**ГБОУ МО Реутовский детский дом для детей–сирот и детей, оставшихся без попечения родителей**воспитатель Молчанова М.В.

**ПРОЕКТ ПРОГРАММЫ**

**Программа социально-психологического развития воспитанников детских домов и школ-интернатов «ШКОЛА СОТРУДНИЧЕСТВА»**

**для детей младшего школьного возраста**

**Пояснительная записка**

Социально-психологическое развитие современных детей должно обеспечить их адаптацию к нынешним социальным условиям общества. Родившись, дети попадают в мир, полный ожиданий, норм, установок, верований, ценностей, традиций и социально закрепленных способов обращения с вещами. Окружающая среда предлагает ребенку различные модели взаимодействия, которые могут более или менее социально адаптивны.

Ребенок, оставшийся без родителей, всегда имеет травматичный опыт взаимодействия с окружающими, который может привести в дальнейшем к социальной дезадаптации или формированию бедного репертуара социальных действий, неумению сотрудничать с другими людьми, просить о помощи.

Проблемы психологического характера чаще всего определяются ранней депривацией неформального общения со взрослыми. Как отмечает Л.И. Божович, у детей-сирот «отпадает один из важнейших источников постоянного накопления опыта и знаний, они не успевают усваивать многообразие межличностных отношений, так как в условиях школы-интерната дети постоянно находятся в кругу сверстников, в кругу одних и тех же впечатлений, одних и тех же педагогических воздействий».

В силу неправильно формирующего опыта общения дети зачастую занимают по отношению к другим людям агрессивно-негативную позицию. Неадекватные аффективные реакции (драчливость, конфликтность, агрессия, грубость) выступают, по мнению Л.С. Славиной, защитной реакцией на неудовлетворенность жизненно важных потребностей, позволяющей ребёнку не снижать оценку своих возможностей.

Развитие социальных навыков взаимодействия, общения, поддержания отношений способствует адаптации учащихся в школе, социуме, обществе. Работа в группе позволяет выражать себя и чувствовать поддержку окружающих.

**Цели и задачи программы:**

Сегодня особенно важно усиливать психологические связи между детьми, развивать их способность устанавливать и поддерживать контакты, ибо все больше и больше детей страдают от одиночества и изоляции. Грубое поведение детей часто повторяет увиденное на телевизионном экране. Для многих детей все труднее становится нормально взаимодействовать с окружающими. Они не понимают и не учитывают индивидуальных особенностей других людей, все меньше говорят о действительно существенных и важных для них проблемах, обмениваясь лишь формальными и поверхностными замечаниями. Им с трудом удается

внимательно слушать других. Плохое поведение детей вынуждает все более строгие порядки. Это, в свою очередь, приводит к тому, что дети чувствуют себя менее свободно и меньше общаются друг с другом и с педагогом. В результате они не имеют возможности осваивать и совершенствовать коммуникативные навыки и становятся все более агрессивными и неуправляемыми. Тогда воспитатели ведут себя все жестче и жестче.

В ходе проведения программы развития сотрудничества используются интерактивные игры, предложенные немецким психологом, специалистом по групповой работе с детьми К. Фопелем. Проведение подобных игр с детьми способствует развитию их эмоционального и социального интеллекта и помогает социальному педагогу, психологу создавать в группе детей дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогом, облегчая тем самым процесс совместного обучения. В ходе игр дети имеют возможность получить новые впечатления, приобретают социальный опыт и общаются друг с другом совершенно не так, как в ходе обычной школьной жизни. Они учатся общаться с чуткостью и уважением. После проведения игры организуется обсуждение детьми полученного ими опыта. Ценны выводы, сделанные самими детьми. После окончания игры ведущий помогает детям выразить и обсудить свои впечатления.

**Цели программы психосоциального развития для детей младшего школьного возраста:**

- обучение социально приемлемым способам выражения эмоций, совладания с гневом и агрессией;

- формирование навыков сотрудничества и взаимодействия в группе сверстников;

- развитие позитивного «Образа Я», профилактика тревожности.

*Задачи для ведущего занятия:*

- помочь детям самим прийти к продуктивным решениям при затруднениях;

- поддерживать их в формулировании доступных им конкретных целей и в активном стремлении к их достижению;

- объяснять, что допустимо проявление любых чувств, но не любое поведение;

- побуждать детей искренне выражать свои чувства и при этом вести себя уважительно по отношению к другим.

Прежде важным считалось лишь корректное поведение, и мало кого волновало, какие чувства испытывает ребенок. В девяностые годы 20 века стало приемлемым проявление любых чувств, но в то же время общество начало сквозь пальцы смотреть на проблематичные и не всегда соответствующие социальным нормам формы поведения. На самом же деле детям необходимо научиться связывать между собой чувства и мораль, чтобы затем быть счастливыми в личной и профессиональной жизни.Сегодня у детей, подростков и взрослых больше возможностей выбора, что осложняет взаимоотношения. Это значит, что умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится все более важным. К сожалению, многие дети не приобретают этого важнейшего социального навыка, но хорошие учителя могут научить детей решать конфликты, слушать и понимать других, уважать чужое мнение и не в последнюю очередь – следовать социальным нормам и правилам.

Важным аспектом работы с интерактивными играми является организация времени. Детям необходимо время для прояснения своей личной ситуации и нахождения способа преодоления трудностей. Хорошо, если взрослый предоставляет детям такое время. Особенно целебен такого рода опыт для трудных детей, поскольку благодаря этому они видят, что взрослый и сверстники пытаются понять их и интересуются их жизнью. На это требуется время. Никакой учитель и никакой ребенок не в состоянии мгновенно понять жизнь другого. Нет простых детей и детей «таких, как все», поэтому для психосоциального обучения необходимы покой и время.

