**Центр подготовки приемных родителей и сопровождения замещающих семей**

**ОГКОУ Ивановского детского дома «Звездный»**

**УТВЕРЖДАЮ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   Директор ОГКОУ  Ивановского детского дома «Звездный»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Марычева                                                                                                                                 «31» августа 2017 года**

**ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА**

**«УЧИМСЯ ЖИТЬ ВМЕСТЕ»**

**Автор-составитель:**

**социальный педагог**

**Парамонова И.А.**

Иваново 2017 **Пояснительная записка**

Воспитание приемного ребенка в семье – дело чрезвычайно важное с позиции истинных человеческих ценностей, почетное с точки зрения социальной значимости и трудное, исходя из сложности соединения ребенка, чья судьба нередко искалечена, и семьи, которая привыкла жить по своим нормам и правилам, в новое единое целое – замещающую семью.

Процесс вхождения ребенка в семью сопровождается, как правило, стрессом, который переживают все участники ситуации. Обостряются нерешенные проблемы семьи, которая его приняла, и проблемы самого ребенка, обусловленные последствиями его травматического опыта.

Как показывает мировой опыт, только в близких отношениях с членами семьи ребенок может восстановить утерянные им когда-то чувства привязанности и любви, преодолеть состояние одиночества и беспомощности, научиться строить отношения и владеть теми умениями и социальными навыками, которые помогут ему стать эффективным членом общества.

Особенно сложен период адаптации – первые полтора-два года после помещения ребенка в семью. Перед замещающей семьей всегда стоит проблема принятия ребенка. Процесс вхождения ребенка в семью требует от семьи и ребенка больших усилий и терпения.

**Цель программы** – создание психолого-социальных условий, направленных на гармонизацию детско-родительских отношений в замещающей семье

Роль общения в интеграции ребенка в семью имеет огромное значение. В общении идет развитие эмоциональной сферы человека, формирование его чувств: ощущений, переживаний. Общение влияет на волевое развитие человека.

В  ходе реализации программы,  используется много игр. Установлено, что игра способствует снятию стресса, преодолению страха, развитию кругозора, укреплению здоровья, формированию доверия. Считаем, что игра помогает излечить приемного ребенка от различных травм и страданий, а также поможет избавиться от состояния острого одиночества и печали. Родители получают возможность освоить самый эффективный и самый доступный способ взаимодействия с ребенком и, как результат, - «эффективноеродительство».

**Задачи программы:** основнаязадача в ходе тренинга помочь замещающим родителям в формировании привязанностей, сократить поведенческие проблемы детей и восстановить процесс социализации через:

- позитивное общение с ребенком;

- постоянную заботу;

- предоставление ребенку возможности переживать его эмоциональное состояние;

- обучение новым позитивным моделям поведения.

**Методы работы:**приемы и методы, используемые в групповой работе:

- психогимнастические упражнения;

- саморегуляции;

- работа с воображением;

- мини-лекции по некоторым вопросам;

- ролевые игры;

- дискуссии;

- индивидуальная и групповая рефлексия;

- арт-терапевтические техники;

- игры.

