



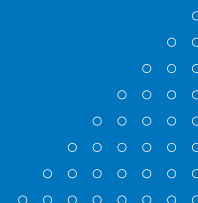
МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ НА ДЛИТЕЛЬНОМ ЛЕЧЕНИИ



МЕТОДИЧЕСКИЕ
РЕКОМЕНДАЦИИ

Москва 2024





Психологическое сопровождение детей, находящихся на длительном лечении

Методические рекомендации

ББК 88.6
УДК 159.99
П 86

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»

Рецензенты:

Е.А. Ямбург, доктор педагогических наук, академик РАО, директор ГБОУ «Школа № 109 г. Москвы»

С.В. Шариков, руководитель Проекта госпитальных школ России «УчимЗнаем», почетный работник образования Российской Федерации, PhD

Т.А. Баилова, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, профессор кафедры специальной психологии и реабилитологии МГППУ

П 86 Психологическое сопровождение детей, находящихся на длительном лечении: методические рекомендации / Под ред. А.А. Марголиса, Ю.Е. Куртановой. — М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2024. — 133 с. — Текст: непосредственный

Для специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение детей с соматическими заболеваниями в госпитальных школах и на домашнем обучении.

ISBN 978-5-94051-326-1

ББК 88.6

ISBN 978-5-94051-326-1

© Коллектив авторов, 2024
© ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

Аннотация	5
Введение	6
Глава 1. Психологические и педагогические характеристики детей с хроническими соматическими заболеваниями (Бриллиантова А.А.)	8
Глава 2. Протоколы психологического сопровождения детей, находящихся на длительном лечении	11
2.1. Психологическое сопровождение детей дошкольного возраста (Зорина Е.С., Асмерзаева С.И.).....	11
2.2. Программа психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста в условиях госпитальной школы (Зорина Е.С.)	15
2.3. Психологическое сопровождение детей подросткового возраста (Зорина Е.С., Бриллиантова А.А.)	22
Глава 3. Психологическое обследование детей с хроническими соматическими заболеваниями (Шукина В.Д.)	26
Глава 4. Коррекционные программы, применяемые в работе с детьми с различными хроническими соматическими заболеваниями	37
4.1. Принципы и ограничения проведения занятий (Куртанова Ю.Е.)	37
4.2. Программы коррекции эмоционально-личностного развития ребенка	38
4.2.1. Формирование положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Володенков В.Д.).....	38
4.2.2. Программа по развитию познавательной, эмоциональной сферы и формированию адекватной самооценки у дошкольников с циррозом печени по системе Марии Монтессори (Щербаклова А.М., Матвеева К.Б.)	46
4.2.3. Программа коррекции эмоционального состояния детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями «В мире положительных эмоций» (Зорина Е.С., Семенкина О.В.)	48
4.2.4. Программа коррекции тревожности и страхов детей с хроническими соматическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Горбачева К.А.)	59
4.2.5. Арт-терапевтическая программа, направленная на коррекцию эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Луспарян М.Р.)	68
4.2.6. Коррекционная программа по стабилизации эмоционального состояния детей с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Сивакова А.Е.)	75
4.2.7. Формирование навыков совладающего поведения у подростков с хронической почечной недостаточностью (Куртанова Ю.Е., Иларионова Ю.В.)	84

Глава 5. Помощь семье и поддержка родителей детей с хроническими соматическими заболеваниями	95
5.1. Коррекционно-психологическая помощь родителям детей с онкологическими заболеваниями на этапе ресоциализации (Щербакова А.М.)	95
5.2. Программы психологической реабилитации и поддержки родителей	98
5.2.1. Программа психологической поддержки матерей младенцев перед родственной трансплантацией печени (Куртанова Ю.Е., Козлова К.А.)	98
5.2.2. Программа психологической и социальной реабилитации матерей, воспитывающих детей с жизнеугрожающими заболеваниями, с использованием традиционных видов народного творчества (Зорина Е.С., Макарова О.В.)	104
Заключение	107
Приложения	109

Аннотация

Методические рекомендации посвящены психологическому сопровождению детей, находящихся на длительном лечении, и предназначены для специалистов, осуществляющих психолого-педагогическую помощь детям с хроническими заболеваниями в госпитальных школах и на домашнем обучении. Основное внимание в методических рекомендациях уделено междисциплинарному подходу, в котором объединяется работа педагогов, психологов, врачей и других специалистов, что позволяет обеспечивать комплексное сопровождение детей, столкнувшихся с соматическими заболеваниями. Важной частью работы является координация усилий разных специалистов с целью создания благоприятной психологической и педагогической среды для детей, проходящих лечение.