*Задачи для участников:*

- развитие терпимого, гибкого и внимательного отношения к сверстникам и собеседникам;

- профилактика социальных страхов и стрессов;

- развитие навыков анализа ситуаций и принятия решений;

- формирования навыка высказывания своих чувств, мыслей, желаний;

- профилактика агрессии в общении со сверстниками и взрослыми.

Приведенные выше задачи могут показаться слишком сложными, но они способствуют подготовке детей к самостоятельной жизни, их правильной социализации. Такая подготовка должна воспитывать терпимость и уважение к другим и помогать детям, видеть смысл и ценности жизни. Она должна указать детям пути, вступив на которые, они научатся жить ответственно и развивать в себе самостоятельность и независимость. Реализация этих задач – результат совместных усилий ведущего и детей – участников программы.

**Направления работы по программе**

Чем старше становятся дети, тем важнее для них оказывается принадлежность и к другим группам: к классу, спортивной команде и т.д. Многим детям трудно сконцентрироваться на учебе, если они не чувствуют своей принадлежности к школьной жизни. Нередко «плохое» поведение на уроке возникает из-за того, что ребенок ощущает себя изолированным и беспомощным, за счет асоциального поведения он пытается привлечь к себе внимание. Чтобы научиться ощущать свою принадлежность к группе, детям, как ни странно, необходимо признание их личной истории. Они хотят, чтобы все обратили внимание на то, какие они, что они умеют, чему хотят научиться, каким видят свой класс.

Важно укрепить веру детей в то, что они сами могут управлять своей жизнью. Очень важно научить детей гордиться своей собственной историей и надеждой смотреть в будущее. Надежда дает человеку способность наслаждаться жизнью со всеми ее трудностями и поражениями, она дает детям и взрослым внутреннюю силу и целеустремленность. Для решения этой задачи в программе выделены следующие направления:

*Ощущение единения с группой*

Есть дети, которым очень трудно почувствовать свою общность с другими. Дети с низкой самооценкой, застенчивые или неуверенные в себе опасаются, что другие люди могут обнаружить их слабые стороны. Поэтому они пытаются держаться в стороне от всех. Часто у них уже есть негативный опыт, и им приходится долго и постепенно учиться доверять одноклассникам и учителю. Таким детям требуется время, чтобы понять, что не только они «не такие как все», но и всякий другой человек является неповторимой личностью, имеющей не только сильные, но и слабые стороны. Не всегда дети, сторонящиеся других, происходят из трудных семей, довольно часто это просто чувствительные дети, страдающие от утрат, которые они понесли, от событий, которые драматическим образом потрясли сами основы их доверия к миру: смерть близких, развод или безработица родителей, переезды, потеря друга. В таких случаях педагогам потребуется немало терпения, чтобы вывести ребенка из ощущения изолированности и одиночества.

Занятие – это место, где можно спокойно поговорить о своей жизни, где каждый может изложить свое отношение к любому событию или проблеме, в то время как все остальные внимательно слушают и пытаются понять говорящего. Возможность выговориться и послушать других целебна уже сама по себе. Приглашение детей сесть в круг для того, чтобы поговорить друг с другом и поделиться переживаниями, позволяет почувствовать общность многих проблем и своеобразие каждого человека.

*Различение поведения, мыслей и эмоций.* Именно в младшем школьном возрасте детям важно научиться различать мышление и эмоции, истину и фантазию. Мы должны помочь им жить в мире реальности. Допустимо проявление любых чувств, но не любое поведение.

*Сочувствие.* Достичь проявления сочувствия можно, пробудив у детей интерес к тому что чувствуют и как мыслят другие люди. Мы можем учить их ставить себя на место другого, понимать и чувствовать внутренний мир человека другого возраста, другой культуры. Если же в группе собрались дети различных культур и национальностей, то ребенок получает еще больше возможностей развивать в себе эмпатию. Когда дети в спокойной обстановке разговаривают о своей жизни, идет важный процесс, в ходе которого они пытаются хоть на некоторое время увидеть мир глазами другого человека. При этом мы можем донести до детей также и мысль о том, что в жизни есть множество различных способов выражения любви.

Общество часто рассматривает детей, прежде всего, как будущих потребителей, заставляя их иметь множество желаний и поощряя их стремление к скорейшему удовлетворению этих желаний. В результате самое

важное, что дети могут вынести из школы и семьи в самостоятельную жизнь, — это необходимые для жизни социальные навыки и качества личности. К таким навыкам в первую очередь относится умение сопереживать другим и брать на себя ответственность за свои поступки. Требуется немало времени, чтобы эти навыки выработались и стали прочными и устойчивыми, поэтому, чем раньше мы начинаем развивать их в детях, тем более мы можем быть уверенными в том, что они смогут проявить эти важные для жизни добродетели даже в очень сложных и неоднозначных ситуациях.

*Осознание личностных особенностей ребенка.* Если мы хотим, чтобы ребенок развивался и рос как личность, нам нельзя допускать, чтобы он ориентировался только на наши требования. Напротив, мы должны помочь ребенку следовать его собственным внутренним целям и желаниям. Обычно детям бывает легче осознавать свои личные цели, когда они выражают их в творчестве: когда они пишут, сочиняют музыку, играют на музыкальных инструментах, рисуют или ставят детские пьесы.

Развитие индивидуальности достигается через подбор игр. Для детей-перфекционистов, для чересчур возбужденных или ригидных детей полезно обучение расслаблению и при необходимости прибегать к помощи собственной фантазии. Особенно эгоистичным и самовлюбленным детям пойдут на пользу игры, направленные на эмпатию и сочувствие. Неуверенные в себе дети могут развить недостающие им качества с помощью игр. Конечно, и для остальных детей эти игры окажутся полезными, и все же было бы хорошо, если бы вы, выбирая игру, имели в виду конкретных детей, которым эта игра поможет больше других.