**Тематический план программы «Учимся жить вместе»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Время проведения** | **Форма проведения** | **Количество часов** |
| 1 | «Знакомство» | октябрь 2017 года | тренинг | 2 |
| 2 | «Учимся понимать друг друга» | тренинг | 2 |
| 3 | «Я тебя понимаю» | тематическое занятие с элементами тренинга | 2 |
| 4 |  «День народного единства» | творческое занятие | 2 |
| 5 | «Я и мой ребенок» | ноябрь 2017 года | тематическое занятие с элементами тренинга | 2 |
| 6 | «Мои чувства» | тренинг | 2 |
| 7 | «Как быть с эмоциями» | тематическое занятие с элементами интерактивной игры | 2 |
| 8 | «Супермама» | творческое занятие | 2 |
| 9 | «Я – родитель, а это значит…» | декабрь 2017 года | тематическое занятие с элементами тренинга | 2 |
| 10 | «Моя семья» | тренинг | 2 |
| 11 | «Терпение. Нежность. Внимание» | тематическое занятие с элементами ролевой игры | 2 |
| 12 | «С Новым годом!» | творческое занятие | 2 |
| 13 | «Счастлив тот, кто счастлив дома» | январь 2018 года | лекция-беседа | 2 |
| 14 | «Поиграем в маленьких» | тренинг | 2 |
| 15 | «Международный день эскимо» | творческое занятие | 2 |
| 16 | «Я тебе доверяю» | февраль 2018 года | тренинг | 2 |
| 17 | «Трудная тема» (преодоление конфликтов) | семинар-практикум | 2 |
| 18 | «Масленица!» | творческое занятие | 2 |
| 19 | «День защитника отечества» | творческое занятие | 2 |
| 20 | «Мир наоборот» | март 2018 года | тематическое занятие с элементами ролевой игры | 2 |
| 21 | «С праздником 8 марта!» | творческое занятие | 2 |
| 22 | «Мои обиды» | тренинг | 2 |
| 23 | «Яркие впечатления» | тематическое занятие с элементами интерактивной игры | 2 |
| 24 | «Доверяющее падение» | апрель 2018 года | тематическое занятие с элементами интерактивной игры | 2 |
| 25 | «Ближе к космосу» | творческое занятие | 2 |
| 26 | «Поделись со мной» | тематическое занятие с элементами интерактивной игры | 2 |
| 27 | «Мы – вместе» | творческое занятие | 2 |
| 28 | «Конфликты» | май 2018 года | тренинг | 2 |
| 29 | Арт-терапия | тематическое занятие | 2 |
| 30 | «Единство» | тематическое занятие с элементами интерактивной игры | 2 |
| 31 | «Всё лучшее детям» | творческое занятие | 2 |
| Всего: | 62 |

**Содержание занятий**

***Занятие 1. «Знакомство»***

*Задачи*: объединение взрослых и детей в совместных играх, объединение их в группу, раскрепощение детей и взрослых. Переформулирование стереотипов восприятия у детей – взрослых, у взрослых – детей.

*1. Приветствие*. Знакомство. Правила жизни группы. Представления членов семьи.

*2. Детско-родительская игра-сказка «Мир-наоборот». Упражнение «Поиск общего»*

*3. Создание и представление герба своей семьи*

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 2. «Учимся понимать друг друга»***

*Задачи:*формирование навыков общения у детей с взрослыми, у взрослых с детьми, развитие взаимной эмпатии, актуализация потребностей в совместных детско-родительских играх.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Детско-родительская игра «Иголочка и ниточка»

*3. Основная часть.*Завершить фразы «Я думаю, что ты…». Упражнение «Зеркало»

*4. Упражнение «Найди пару»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 3. «Я тебя понимаю»***

*Задачи:*формирование умения давать обратную связь, выработка навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Я тебя понимаю»

*3. Основная часть.*Упражнение «Поделись со мной»

*4. Процедура «Техники слушания»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 4. «День народного единства»***

*Задачи:*формирование навыков общения у детей с взрослыми, у взрослых с детьми, проведение мастер-класса по изготовлению поделки «Дерево дружбы».

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Визуальное чувствование»

*3. Основная часть.* Подготовка поделки к празднику «День народного единства»

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 5. «Я и мой ребенок»***

*Задачи:*развитие рефлексии и саморефлексии, развитие чувства привязанности.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Детство»

*3. Основная часть.*Упражнение «Портрет моего ребенка в лучах солнца»

*4. Упражнение «Что было в начале тренинга»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 6. «Мои чувства»***

*Задачи:*развитие вербальных форм проявления эмоций, развитие мимики и пантомимики у детей и взрослых, развитие адекватных форм проявления эмоций.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Снимаемся в кино»

*3. Основная часть.*Терапевтические этюды. Упражнение «Что я делаю, когда злюсь». Упражнение «Угадай чувство»

*4. Упражнение «Почувствуй прикосновение»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 7. «Как быть с чувствами»***

*Задачи:*гармонизация эмоциональных связей в семье, повышение культуры внутрисемейных отношений; обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций; формировать у каждого из участников тренинга чувства эмпатии; формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Волшебное озеро»

*3. Основная часть.*Мини-лекция на тему «Эмоциональная компетентность»

*4. Упражнение «Торговля эмоциями»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 8. «Супермама»***

*Задачи:*формирование навыков общения у детей с взрослыми, у взрослых с детьми, проведение мастер-класса по изготовлению поделки «Любящее сердце».