Содержание рекомендаций охватывает широкий спектр вопросов, актуальных для решения задач психолого-педагогической помощи детям с хроническими соматическими заболеваниями и их семьям. Даются психолого-педагогические характеристики, раскрывающие психоэмоциональные и когнитивные особенности детей, находящихся на длительном лечении. У них отмечаются повышенная утомляемость, снижение психоэмоциональной устойчивости, трудности в обучении, а также влияние медицинских процедур на их психическое состояние. Для каждого возраста — дошкольного, младшего школьного и подросткового — предложены специализированные подходы к организации психолого-педагогической помощи, учитывающие особенности их развития и состояния здоровья, прошедшие апробацию на базе Московского государственного психолого-педагогического университета и проекта «УчимЗнаем».

Протоколы психологического сопровождения предусматривают реализацию программ, направленных на коррекцию когнитивных, эмоциональных и поведенческих нарушений. Например, для детей младшего школьного возраста разработаны методики коррекции внимания, памяти, эмоционального интеллекта и межполушарного взаимодействия. Особое внимание уделяется профилактике социальной депривации и эмоциональной травматизации детей в условиях госпитализации и длительного лечения. Для подростков предложены методы формирования навыков совладания со стрессом, поддержания социальной адаптации и развития мотивации к обучению.

Введение

Понимание госпитальной педагогики в настоящее время не ограничивается только представлением о ней как о системе образования болеющих детей. Проект «УчимЗнаем» всего за 10 лет своей работы расширил задачи госпитального педагога от передачи знаний ребенку, находящемуся в больнице, до полноценного участия в психолого-педагогической реабилитации детей путем раскрытия ресурсов их эмоционально-личностного развития. Эта грандиозная задача не может решаться только за счет работы педагогов. В госпитальной педагогике изначально заложен междисциплинарный подход. Сопровождением детей с соматическими заболеваниями занимаются специалисты разных профилей: педагоги, психологи, врачи, логопеды, дефектологи, между которыми крайне важно выстроить адекватное взаимодействие на благо детей, находящихся в сложной жизненной ситуации. Проект госпитальных школ «УчимЗнаем» вплотную подошел к решению вопросов междисциплинарности, разработаны Методические рекомендации по сопровождению детей, находящихся на длительном лечении, при поддержке разных ведомств, и это большой прорыв, которому нет аналогов. Однако тему междисциплинарного взаимодействия трудно исчерпать, технология работы междисциплинарных бригад требует развития. В практике других стран мы видим различные варианты решения данного вопроса, но наши системы здравоохранения и образования уникальны, и нам следует выработать собственную стратегию в разработке проблематики междисциплинарности.

Я, наверное, выскажу общее мнение, что в России выстроена лучшая система госпитальных школ. Проект «УчимЗнаем» в своем развитии прошел большой путь. В более чем 60 школах разных регионов России обучаются дети с разными заболеваниями. Вначале педагоги работали только в онкологических отделениях детских больниц с детьми, которые в большей степени нуждаются в педагогическом сопровождении. В настоящее время мы видим госпитальные школы в отделениях трансплантологии в центре Шумакова и РДКБ, травматологии в клинике Рошала. В связи с изменениями в нашей стране и мире появляется все больше детей, пользующихся специализированным сопровождением со стороны педагогов и психологов. И этим новым вызовам успешно отвечает проект «УчимЗнаем».

Проект «УчимЗнаем» решает важнейшую задачу образования — индивидуализации обучения. Педагог, работая в больнице, не может ориентироваться на среднестатистического ученика. У каждого ребенка с тяжелым заболеванием своя история болезни, уникальная ситуация развития, особый опыт взаимодействия со школой, внутрисемейная ситуация, что невозможно не учитывать при освоении нового материала. Для повышения желания учиться и познавать мир педагог госпитальной школы должен найти персонализированный подход к каждому ребенку. Этот уникальный опыт индивидуализации обучения необходимо транслировать и внедрять в систему образования в целом.

В отечественных и зарубежных исследованиях разных авторов отмечается негативное влияние тяжелых заболеваний на психическое развитие детей разного возраста: когнитивное, эмоциональное, личностное, социальное. Болезнь — это действительно серьезное испытание для ребенка и всей его семьи. Однако в последние годы, проводя исследования в госпитальных школах «УчимЗнаем», мы обнаруживаем поразительные данные. Результаты наших исследований показывают отсутствие значительной эмоциональной и социальной депривации у детей с онкологическими заболеваниями. Это значит, что психолого-педагогическое сопровождение детей, которые проходят тяжелейшее лечение, выстроено таким образом, что их социальная ситуация развития не деформируется. Обучаясь в госпитальной школе, дети сохраняют возможность и способность к социальной адаптации, полноценному интеллектуальному и личностному развитию.