*Помощь детям в развитии сильных сторон своего характера.* Мы знаем, что рано или поздно все дети окажутся в тяжелых условиях переполненного рынка труда, на котором многое зависит от их способности работать в команде, в то же время оставаться самостоятельными личностями. И лишь тот добьется в дальнейшем успеха, кто научится держаться до конца и при самых сложных обстоятельствах не отказываться от своих устремлений. Поэтому очень важно показать детям, что вы не только любите их, но и предъявляете высокие требования к их поведению.

Развитие в детях открытости и мужества выражать свое отношение к другим Желание принадлежать к группе отчасти препятствует общению детей с ровесниками. Боясь испортить отношения со значимыми людьми, дети очень часто ведут себя по примеру взрослых, а именно: молчат, когда им что-то неприятно, подавляют свои желания в угоду желаниям других, не выражают свою точку зрения. Очень важно побуждать детей давать обратную связь одногруппникам и педагогам. Это обеспечивает открытое, искреннее и живое общение.

*Работа со страхами и стрессом.* Для этого нам необходимо предоставить детям возможность говорить и о неприятных для них вещах, внимательно выслушивая их при этом. Мы можем показать им, как рационально распределять свое время, выполнять свои обязательства и расслаблять душу и тело.

*Общение без насилия.* В ситуации, когда ребенок рассержен или обижен, можно помочь ему выразить свои чувства без агрессии и конфликта. Мы можем помочь группе отказаться от разрешения проблем с помощью кулаков, можем научить детей контролировать свой гнев и проявлять накопившуюся агрессию в игровой форме.

Развитие в детях чувства юмора «Жизнь и без того достаточно сложна, чтобы мы еще и чувствовали себя несчастными» (Жанна Моро). Как можно чаще проявляйте чувство юмора, тем самым показывая детям, что жизнь вполне сносна, если уметь даже в сложных ситуациях видеть комическое и иногда позволять себе просто смеяться. Совсем неплохая идея — ввести за правило раз в неделю проводить занятие, в ходе которого дети будут рассказывать анекдоты и смешные истории.

*Умение принимать решения – самостоятельно и в группе.* Дети, так же как и взрослые, стараются поступать правильно. Но иногда они торопятся, не знают, что правильно, а что нет, и не всегда замечают все имеющиеся у них возможности. Мы можем выработать у них навык обсуждения и анализа различных вариантов решения. Упражняться с ними в принятии справедливого группового решения.

**Тематика занятий**

В целом тематика занятий отражает направления работы по программе. Приведенная ниже тематика занятий является примерной и может быть скорректирована с учетом особенностей детей, для которых предназначена программа, и группы в целом.

Тема 1. Знакомство.

Тема 2. Моя группа.

Тема 3. Что такое эмоции?

Тема 4. Радость.

Тема 5. Как победить страх.

Тема 6. Что делать с гневом?

Тема 7. Обида.

Тема 8. Мое настроение.

Тема 9. Сочувствие.

Тема 10. Мои желания.

Тема 11. Какой Я?

Тема 12. Умение ладить с людьми.

Тема 13. Все вместе.

Тема 14. Чему мы научились?

ФИЛИАЛ ГКУЗ г. Москвы «Детский нефрологический санаторий №9 ДЗ г. Москвы»
воспитатель Молчанова М.В.

**Психолого-педагогические рекомендации педагогам по работе**

**с детьми, во временных детских коллективах**

Можно выделить несколько основных рекомендаций, следуя которым будет легче общаться с детьми и добиваться поставленных целей в воспитании:

• Ребенку необходима безусловная любовь родителя – любовь, не зависящая ни от каких обстоятельств, поведения ребенка, его успехов и недостатков.

• Ребенок должен чувствовать, что взрослые, в лице педагогов уважают его, принимают таким, какой он есть, доверяют ему. Это позволит ребенку быть уверенным в себе и в своих отношениях с взрослыми.

• Ни при каких обстоятельствах ребенок не должен бояться педагога.

• Лучше в максимально возможной степени оставлять за ребенком свободу принятия решения, нежели требовать от него слепого подчинения.

• Лучше использовать поощрения, чем наказания.

• Необходимо с пониманием относиться ко всему, что происходит с ребенком, не делать ему критических замечаний. Нелепо критиковать то, что возможно было нормой поведения в «прошлой» жизни ребенка.

**Что делать, если ребенок лжет?**

Маленькие дети обычно врут так, что это сразу легко заметить. Чаще всего причина вранья в том, что ребенку надо привлечь к себе внимание взрослых.

Кроме того, у некоторых детей часто бывает очень богатое воображение и им необходимо просто пофантазировать время от времени.

А вот что делать, если дети лгут уже по-настоящему, например, чтобы скрыть какой-нибудь свой неблаговидный поступок? Главное – не творить скорую расправу и не делать поспешных выводов. Любая ситуация, даже такая неприятная, как детская ложь – это счастливая возможность еще раз проговорить вслух правила, существующие в вашем отряде относительно норм поведения (или установить таковые, если это еще не было сделано).

Выслушайте ребенка внимательно, поразмышляйте наедине о скрытых причинах лжи. Найдите подходящий момент для доверительного разговора и скажите ему о своем отношении к происшедшему. Поговорите о тех неприятных для ребенка последствиях, к которым может приводить ложь. Будет полезно, если вы расскажите соответствующий случай из своего собственного детства или прочтете вместе какую-нибудь нужную сказку.

Иногда дети лгут, потому что, по их мнению, сказать правду нельзя: вы рассердитесь или расстроитесь. Поэтому всегда важно помнить, что ни в коем случае нельзя наказывать детей за правду! Надо быть готовым выслушать любую правду, какой бы горькой она не была.