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Чувства-понимание-стратегия»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки ко Дню матери

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 9. «Я – родитель, а это значит…»***

*Задачи:*научиться способам эффективной коммуникации для разрешения проблем, которые могут возникать у родителя с ребенком

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Секретные предписания»

*3. Основная часть.*Упражнение «Обилие обратной связи»

*4. Упражнение «Дар убеждения»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 10. «Моя семья»***

*Задачи:*развитие эмоций, творческой активности, взаимопонимания, актуализация негативного/позитивного опыта общения с ребенком, развитие саморефлексии, формирование позитивных образов общения в семье.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Круг добрых слов»

*3. Основная часть.*Упражнение «Семейный досуг»

*4. Игра-сказка «Воробьиная семья»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 11. «Терпение. Нежность. Внимание»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между взрослыми и детьми, развитие эмпатии, терпения, внимательности по отношению к своим членам семьи.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Выслушивать до конца»

*3. Основная часть.*Упражнение «Идеальный родитель – идеальный ребенок»

*4. Упражнение «Я хочу тебе подарить…», упражнение «Комплимент»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 12. «С Новым Годом!»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между взрослыми и детьми, мастер-класс по изготовлению елочной игрушки «Символ года – собака».

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Ты ушел, а…»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к Новому Году

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 13. «Счастлив тот, кто счастлив дома»***

*Задачи:*обсудить с родителями роль семейных традиций в воспитании детей.

*1.Приветствие.*

*2. Основная часть.*Мини-лекция на тему: «Семейные традиции. Их роль в воспитании детей»

*4. Тест: «На какой основе строится отношение отца и матери к ребёнку?»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 14. «Поиграем в маленьких»***

*Задачи:*развитие рефлексии и саморефлексии, актуализация детских потребностей и развитие взаимной эмпатии, развитие чувства привязанности, формирование позитивных образов общения в семье.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Найди своего ребенка»

*3. Основная часть.*Упражнение «Поиграем в маленьких»

*4. Упражнение «Путешествие во времени»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 15. «Международный день эскимо»***

*Задачи:*формирование позитивных образов общения в семье, мастер-класс по изготовлению поделки «Эскимо»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Бег слов»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки «Эскимо»

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 16. «Я тебе доверяю»***

*Задачи:* развитие рефлексии и саморефлексии, развитие доверия к себе и другим. Развитие умений и навыков самоанализа, преодоление психологических барьеров, мешающих формированию полноценных доверительных отношений.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Скала»

*3. Основная часть.*Мини-лекция на тему: «Чувство доверия к себе и другим», упражнение «Ежик», упражнение «Слепой и поводырь»

*4. Упражнение «Я доверяю тебе, потому что…»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 17. «Трудная тема» (преодоление конфликтов)***

*Задачи:*повышение компетентности в решении трудных ситуаций общения с ребенком, осознание личностных проблем, гармонизация отношений

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение-психорисунок«Мое представление конфликта»

*3. Основная часть.*Мини-лекция на тему: «Конфликт»

*4. Упражнение «Положительные и отрицательные стороны конфликта»*

*5. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 18. «Масленица!»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между взрослыми и детьми, мастер-класс по изготовлению поделки «Солнышко»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Домино»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к Масленице

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 19. «День защитника отечества»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между взрослыми и детьми, мастер-класс по изготовлению поделки «Открытка»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Чудеса техники»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к 23 февраля

*4. Прощание.*Рефлексия

***Занятие 20. «Мир наоборот»***

*Задачи:*развитие рефлексии и саморефлексии, актуализация детских потребностей и развитие взаимной эмпатии, развитие чувства привязанности, формирование позитивных образов общения в семье.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Бестолковый подчиненный»

*3. Основная часть.*Упражнение «Улучшенный телефон»

