бабочки, музыкальный проигрыватель, музыкальные записи.

**Процедура:**

1. Психолог демонстрирует разнообразие материалов для изготовления коллажа.

2. Изготовление коллажа.

Возьмите лист с нарисованным силуэтом бабочки. С помощью цветных карандашей, красок, любых других средств (вырезки из газет, журналов) В цвете выразите свое эмоциональное отношение к бабочке. Нарисуйте лицо бабочки.

3. После изготовления коллажа ребенок представляет свою работу.

Дальнейшее взаимодействие психолога с ребенком осуществляется с учетом задач коррекции, а также интеллектуальных и рефлексивных возможностей ребенка.

**Упражнение «Моя планета»**

**Цель:** развивать воображение, снимать эмоциональное напряжение.

**Инструкция:** «Закрой глаза и представь себе планету в космосе. Какая планета? Кто населяет эту планету? Легко ли до неё добраться? По каким законам на ней живут? чем занимаются жители? Как твою планету зовут? Нарисуй эту планету»

Дети выполняют рисунки, после чего проводится обсуждение работ.

**Упражнение «Моя эмблема»**

**Цель:** формирование представлений о себе; осознание своих интересов, устремлений; формирование самоуважения.

**Материалы:** бумага разного формата; цветной/белый картон; краски; набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей, пластилин; изображения различных эмблем; семейные фотографии.

**Описание упражнения:** Покажите ребёнку различные эмблемы, рассмотрите их.

«Как ты видишь, эмблема - это отличительный знак, на котором изображается то, что символизирует какую-то идею, человека, предметы.

А, что символизирует тебя? Какие предметы наиболее ярко отражают твой образ жизни, интересы, планы? Попробуй создать свою собственную эмблему»

После изготовления эмблемы:

- рассмотрите её вместе с ребёнком;
- пусть он расскажет, почему изобразил именно эти предметы;
- понравилось ли ему то, как он воплотил задуманное?