В развитии госпитальной педагогики и психологии еще остается много до конца не решенных вопросов. Например, вопросы, связанные с поддержкой родителей. Мама ребенка, находящаяся с ним в стационаре, является единственным для него ориентиром в реагировании на новые обстоятельства, связанные с болезнью. И чем выше ее способность к совладающему поведению, тем ниже угроза психической травматизации ребенка.

Не менее важным и перспективным направлением для исследований и разработки является психолого-педагогическая поддержка детей, проходящих длительное лечение в амбулаторных условиях. С 2019 года МГППУ совместно с проектом «УчимЗнаем» проводит исследование особенностей социальной и образовательной реинтеграции детей после продолжительного лечения. В настоящее время эта проблематика является одной из ведущих и включена в программу «Приоритет-2030». В рамках этого исследования была разработана комплексная программа психологической реабилитации, способствующая снижению социальной и эмоциональной депривации детей на этапе стационарного лечения. Но после выписки дети еще длительное время находятся на лечении в домашних условиях и вынуждены обучаться дома. Система домашнего обучения в нашей стране не идеальна. От согласованности педагогических и психологических воздействий специалистов госпитальной и родной школ зависит успешность дальнейшего развития ребенка.

Только совместными усилиями исследователей и практиков можно решить такие сложные вопросы и помочь сохранить условия для полноценного развития детей, находящихся на длительном лечении. Мы видим, что опыт, которым делятся наши коллеги из госпитальных школ, обсуждая лучшие практики их работы, действительно востребован. А мы продолжаем взаимодействие в рамках совместного поиска ответов на обозначенные выше вопросы и желаем всем дальнейшей продуктивной работы.

Ректор
Московского государственного психолого-педагогического университета
Аркадий Аронович Марголис

Глава 1.

Психологические и педагогические характеристики детей с хроническими соматическими заболеваниями (Бриллиантова А.А.)

Хронические соматические заболевания, требующие длительного лечения, влияют на психолого-педагогические характеристики в детском и подростковом возрасте, которые важно учитывать педагогам госпитальной школы.

Психолого-педагогические особенности детей и подростков, находящихся на длительном лечении, связаны с различными биологическими и социальными факторами.

К биологическим факторам следует отнести тяжелые эндогенные и экзогенные интоксикации вследствие самого хронического соматического заболевания и тяжелой длительной медицинской терапии.

Незрелость центральной нервной системы в детском и подростковом возрасте обуславливает повышенную восприимчивость к различным фармакологическим препаратам. Известно, что фармакологические препараты, не оказывающие влияния на взрослого пациента, нередко вызывают нервно-психические нарушения у детей и подростков.

Инфекционные заболевания негативно влияют на центральную нервную систему детей и подростков, что отмечается значительно чаще, чем у взрослых. Это обусловлено как возрастной недостаточностью мозговых защитных барьеров, так и слабостью иммунитета организма, что нередко имеет место при длительном тяжелом лечении.

Но особенностью детского и подросткового возраста является не только незрелость центральной нервной системы, но и большая, по сравнению со взрослыми пациентами, тенденция к компенсации нервно-психического нарушения, что важно учитывать при построении программ психолого-педагогической помощи в условиях госпитальной школы.

Большое значение в оценке влияния биологического фактора на особенности психолого-педагогических характеристик детей и подростков с хроническими соматическими заболеваниями имеет время возникновения заболевания, продолжительность тяжелой медицинской терапии. Объем поражения тканей головного мозга при прочих равных условиях тем более выражен, чем раньше началось воздействие патогенного фактора.

Длительная тяжелая медицинская терапия может привести к нарастанию утомляемости, истощаемости психических процессов, снижению психоэмоциональной устойчивости. У детей дошкольного возраста возможно возникновение временного регресса или утраты двигательных и речевых навыков.

Лечение может привести как к краткосрочным побочным эффектам, так и к отдаленным негативным последствиям для развития нервной системы и оказывать продолжительное влияние на высшие психические функции.

Например, отдаленные последствия облучения головы у детей и подростков обычно проявляются в виде когнитивных дефицитов, трудностей приобретения новых навыков письма, чтения и счета, нарушений зрительных и моторных функций, памяти и концентрации внимания, которые возникают спустя 1–2 года после лучевой терапии головы.