*4. Упражнение «Экстрасенс»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 21. «С праздником 8 марта»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между детьми и взрослыми, мастер-класс по изготовлению поделки «Букет из конфет «Чупа-чупс»»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «25 букв»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к празднику 8 марта

*4. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 22. «Мои обиды»***

*Задачи:*развитие рефлексии и саморефлексии, актуализация проблем детско-родительских отношений, чувства обиды; развитие взаимной эмпатии, стимуляция эмоционального раскрытия участников.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение-игра «Жужа»

*3. Основная часть.*Мини-лекция на тему «Наши обиды и потери»Упражнение «Ласковые имена», упражнение «Прощание с обидой»

*4. Упражнение «Спина к спине»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 23. «Яркие впечатления»***

*Задачи:*расширение кругозора в области мира профессий, пробуждение интереса к содержательным сторонам профессиональной деятельности, развитие воображения, сплочения взрослых и детей.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Цепочка профессий»

*3. Основная часть.*Упражнение «Яркие впечатления»

*4. Упражнение «Ценности»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 24. «Доверяющее падение»***

*Задачи:*создание условий и формирование навыков самораскрытия; совершенствование навыков группового выступления.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Автопортрет»

*3. Основная часть.*Упражнение «Хвастовство»

*4. Упражнение «Доверяющее падение»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 25. «Ближе к космосу»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между детьми и взрослыми, мастер-класс по изготовлению поделки «Ракета»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Зеркало»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к Дню космонавтики

*4.Прощание.* Рефлексия

***Занятие 26. «Поделись со мной»***

*Задачи:*развитие рефлексии,выработка навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Цвет эмоций»

*3. Основная часть.*Упражнение «Неуверенные, уверенные, агрессивные ответы»

*4. Упражнение «Метафора»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 27. «Мы – вместе»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между детьми и взрослыми, мастер-класс по изготовлению поделки «Открытка»

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Прорвись в круг»

*3. Основная часть.*Изготовление поделки к празднику 9 мая

*4. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 28. «Конфликты»***

*Задачи:*актуализация негативного опыта общения с детьми, формирование позитивных образов решения конфликтных ситуаций, развитие саморефлексии, развитие чувства эмпатии.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение-игра «Упрямый капризный ребенок»

*3. Основная часть.*Упражнение «Великан и карлик», упражнение «Испорченный рисунок»

*4. Упражнение «Дождь в лесу»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 29. «Арт-терапия»***

*Задачи:*гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Позволяю себе играть как ребенок»

*3. Основная часть.*Арт-терапевтическая техника «Коллаж»

*4. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 30. «Единство»***

*Задачи:*выработка интеллектуального единства на прогностическом уровне;формирование эмоционально-волевого единства группы.

*1.Приветствие.*

*2. Разминка.*Упражнение «Сглаживание конфликтов»

*3. Основная часть.*Упражнение «Контрабандисты»

*4. Упражнение «Единство»*

*5. Прощание.* Рефлексия

***Занятие 31. «Всё лучшее детям»***

*Задачи:*развитие взаимопонимания между детьми и взрослыми, мастер-класс по изготовлению поделки «Мир»

*1.Приветствие.*

*2. Основная часть.*Изготовление поделки к Дню защиты детей

*3. Упражнение «Личный багаж»*

*4. Прощание.* Рефлексия

**Ожидаемые результаты**

1. Снижение общего уровня конфликтности в семье и других социальных группах.

2. Сближение замещающих родителей и приемного ребенка.

3.  У ребенка значительно повысится уровень эмоционального благополучия, снизится внутренняя напряженность.

4. У членов семьи появится ощущение себя единым целым.

5.  У приемного ребенка продолжится формирование чувства привязанности.

6. Внутри семьи снизится уровень агрессии, улучшатся отношения с окружающими, со сверстниками.

7. Семья начнет осознавать свою целостность, что означает переход на качественно новый уровень развития.

8. Все члены семьи станут более похожими друг на друга – как внешне, так и по своим реакциям. И только в этом случае можно говорить о сформировавшейся привязанности к семье у приемного ребенка. Он будет чувствовать свою принадлежность к приемной семье, что позволит ему быть счастливым и реализовывать себя как личность.