Часто педагоги не осознают, что они сами учат детей лгать, когда это выгодно. В большинстве случаев это касается мелочей, таких например, как просьба ответить на телефонный звонок и сказать, что вас нет рядом, и т. д. Но для ребенка принципиально важным является осознание того, что взрослый не лжет ни при каких обстоятельствах.

«Детская ложь передает нам правду о душевном состоянии ребенка, о его страхах и надеждах. Правильная реакция на ложь выражает понимание, а не отрицание ее истинного значения!»

**Что делать, если ребенок ворует?**

Первое, что может прийти в голову понимающего педагога при столкновении с воровством ребенка: «Воровство – это, возможно, необходимая для данного ребенка вещь в его прошлой жизни. Это то, что помогало ему выживать до встречи с вами».

Сначала надо спокойно поговорить вдвоем о случившемся. Не уличать, не обвинять, а именно уважительно поговорить, в том числе и о чувствах, которые ребенок испытал в момент воровства и после. Если взрослый при этом расскажет подобную историю из своего детства, это покажет ребенку, что его понимают и сочувствуют.

Следующая важная задача воспитателя – элементарно научить, – так, как мы учим маленького ребенка – правильному поведению.

Можно просто сказать: «Знаешь, я хочу, чтобы в следующий раз ты поступил иначе. Надо… Это необходимо для того, чтобы ты…» (далее надо показать ребенку выгодные стороны жизни без воровства).

После такой договоренности ребенок успокоится: теперь он знает, как искать выход из ситуации, которая поставила его в тупик и заставила пойти на воровство.

Ну и не забудьте выполнять еще несколько простых правил:

• Во-первых, вы сами должны быть твердо уверены в том, что нельзя брать чужого.

• Во-вторых, вы должны понимать, что ребенку необходимо владеть своей собственностью (конечно, речь идет не об автомобиле, а о простых вещах: своих личных игрушках, одежде и пр.) и иметь деньги на карманные расходы.

• В-третьих, учить ребенка нормам поведения нужно исходя из интересов других людей, а не из угрозы наказания.

• В-четвертых, вы не имеете права требовать от ребенка доверия, если будете отказывать ему во всем!

**Что делать, если ребенок часто испытывает страх?**

У многих детей, которые были лишены родительской заботы и внимания, есть разнообразные страхи. Кто-то боится темноты, кто-то – чужих людей, кто-то – животных и т. д. У детей может встречаться страх внешнего мира, страх того, что их опять бросят. Некоторые дети никогда не скажут, что они чего-то боятся, но от переживаний у них может подняться температура, разболеться живот или голова.

*– Нужно стараться не давать повода для страхов!*

*– Нельзя заставлять преодолевать эти страхи сразу, нужно действовать постепенно, используя небольшие уловки.*

Очень важно, чтобы взрослые сами не провоцировали страхи у детей. Например, не стоит впадать в панику, если ребенок упал с велосипеда. Лучше пожалейте ребенка, потому что ему больно, и окажите необходимую помощь. Не рассказывайте детям о своих страхах и болезнях. Дети очень внушаемы и склонны перенимать страхи взрослых в преувеличенном виде.

Кроме того, нужно очень осторожно относиться к просмотру вечерних фильмов. Лучше не читать детям на ночь страшные сказки и рассказы. Для преодоления некоторых страхов иногда достаточно просто объяснить ребенку некоторые явления. Например, когда ребенок боится грозы, нужно рассказать ему, как возникают гром и молнии. Если ребенок боится пожара, разбойников, нужно научить его тому, что необходимо делать при возникновении опасности.

Укладывая ребенка спать, пожелайте ему спокойной ночи, если надо, включите ночник и спокойно объясните, что у вас еще есть какие-либо дела. Если ребенок позвал вас без необходимости, просто пожелайте ему спокойной ночи еще раз и больше не бегайте на каждый его зов.

Бывает, что ребенок использует страхи для манипуляции взрослыми или привлечения к себе внимания. В таких случаях необходимо выяснить цель демонстративных страхов ребенка и то, как они вписываются в общую картину его поведения. Если педагоги понимают, что страхи ребенка вызваны его желанием привлечь к себе внимание, получить больше заботы и поддержки, то они должны стараться удовлетворять эту потребность ребенка в любых других ситуациях, кроме ситуации, когда ребенок чего-то боится.

*Нужно как можно меньше значения придавать страхам ребенка, уделяя как можно больше внимания случаям, когда он преодолел свой страх.*

**Повышенная возбудимость – что это?**

Повышенная возбудимость у детей, как правило, характеризуется чрезмерно интенсивной эмоциональной реакцией на все стимулы, даже самые слабые. Другими словами, повышенно возбудимый, непосредственный, гиперактивный ребенок легко вовлекается во все дела, хорошо чувствует эмоциональный настрой других участников события и быстро реагирует на изменения в ситуации. Все новое такого ребенка интересует и радует. Инициатива и гибкость позволяют ему быстро менять стратегии поведения, приспосабливаясь к окружению. Эти таланты позволяют быть общительным, адаптированным и конформным. Все позитивы личности, однако, могут иметь и свои негативные стороны, которые мы также наблюдаем как у приемных, так и у своих собственных детей.

Непосредственность ребенка, у которого много энергии, естественным образом может сопровождаться повышенной вспыльчивостью и раздражительностью. Это означает, что в группе детей гиперактивный ребенок чаще других может вступать в конфликтные ситуации по самым разным, иногда незначительным поводам.

Конформность и гибкость могут создавать предпосылки для непоследовательности намерений, что часто наблюдается у детей с повышенной активностью. Ребенок может захотеть что-то одно, но по пути заметить нечто другое и незаметно для себя самого переключиться, «съехать» в другое занятие (особенно если позовет кто-то из детей), в конечном итоге не завершив ни того, ни другого.