Есть данные, показывающие корреляционную связь между токсичностью лечения и объемом кратковременной памяти, концентрацией внимания. Длительное тяжелое лечение у детей и подростков с хроническими соматическими заболеваниями может вызывать эмоциональные нарушения (неустойчивость эмоционального фона, трудности эмоциональной регуляции) и изменения поведения (снижение активности, утрата бытовых и учебных навыков).

Нейрохирургическое вмешательство иногда приводит к различным нарушениям устной и письменной речи, восприятия, памяти, регуляторных функций психики, снижению зрения и слуха, двигательным нарушениям.

В диагностике и лечении детей и подростков с хроническими соматическими заболеваниями присутствуют болезненные медицинские процедуры, требующие общей анестезии. Частый общий наркоз также может влиять на нервно-психическое состояние ребенка.

К социальным факторам возникновения психолого-педагогических особенностей детей и подростков с хроническими соматическими заболеваниями следует отнести социальную депривацию и педагогическую запущенность вследствие длительной госпитализации, что может привести к торможению развития активных форм деятельности, в том числе учебной.

Как следствие описанного положения дел, дети и подростки с хроническими соматическими заболеваниями имеют множество трудностей в сфере образования, социальной и культурной жизни. Таким детям и подросткам необходима помощь в формировании личности, освоении социальных навыков, профессионального самоопределения.

Ситуация тяжелого жизнеугрожающего заболевания у ребенка может способствовать повышению режима ограничений и запретов со стороны родителей и медицинских работников, ослаблению требований к процессу обучения и даже к выполнению обычных бытовых действий, что может привести к вторичной искусственной инфантилизации.

Наряду с длительной госпитализацией, болезненные медицинские процедуры, астенизация, социальная депривация, отрыв от привычного образа жизни и общения с близкими родственниками, само по себе наличие хронического соматического заболевания являются сильнейшими стрессогенными факторами для ребенка.

Эмоциональное реагирование на болезнь начинается с момента ухудшения самочувствия и постановки диагноза. При поступлении в больницу ребенок может испытывать чувство страха, тревоги и грусти. Отрицательные эмоции могут проявляться в отношении к родителям, сотрудникам больницы, процессу лечения, а также к процессу обучения в госпитальной школе.

Узнав о своем диагнозе, ребенок может испытывать шок, выражать негативные чувства в ответ на ограничения, связанные с болезнью и длительным лечением. Дети и подростки могут не до конца понимать, что с ними происходит, и испытывать страх перед неизвестностью, болью.

Больничная обстановка, отрыв от семьи и друзей, сама болезнь выступают факторами, меняющими личность ребенка. В структуре развития личности ребенка с хроническим соматическим заболеванием важную роль играет его отношение к своему заболеванию и лечению. В одних случаях может проявляться чувство безнадежности и обреченности, в других — чрезмерная фиксация на своем состоянии.

У детей дошкольного и младшего школьного возраста отношение к болезни и лечению формируется преимущественно на основе восприятия телесных ощущений и ограничений, связанных с заболеванием.

В подростковом возрасте заболевание и длительное лечение в основном воспринимается в связи с общением со сверстниками, планами на будущее.

Наблюдаются различные типы эмоциональных реакций на свое заболевание. Ребенок может скрывать какие-то симптомы, не желая обременять других уходом за собой, может испытывать сильное беспокойство и даже верить в «магию», ритуалы, проявлять раздражительность, депрессивное состояние, может требовать особого отношения к себе из-за наличия заболевания, может проявлять ненависть к здоровым людям.

Также существуют различные поведенческие реакции, которые могут возникать у детей и подростков в ситуации длительного лечения:

1. Реакция отказа. Ребенок может отказываться от общения, игры, обучения, приема лекарств, прохождения медицинских процедур и от любой другой формы деятельности.

2. Реакция компенсации. Ребенок может компенсировать свою несостоятельность в одной области успехами в другой. Например, при потере зрения заняться музыкой, при нарушениях опорно-двигательного аппарата проявлять себя в интеллектуальной деятельности, и так далее.

3. Реакция гиперкомпенсации. Ребенок может стремиться добиться успехов именно в той области, в которой обнаруживается несостоятельность. Например, высокая мотивация ребенка к восстановлению своих двигательных или речевых навыков после органического поражения головного мозга.

4. Реакция группирования. Особенно характерна для подростков и проявляется в стремлении формировать группы, где все участники объединены одним интересом, целью, одной жизненной ситуацией. Например, ситуации, когда подростки формируют группы в отделении, собираются и проводят совместно время.