Легкость переключения внимания создает основу для формирования непоседливости (ребенок быстро включается в деятельность, но и быстро «остывает», утомляется). Повышенная утомляемость, нарушения концентрации внимания и памяти также могут способствовать формированию неустойчивых черт характера со свойственным для этих детей снижением чувства ответственности.

**Как помочь гиперактивному ребенку?**

С раннего детства гиперактивный ребенок нуждается в продуманном взрослым игровом пространстве, где предусмотрены облегченные и приятные для воспитанника условия для уборки игрушек. Удобная мебель (шкаф, стеллаж и т.д.) может быть дополнена привлекательным для ребенка контейнером (лучше на колесиках), красивыми и удобными кармашками для мелких вещей. На каждом кармашке можно нарисовать тот вид предметов или игрушек, который предполагается в нем хранить между играми. Такая классификация предметов, кстати, очень полезна для развития мышления детей.

Зная о повышенной возбудимости ребенка, старайтесь, чтобы в играх принимало участие не более двух-трех человек. При этом нужен контроль за тем, что происходит, и распознавание сигналов, предупреждающих о возможном взрыве. В случае необходимости надо спокойно вмешаться и предотвратить конфликт: отвлечь ребенка или спокойно обсудить с ним напряженную ситуацию. Если это уместно, полезно переместить ребенка с потенциального поля битвы в более безопасное место.

Для выполнения серьезных дел (например, выполнение какого-либо задания) взрослый помогает своему воспитаннику организовать рабочее место. Необходим индивидуальный стол и дополнительные стеллажи с ячейками, чтобы у каждой вещи при этом автоматически образовалось свое место. При этом желательно из комнаты (или хотя бы из поля зрения ребенка) убрать все лишнее, а также выключить радио или телевизор, поскольку гиперактивный ребенок не умеет сам «отсеивать» ненужные, отвлекающие факторы.

Для ребенка важно, чтобы взрослый вел себя последовательно, чтобы он старался всегда говорить медленно и спокойно. При этом взрослому надо не забывать реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни казались. Иногда приходится несколько раз повторить трудное для ребенка задание, сопровождая свою инструкцию короткими (чем младше ребенок, тем короче должны быть фразы

взрослого), ясными и четкими разъяснениями.

Выделяйте по возможности больше времени для необходимых ребенку активных двигательных занятий, в которых избыточная энергия успешно расходуется. Это могут быть прогулки на свежем воздухе, игры во дворе, посещение спортивных секций (последние привлекательны еще и потому, что тренер обычно задает детям позитивную модель поведения, сопровождающегося самоконтролем).

Чтобы помочь ребенку стать более упорядоченным, организованным и ответственным, а также более внимательным и собранным, следует, не впадая в агрессию, обиду или другие неконструктивные реакции, терпеливо напоминать ему о его делах, поощряя малейшие достижения ребенка в этом направлении.

Попробуйте посмотреть на ситуацию с другой стороны. Ведь это замечательно, что у вас есть возможность общаться с таким интересным ребенком! Активный, расторможенный ребенок вносит много новых впечатлений в размеренную, спокойную, запрограммированную (и, надо сознаться, скучноватую!) жизнь ответственного человека, который живет необходимостью делать дело, выполнять долг (а не просто радоваться краскам жизни). Ребенок постоянно привносит что-то новенькое, необычное, занятное; жить рядом с ним – это получать полную палитру непосредственных эмоций.

**Что делать, если ребенок шантажирует взрослых?**

Некоторые начинающие вожатые пытаются «компенсировать» прошлый негативный опыт детей-сирот тем, что начинают их баловать, излишне опекать их. И многие дети начинают этим пользоваться, они учатся манипулировать взрослыми. Чем больше избалован ребенок, тем чаще он предъявляет педагогам свои, нередко просто невыполнимые, требования.

Иногда дети оправдывают себя тем, что они сироты, считают, что все должны им помогать, «танцевать вокруг них». Своим прошлым они объясняют свою неустроенность, свое плохое поведение и т. д.

Бывает, что дети начинают угрожать взрослым, что уйдут обратно в приют, детский дом и т. д. Здесь важно понимать, что в действительности дети вовсе не хотят возвращаться к прежним условиям жизни, они просто пытаются таким способом добиться от взрослого того, что им нужно.

Если ребенок уже достаточно взрослый, то в таких ситуациях педагоги должны предоставить ему свободу выбора. Фразы «конечно, ты сам вправе решать, где тебе лучше жить» обычно достаточно, чтобы ребенок образумился. У маленьких детей угрозы вернуться в приют чаще всего связаны со вспышкой отрицательных эмоций, и после того как ребенок успокаивается, пропадает и желание уйти.

Не забывайте и о том, что дети во всем подражают взрослым. Никогда не произносите фраз типа: «У меня заболела голова, потому что ты плохо себя ведешь» или «Если бы ты меня любил, ты бы не сделал этого». Это и есть ни что иное, как эмоциональный шантаж.47

**Что делать, если у ребенка вспышки агрессии и раздражения?**

Изначально агрессия у ребенка может возникать как протест против ограничения его личной свободы. «Я хочу пойти туда!» – настаивает он – и это уже почва для очередного конфликта, пресечения детского исследовательского поведения, притеснения со стороны избыточно доминирующего взрослого. Когда доминирование взрослого превосходит порог, допустимый для ребенка (взрослый постоянно руководит, без конца отдает команды и т.д.), тогда у ребенка нет другого выхода, как защищаться, иначе его личность будет терпеть ущерб. Легче всего агрессия ребенка провоцируется монотонностью и повторяемостью (делать уроки, убирать вещи, мыть руки и т.д.), а также упрямством взрослого, который заставляет ребенка выполнять

правила ради самих правил.