Еще одним важным моментом в психолого-педагогической характеристике детей и подростков, находящихся на длительном лечении, является их отношение к своему здоровью. Детям и подросткам

небезразлично их здоровье, но они не всегда знают, как его поддерживать и беречь. Для ребенка его здоровье приобретает смысл только тогда, когда он видит связь между своим физическим состоянием и эффективностью выполнения того или иного значимого действия. До перехода к младшему школьному возрасту дети не вполне понимают степень риска заболевания и несчастных случаев.

Таким образом, мы можем сказать, что хроническое соматическое заболевание в детском и подростковом возрасте наряду с физическими дефицитами может привести к серьезным социальным и психологическим проблемам, нарушениям психического развития.

Роль педагога-психолога госпитальной школы должна заключаться в психолого-педагогической диагностике актуального уровня психического развития ребенка с хроническим соматическим заболеванием, а также психолого-педагогической коррекции нарушений развития, профилактике социальной депривации и когнитивных нарушений, консультировании родителей и педагогов по вопросам психического развития ребенка с хроническим соматическим заболеванием.

Список литературы

1. Бурдукова Ю.А., Власова Е.Ю., Гнитеева Л.Н., Андреева Е.В., Попов В.Е. Влияние химио- и лучевой терапии на когнитивное развитие у детей с опухолями различной локализации // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 41. С. 3.
2. Гусев И.А., Долуев И.Ю., Зорина Е.С., Соловьев Д.А. Карта индивидуальных особых потребностей обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, как инструмент построения образовательного маршрута ученика госпитальной школы: выявление психолого-педагогических характеристик // Перспективы науки и образования. 2024. № 2 (68). С. 488–512.
3. Долуев И.Ю. Выявление актуальных запросов психолого-педагогического сопровождения семей с детьми, перенесшими онкологические и гематологические заболевания / И.Ю. Долуев, Е.С. Зорина, Д.А. Соловьев // Перспективы науки и образования. 2023. № 1. С. 451–468.
4. Евдокимова М., Головицкая М. Профилактика и коррекция влияния лечения онкологических заболеваний на нервную систему и психические функции у детей и подростков. М., 2023. 64 с.
5. Исаев Д.Н. Психология больного ребенка: Лекции. СПб.: ППМИ, 1993. 76 с.
6. Клитина Н.В., Хаин А.Е. Восстановление после лечения онкологического заболевания у ребенка, подростка. М., 2022. 60 с.
7. Куртанова Ю.Е. Личностные особенности детей с различными хроническими соматическими заболеваниями: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2004.
8. Куртанова Ю.Е., Бурдукова Ю.А., Щербакова А.М., Зорина Е.С., Белозерская О.В., Лыкова Н.С., Шукина В.Д., Бриллиантова А.А. Когнитивные, эмоциональные и социальные особенности детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями // Новые психологические исследования. 2023. № 3. С. 108–126. DOI: 10.51217/npsyresearch_2023_03_03_06
9. Николаева В.В. Влияние хронической болезни на психику. М.: МГУ, 1987. 168 с.
10. Обердирфер А.В. Дизонтогенетические особенности детей с онкогематологическими заболеваниями и их коррекция: Дис. ... канд. психол. наук [Место защиты: Ур. гос. пед. ун-т]. Екатеринбург, 2011. 122 с.
11. Шаманская Т.В. Отдаленные побочные эффекты лечения нейробластомы у детей. Информация для родителей. М., 2020. 44 с.
12. Шац И.К. Психологическое сопровождение тяжелобольного ребенка. СПб.: Речь, 2010. 192 с.

Глава 2.

Протоколы психологического сопровождения детей, находящихся на длительном лечении

Помимо медицинского сопровождения, включающего наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием пациентов, проведение лечебных диагностических, реабилитационных мероприятий, профилактику заболеваний и т.д., долго болеющие дети нуждаются еще и в психологическом сопровождении, ведь, помимо физических проявлений заболевания и побочных эффектов от лечения, дети подвергаются влиянию длительного периода госпитализации, что может вызывать ряд психологических нарушений.

М.Р. Битянова считает, что психологическое сопровождение — это система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально-психологических условий для успешного психологического развития ребенка. Другими словами, целью психологического сопровождения является обеспечение почвы для дальнейшего благоприятного формирования возможностей адаптации ребенка к условиям окружающей среды и, как следствие, его нормативного развития.