Истерики, вспышки агрессии и раздражения бывают как у детей, выросших в обычной семье, так и у детей-сирот. Это один из способов манипулировать взрослыми. Часто дети хорошо понимают, что взрослые очень болезненно реагируют на крик и слезы и пользуются этим средством для достижения собственных целей. Дети могут кричать и визжать, бросаться на пол и биться ногами или головой об пол, крушить вещи и угрожать убежать из лагеря. Воспитателей часто пугает такое сильное проявление эмоций, и они в отчаянии уступают ребенку. Некоторые педагоги пытаются отвлечь внимание ребенка, другие – наказывают или пытаются заставить его прекратить истерику. Все эти способы реагирования на истерики ребенка обычно не приводят к положительным результатам.

Самым эффективным способом борьбы со вспышками раздражения у ребенка является лишение его зрителя. Если педагоги остаются невозмутимыми, и на них эти сцены не производят никакого впечатления, то ребенок вряд ли попытается повторить такое представление. Взрослым, игнорирующим вспышку раздражения у ребенка не стоит упоминать о ней после того, как ребенок успокоится, им следует разговаривать с ребенком так, как будто ничего не произошло.

Когда ребенок совсем маленький, не стоит оставлять его во время истерики одного. Это может быть небезопасно. Многие психологи не рекомендуют в момент ярости поднимать ребенка с пола и насильно брать его на руки. Но если ребенок сам просится на руки, следует выполнить его просьбу. Однако любые нравоучения в этот момент будут преждевременными.

Часто дети-сироты не могут обойтись без этих вспышек негативных эмоций, им нужно вылить все, что у них накопилось. Важно, чтобы это не превратилось в стереотип поведения. Нужно обучать детей снимать свою агрессию, раздражение и другие отрицательные эмоции приемлемыми способами. Способом разрядки может быть физическая нагрузка, игры, в которых есть элемент соревнования, игры, в которых допустимо выражать свою злость.На всякий негативный момент найдется свой позитив. Наличие агрессии часто свидетельствует о творческих способностях ребенка, о его стремлении исследовать мир, искать новые пути решения проблем, изобретать и совершенствовать.

Часто сломанная игрушка может поведать о желании ребенка понять, как она устроена внутри. Ребенок может сломать вещь для того, чтобы переделать ее по-своему, но, сломав, оказывается не в состоянии выполнить задуманное; окружающие же могут воспринять такое поведение ребенка как стремление «вредничать» – и наказать его за это. Но даже если ребенок действительно «вредничает», взрослому следует понять, что он, таким образом, исследует допустимые границы свободы своего поведения. Он хочет попытаться расширить их или подтвердить для себя невозможность этого.

Для ребенка с повышенной агрессивностью создание вещей своими руками имеет огромный дополнительный смысл. Опыт показывает, что обычно вещи ломаются чаще в руках тех детей, которые не имеют навыков в самостоятельном ручном творчестве. Тот же, кто что-то сделал сам, трепетно бережет свое «сокровище» и более бережно относится к результатам труда других. В нем начинает жить «пункт бережливости» и внимательное отношение к профессиональной деятельности взрослых.

Надо сказать, что иногда из детей с повышенной агрессивностью (правильнее было бы о них сказать – с выраженной творческой активностью) вырастают по-настоящему творческие взрослые, от которых в основном и зависит наша с вами жизнь.

**Что делать, если ребенок нецензурно ругается?**

Дети, которые долгое время находились в неблагоприятных условиях, очень часто употребляют нецензурные выражения, склонны неуважительно разговаривать с взрослыми. Педагоги должны изначально определить для себя, будут ли они мириться с подобным положением вещей. Отучить уже большого ребенка от ругательств достаточно сложно, и здесь взрослым важно придерживаться выдвинутых ими требований.

Нельзя эмоционально реагировать на «неправильные» слова ребенка, так как это может привести к тому, что он будет использовать ругательства для привлечения к себе внимания. Нужно максимально спокойно и методично повторять ребенку, что эти слова говорить нельзя, а можно употребить другое слово… Обсудите с ребенком смысл бранных слов, попытайтесь подобрать синонимичные нормативные выражения. Объясните ребенку, что мат – это признак языкового бессилия. Что уважающий себя человек всегда найдет множество других слов, с помощью которых можно выразить свои чувства.

И помните, что ребенку будет невыносимо сложно отучиться от нецензурных слов, если вы сами не всегда воздерживаетесь от них, например, во время случайной эмоциональной вспышки. Конечно, сложно удержаться от крепкого словца, если вы уронили молоток себе на ногу!49

Но все же попытайтесь, если вы не хотите, чтобы это слово прочно обосновалось в лексиконе вашего воспитанника.

**Что такое полноценное питание ребенка?**

Полноценное и правильно организованное питание имеет большое значение для развития ребенка. Оно повышает выносливость организма и его сопротивляемость различным заболеваниям. Пища является источником энергии, необходимой для деятельности всех органов и систем.

Основной материал построения тканей и органов человеческого тела – белки, в которых дети и подростки нуждаются больше взрослых. В возрасте от 1 до 3 лет дети должны ежедневно получать в пище примерно 4 г. белка на каждый килограмм своего веса. В дальнейшем это количество постепенно уменьшается и после 12 лет составляет 2–2,5 г. Наиболее полноценными являются белки животного происхождения, которые содержатся в яйцах, молоке, твороге, сыре, мясе, рыбе.

Жиры и углеводы – это главные источники энергии. В питание ребенка должны входить как животные жиры (молочные продукты, яичный желток, рыбий жир), так и растительные (растительные масла). Желательно, чтобы в молочной и мясной пище ребенок получал примерно одинаковое количество белков и жиров и сверх того 10-15 г растительных жиров в день.

Углеводы – это сахар, крахмал и клетчатка. Питание ребенка следует организовать так, чтобы основная масса углеводов поступала в виде крахмала – из хлеба, крупы, картофеля, так как крахмал в процессе пищеварения превращается в сахар и лишь тогда поступает в кровь, что дает возможность организму получать сахар постепенно, в течение длительного времени. Рацион ребенка должен содержать углеводов в 4 раза больше, чем белков и жиров.

Кроме того, не стоит забывать о том, какое огромное значение для нормального развития детского организма имеют витамины! По возможности детям в лагере необходимо давать больше сырых овощей, фруктов и ягод.

**Что если дети отказываются есть полезные блюда?**

Дано: салат из морской капусты, богатый содержанием йода, который так полезен для правильного функционирования щитовидной железы и тарелка картошки-фри с кетчупом.

**Вопрос:** *что предпочтет съесть на обед ребенок с нормальным детским вкусом и средним аппетитом?*

Наверняка, вы все правильно ответили на этот вопрос. Но как же приучить ребенка есть не только то, что вкусно, но и то, что полезно?

Попробуйте воспользоваться нашими советами:

• Никогда не кормите детей насильно и не действуйте угрозами типа: «Пока не съешь, не выйдешь из-за стола!» Аппетита это не прибавляет, а вот в отчаяние приводит. Если ребенок не доел, просто уберите тарелку, но предупредите, что до ужина он не получит ни одного печенья.50

Если ребенок проголодается спустя какое-то время, то если есть такая возможность, предложите ему его недоеденную порцию, разогретую, например, в микроволновой печи.

• Не ставьте детей перед выбором: каша или мороженое – дети не в состоянии сделать выбор в пользу полезного, а не вкусного. Просто спросите у него: «Сколько ложек каши ты будешь – три или пять?»

• На детей с пониженным аппетитом хорошо действует оформление блюд или стола. Постарайтесь украсить обычные блюда, придать им праздничный вид. Например, нежеланная манная каша становится очень аппетитной, если ее положить в вазочку, украсить несколькими ягодами, вареньем или сиропом.

• Постарайтесь сделать рацион ребенка более разнообразным. Мало кому из взрослых понравится одна и та же каша на завтрак. А вот если сегодня будет каша, завтра оладьи, а послезавтра омлет – такой завтрак никого не приведет в уныние!

• Не делайте из еды культа. Не стоит награждать ребенка его любимым блюдом или походом в его любимую закусочную. Еда – это просто жизненная необходимость, приятная, но не более! А вот поиграть после обеда в парке намного приятнее, чем полчаса сидеть за тарелкой с супом.

**Стоит ли наказывать ребенка?**

Конечно, в идеале лучше бы совсем отказаться от наказаний. Но, к сожалению, вряд ли, воспитывая ребенка, кому-нибудь удалось без них обойтись.

Помните главное: наказание – это не постоянная практика, а особый случай. Это незамедлительная (!) реакция на недопустимый, и, возможно, опасный поступок. Оно может быть только коротким.

Нельзя наказывать ребенка за то, что вы сможете сделать и сами: например, пролить суп или разбить чашку. Делайте скидку на возраст ребенка. Никогда не наказывайте его за то, что он не сделал чего-то, недоступного ему в силу возраста.

Ни в коем случае нельзя наказывать, если вы точно не уверены в вине ребенка. Это не тот случай, где стоит полагаться на свою интуицию. Как бы сильно вы ей не доверяли, может случиться, что наказание настигнет невиновного – а это недопустимо, если вы не хотите потерять доверие своего воспитанника.

*Специалисты рекомендуют заменить наказания «негативными последствиями», которые являются логичным следствием неправильного поведения ребенка. В любом случае, ни при каких обстоятельствах нельзя использовать физические наказания.*

В некоторых странах, например, в Швеции, почти полностью отказались от наказания детей. Детей отвлекают, уговаривают, разъясняют.

Такое воспитание, по принципу логичных и естественных последствий (ребенка знакомят со всеми возможными последствиями, к которым может

привести его неправильное поведение), конечно, требует много затрат и временных и моральных. Стоит ли оно того? Несомненно, да!

**Как помочь ребенку справиться с депрессией?**

Как правило, детям-сиротам приходится переживать достаточно много неприятных происшествий в своей жизни. Когда ребенка забирают из родительского дома, ему приходится пережить многочисленные потери и утраты, которые могут вызвать стресс и депрессию даже у маленьких детей. А как бы вы себя чувствовали, если бы вам пришлось пережить:

• Ограничение в общении со своими кровными родителями или его полное отсутствие;

• Смерть одного из родителей или обоих родителей;

• Ограничение в общении со своими кровными братьями и сестрами или же полное прерывание контакта (если детей определяют в разные места);

• Расставание с семьей, соседями, а также, учителями, воспитателями и друзьями;

• Перемену привычного образа жизни.

Даже если ваш воспитанник жил в очень проблемной семье, он будет горевать и печалиться из-за потери своего родительского дома и знакомой среды.

Как бы хорошо не было ребенку в лагере, и как бы успешно не проходила его адаптация, он все равно может грустить и переживать.

Печаль является эмоциональной реакцией на лишения и потери, испытываемые ребенком. Обычно все проходят через один и тот же процесс, стремясь справиться со своим горем и печалью. Как правило, этот процесс включает в себя пять стадий:

**1. Шок/отрицание**

*«Как нечто подобное могло произойти со мной?»*

**2. Гнев**

*«Я безумно разозлен, что вы покинули меня!»*

**3. Сделка/торги**

*«Если я буду хорошо себя вести, то мама вернется и заберет меня к себе».*

**4. Отчаяние**

*«Я никогда не вернусь обратно домой».*

**5. Принятие/понимание**

*«Мне небезопасно прямо сейчас жить в родительском доме. Я пока поживу в лагере, здесь очень хорошо»*

Ваша поддержка и помощь в прохождении ребенком через этапы гнева и отчаяния во многом определит, как ребенок будет сам справляться с таким эмоциональным состоянием в будущем.