В.В. Николаева утверждает, что любая хроническая болезнь независимо от того, какова ее биологическая природа, какой орган или функциональная система оказываются пораженными, создает особую социальную ситуацию развития психики человека. Можно уверенно предположить, что эти психологически особые жизненные обстоятельства будут усугублять течение соматического заболевания, что, в свою очередь, подтверждает мысль о важности психологического сопровождения.

В целом, профилактика психологических проблем у детей, находящихся на длительном лечении, может значительно снизить вероятность их возникновения. Стоит уделять время созданию поддерживающей среды, которая будет включать эмоциональную поддержку как со стороны медицинского персонала, так и со стороны семьи. Важно, чтобы дети знали, что их чувства важны и они могут ими делиться. Все это поможет справиться со стрессом и трудностями, с которыми сталкивается ребенок.

2.1. Психологическое сопровождение детей дошкольного возраста (Зорина Е.С., Асмерзаева С.И.)

Индивидуальная сессия с ребенком дошкольного возраста проводится психологом в присутствии родителя (законного представителя). Встреча по времени не должна превышать 30–40 минут. Протокол взаимодействия можно описать следующим образом.

1. Подготовительный этап. Заключается в сборе информации о ребенке из открытых источников, в результате беседы с медицинским персоналом, воспитателями. Предварительно происходит формирование диагностического инструментария. Подбор методик реализуется с учетом возрастных характеристик пациентов и их особых возможностей здоровья. Методики должны быть валидизированы, соответствовать требованиям санитарно-гигиенических норм, безопасны и достоверны.

2. Знакомство. Установка контакта. Психолог знакомится с родителем (законным представителем) и ребенком, это лучше организовать в формате игры или доброжелательного общения. Он собирает первичный анамнез, выясняет актуальный запрос со слов взрослых.

3. Смысловой этап. Психолог рассказывает юному пациенту о важности их встречи, зачем и как они будут взаимодействовать, какие существуют правила. Далее выясняет, что об этом думает ребенок, что бы он хотел.

4. Диагностический этап. В первую очередь специалист исследует личностно-психологические черты ребенка, анализирует отношения внутри семьи и предполагает, в чем причина трудностей, то есть выдвигает психологическую гипотезу. Если встреча происходит после определения мишени психологической работы, проводится текущая диагностика эмоционального фона, настроения, уровня работоспособности с опорой на наблюдение.

5. Этап активной деятельности. При первых встречах — это применение диагностических методик. Рекомендуется чередовать виды деятельности: от вопросов к рисованию, далее к импровизации, игре, свободному фантазированию, физической активности и т.д. После определения коррекционно-развивающего маршрута на данном этапе будут представлены психологические упражнения, задания, практики и др., способствующие решению или стабилизации выявленных трудностей у ребенка.

6. Рефлексия. Анализ результатов взаимодействия. Обсуждение с участниками сессии полученных результатов. Психолог отвечает на возникшие у ребенка и его близких вопросы, предлагает способы изменения ситуации, варианты контейнирования эмоций, стабилизации переживаний.

7. Прощание. Планирование будущих встреч, их периодичность и наличие/отсутствие домашнего задания.

Если говорить про специфику работы с детьми дошкольного возраста, то можно отметить, что наиболее распространенными соматическими симптомами у детей, болеющих раком, по данным исследования J.J. Collins и соавторов, были недостаток энергии, боль, сонливость, тошнота, кашель, отсутствие аппетита. Что касается психологических симптомов, то здесь преобладающими оказались чувство грусти, нервозность, беспокойство и раздражительность.

Психологическое давление извне также оказывает сильное воздействие на пациентов медицинских учреждений. Долгоболящие дети часто сталкиваются со стигматизацией со стороны окружающих и выражают сильное желание вернуть себе чувство нормальности, которое у них было до болезни.

По данным А.В. Мордык и соавторов, дети, оторванные от своих семей в связи с туберкулезом, отличались более высоким уровнем тревожности, у них присутствовало чувство неполноценности, отверженности, они страдали от дефицита общения, избегали рефлексии и принятия решений. Вышеописанные данные дают основание предположить, что обособленность детей от семьи распространяется на всех ребят, находящихся на длительном лечении.

Е.В. Фисун и Р.Б. Мирошкин отмечают, что онкобольные дети отличаются от здоровых сверстников нарушениями когнитивных, моторных, сенсорных функций, памяти, внимания, замедлением формирования высших психических функций в течение длительного периода после стационарного лечения. Кроме того, наблюдается изменение эмоционального состояния в виде повышенной тревожности, эмоциональной неустойчивости, страхов. Им сопутствуют поведенческие нарушения: агрессивные проявления, девиантное поведение, деятельностьная пассивность, трудности в межличностных отношениях — со сверстниками, родителями.

Помимо эмоционального влияния на психологическую сферу долгоболящих детей, соматические симптомы видоизменяют и когнитивные функции. Познавательная сфера детей, находящихся на длительном лечении, не может не подвергнуться изменениям. В исследовании Ю. Пака и соавторов у онкобольных пациентов показатели коэффициента интеллекта, производительности, скорости обработки данных, памяти и исполнительного функционирования были значительно ниже, чем у контрольной группы. И.В. Грибкова, В.Н. Степанова и А.А. Завьялов утверждают, что симптомы нейрокогнитивного дефицита усиливаются на этапе лечения во время химио- или лучевой терапии.

Нельзя не отметить, что эти проблемы, привнесенные в жизнь детей хроническими заболеваниями, будут влиять и на дальнейшую жизнь маленьких пациентов. Исследователи N.E. Langeveld, M.A. Grootenhuis с соавторами решили проанализировать качество жизни молодых людей, переживших рак в детстве. Экспериментальная группа по сравнению с контрольной значительно чаще беспокоилась о своей фертильности, получении или смене работы и выплатах по страховке. Анализ данных показал, что безработица, серьезные отдаленные последствия/проблемы со здоровьем и низкая самооценка были предикторами худшего качества жизни у экспериментальной группы. Приведенные данные позволяют предполагать, что качественное психологическое сопровождение в детском возрасте в период долгого лечения и пребывания в медучреждении может сыграть значительную роль в минимизации негативных психологических последствий в дальнейшей жизни.

Включение психолога в сопровождение ребенка, находящегося на длительном лечении, имеет отчетливое преимущество, заключающееся в расширении возможностей неформального сотрудничества между различными специалистами, а также активного психологического обследования и вмешательства. Преимущества штата, такие как доступ к психологическому разбору и профессиональной поддержке, а также возможности для исследований и повышения качества услуг отделений интенсив-

ной терапии, являются достижениями психологии в аналогичных отделениях, таких как гематология/онкология.

Что касается реабилитационной работы, то Е.В. Фисун и Р.Б. Мирошкин в своей статье продемонстрировали применение метода краткосрочной стратегической терапии Дж. Нардонэ, который использовался в рамках реабилитационных мероприятий в центре «Русское поле». Авторы описывают два взаимосвязанных условия психологической работы с детьми:

- перевод взаимодействия с родителем на уровень сотрудничества с психологом («ко-терапевты») для снижения родительского сопротивления, а также с целью повышения родительской компетентности, необходимой для трансляции ребенку новых паттернов функционального взаимодействия;
- перевод ребенка (непосредственно или через родителя) в более активную позицию, повышение его ответственности на его возрастном уровне. Это способствует более успешному решению возрастных задач на каждом этапе развития.

ПРОТОКОЛ ПЕРВОЙ ВСТРЕЧИ С РОДИТЕЛЯМИ

Цель

Знакомство с родителями, установление контакта, изучение жалоб и причин обращения, сбор анамнеза, ознакомление родителей с процессом работы и введение их в систему психологического сопровождения.

Содержание

Знакомство и установление контакта

- Поздороваться с родителями и предложить им удобно расположиться в кресле или на мягком стуле
- Представиться и кратко рассказать о себе
- Спросить у родителей, как к ним обращаться
- Информировать о целях предстоящей беседы
- Обсудить принципы конфиденциальности и безопасности

Изучение жалоб и причин обращения

- Изучение жалоб можно начать с вопросов:
 - С какой проблемой вы ко мне пришли? Чем я могу вам помочь?
 - Почему именно сейчас вы решили обратиться за консультацией к психологу?
 - Наблюдался ли ваш ребенок у других специалистов?
 - Произошли ли какие-то значимые изменения или события в жизни вашей семьи за последний период (переезд в другой город или страну, смерть членов семьи, рождение детей, развод, выход на работу или потеря работы и др.)?
 - Как и когда проявляется проблема?
 - Как члены семьи (включая самого ребенка) реагируют на проблему, что каждый из вас думает, чувствует или делает в этот момент?
 - Какие способы решения существующей проблемы вы уже использовали до прихода на консультацию?
 - Что должно измениться, чтобы проблема была решена?
 - Что вам нравится в вашем ребенке, какие его качества и умения вызывают у вас чувство гордости?
 - Как вы обычно проводите время со своим ребенком, чем занимаетесь? Во что он любит играть? Какие сказки слушает? Какие смотрит мультфильмы? Что он больше всего не любит делать? Есть ли у вашего ребенка друзья? Как он общается с другими детьми, взрослыми и членами своей семьи?
 - Какие у вас надежды на нашу работу?