Ребенок нуждается в постоянном присутствии взрослого, которому он доверяет и на которого он может положиться. Внимательно следите за словами и поступками ребенка. Некоторые дети, особенно совсем маленькие, возможно, не смогут поделиться с вами своими ощущениями или же рассказать о том, что их беспокоит и тревожит. В таких случаях, поведение ребенка, его игры и рисунки говорят о его чувствах.

Самое главное, что вы сможете сделать для ребенка, переживающего печаль – это внимательно выслушать его, когда ему нужно будет высказаться. Быть может, это наступит не сразу, а только тогда, когда ребенок будет ощущать себя в полной безопасности. Не отстраняйтесь от ребенка, выслушайте его и помните: то, что ваш воспитанник скучает по родительскому дому и по своим кровным родителям, вовсе не означает, что он отвергает вашу заботу о нем.

Не следует останавливать ребенка, когда он начинает плакать. Слезы смягчают душевную боль. Помните, что переживание утраты может сказываться на поведении, поэтому родители должны быть особенно терпеливы и заботливы по отношению к ребенку.

Возможно, вам потребуется обратиться за помощью к психологу, чтобы помочь ребенку справиться со своей печалью. Не упускайте эту возможность.

**Резюме**

В процессе воспитания детей-сирот, как и любых других детей, могут возникнуть некоторые проблемы, однако если вовремя их обнаружить, у вас есть все шансы с ними справиться!

Решение любых проблем, будь то детская ложь, агрессия, воровство, страхи, отказ от еды следует начинать с выяснения причин такого поведения. Дети, оставшиеся без попечения родителей, как правило, имеют большой багаж нерешенных проблем, проходят через большое количество лишений и потерь. Все это может вызвать у ребенка состояние тревоги и печали, ввергнуть его в депрессию. Преодолеть эти проблемы вам поможет ваша забота, такт и терпение. Не забывайте обращаться за помощью к специалистам: психологам и социальным работникам.

**Литература**

1. Андреева Ю. Хотите усыновить ребенка? - СПб, 2004.

2. Абдыкаримов Б.А., Ахметов К.А., Исмаилов А.Ж. и др. Психологическое сопровождение развития детей-сирот: Методическое пособие для психологов и педагогов. - Астана, 2008. - 200 с.

3. Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток. - М., 1991.

4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? - М.: Знание, 1994.

5. Грачева Л.В. Тренинг внутренней свободы. Актуализация творческого потенциала. - СПб.: Издательство «Речь», 2005. - 60 с.

6. Гребенюк О.С., Рожков М.И. Общие основы педагогики. - М., 2004. - 160 с.

7. Дмитриева В.Г. 365 развивающих игр и упражнений для детей. - М.: Астрель, 2008. - 255 с.

8. Жуков В. Опыт и проблемы жизнеустройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечительства, в современных условиях. - М., 2009. - 452 с.

9. Захарова Л. Дитя в очереди за лаской. - М., 1991.

10. Иванова Н.П., Заводилкина О.В. Дети в приемной семье: Советы начинающим родителям-воспитателям. - М., 1993.

11. Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дидактические игры для детей. - М., 1993. - 191 с.

12. Коляда М.Г. Настольная книга заботливых родителей. - Донецк, 2002.

13. Красницкая Г.С., Прихожан А.М., Вы решили усыновить ребенка. - М., 2001.

14. Леви В. Нестандартный ребенок. - М., 1991.

15. Лиханов А.А. Драматическая педагогика: Очерки конфликтных ситуаций. - М., 1990.

16. Лодкина Т.В. Социальная педагогика. Защита семьи и детства. - М., 2005. - 208 с.

17. Лопатина А., Скребцов М. 500 игр для детского сада, школы и семьи. - М.: ИДЛи, 2001. - 320 с.

18. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. - СПб.: Речь, 2001.

19. Мастюкова Е.М., Московкина А.Г. Они ждут нашей помощи. - М., 1991.

20. Морозова Е.И. Проблемные дети и дети-сироты. Советы воспитателям и опекунам. - М., 2005. - 56 с.

21. Мудрик А.В. Социальная педагогика. 8-е изд. - М., 2013. - 240 с.

22. Никитин Б.С. Развивающие игры. - М., 1985.

23. Образцова Т.Н. Психологические игры для детей. - М., 2010. - 115 с.

24. Подласый И.П. Педагогика. - М., 2008. - 528 с.

25. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Дети без семьи. - М., 1990.

26. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. - СПб., 2005. - 400 с.

27. Раттер М. Помощь трудным детям. - М., 1987.

28. Сатаров В.А., Маралов В.Г. Педагогика и психология ненасилия в образовательном процессе. - М., 2001. - 216 с.

29. Сидорова Л.К. Организация и содержание работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей: Методическое пособие. - М., 2004. - 112 с.

30. Спиваковская А.С. Игра - это серьезно. - М., 1982.

31. Спиваковская А.С. Как быть родителями. - М., 1986.

32. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. - М., 1988.

33. Столяренко Л.Д. Основы психологии. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2000.- 650 с.

34. Тингей-Михаэлис К. Дети с недостатками развития: Книга в помощь родителям: Пер. с англ. - М., 1988.

35. Флейк-Хобсон К. и др. Мир входящему: Развитие ребенка и его отношений с окружающими: Пер. с англ. - М., 1992.

36. Фурутан Али Акбар. Отцы, матери, дети: Практические советы родителям. Пер. с англ. - М., 1992.

37. Хоментаускас Г.Т. Семья глазами ребенка. - М., 1989.

38. Худик В.А. Психологическая диагностика детского развития: методы исследования. - Киев, 1992. - 150с.

39. Чейпи Д. Готовность к школе. - М., 1992.