Сбор анамнеза

- Сбор анамнеза можно начать с вопросов:
 - Как зовут вашего ребенка? Сколько ему лет?
 - Расспросить о семейной ситуации (полная/неполная семья, сколько человек в семье)
 - Как протекала беременность?
 - Как прошли роды?
 - Были ли особенности в первые годы жизни ребенка?

— Есть ли особенности сна, питания, режима дня? Сон крепкий / прерывистый / легко или тяжело засыпает?

— Как формировались навыки самообслуживания?

— Каков общий эмоциональный фон?

— Нравится ли в саду/школе? Как прошла адаптация?

— Есть ли специфика в общении, поведении в саду/школе?

— Присутствуют ли наказания?

— Есть ли у ребенка страхи, беспокойства, волнения?

— Как реагирует на критику или если что-то не получается? На повышенный голос родителей, воспитателей в саду / учителей в школе?

Ознакомление родителей с процессом работы и введение их в систему психологического сопровождения

- Объяснить процесс работы: как она будет проходить с ребенком, какие методы будут использоваться, возможные стадии работы.

- Рассказать о том, как будет организована поддержка и сопровождение ребенка, какие инструменты и методики могут быть использованы.

- Подчеркнуть важность роли родителя, разъяснить, как участие родителей может повлиять на эффективность работы.

- Ответить на вопросы: дать возможность родителям выразить опасения и получить ответы на интересующие их темы.

- Завершение встречи:

 - Подытожить основные моменты.

 - Подтвердить дальнейшие шаги.

 - Договориться о следующей встрече.

Список литературы

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М.: Совершенство, 1997. 298 с.
2. Грибкова И.В., Степанова В.Н., Завьялов А.А. Психологическая реабилитация в детской онкологии // Вопросы гематологии/онкологии и иммунопатологии в педиатрии. 2020. № 19 (3). С. 151–157. DOI: 10.24287/1726-1708-2020-19-3-151-157
3. Мордык А.В., Панина Е.В., Кондря А.В., Турица А.А., Руднева Ю.В. Психологические нарушения у детей, находившихся на длительном лечении в противотуберкулезном стационаре, как проявление социальной депривации // Человек и его здоровье. 2015. № 4.
4. Николаева В.В. Влияние хронической болезни на психику: Психологическое исследование. М.: Изд-во МГУ, 1987.
5. Фисун Е.В., Мирошкин Р.Б. Коррекция эмоционально-поведенческих проблем у детей, перенесших онкологическое заболевание, методами краткосрочной стратегической терапии // Научно-практический сетевой журнал «Психология и психотерапия семьи». 2017. № 1.
6. Carrion-Plaza A., Jaen J., Montoya-Castilla I. HabitApp: new play technologies in pediatric cancer to improve the psychosocial state of patients and caregivers. *Front Psychol.* 2020.
7. Collins J. J., Byrnes M.E., Dunkel I.J., Lapin J., Nadel T., Thaler H.T., Polyak T., Rapkin B., Portenoy R.K. The measurement of symptoms in children with cancer // *Journal of pain and symptom management.* 2000. No. 19 (5). P. 363–377. DOI: 10.1016/s0885-3924(00)00127-5
8. Jibb L.A. · Croal L. · Wang J. Children’s experiences of cancer care: a systematic review and thematic synthesis of qualitative studies // *Oncol Nurs Forum.* 2018.
9. Kazak A.E., Noll R.B. The Integration of Psychology in Pediatric Oncology Research and Practice: Collaboration to Improve Care and Outcomes for Children and Families // *The American psychologist.* 2015. Vol. 70. P. 146–158. DOI: 10.1037/a0035695
10. Keogh R.H., Szczesniak R., Taylor-Robinson D., Bilton D. Up-to-date and projected estimates of survival for people with cystic fibrosis using baseline characteristics: A longitudinal study using UK patient registry data // *Journal of Cystic Fibrosis: Official Journal of the European Cystic Fibrosis Society.* 2018. Vol 17 (2). P. 218–227. DOI: 10.1016/j.jcf.2017.11.019

11. *Langeveld N.E., Grootenhuis M.A., Voûte P.A., de Haan R.J., van den Bos C.* Quality of life, self-esteem and worries in young adult survivors of childhood cancer // *Psycho-oncology*. 2004. Vol. 13 (12). P. 867–881. DOI: 10.1002/pon.800
12. *Park Y., Yu E.S., Ha B., Park H.J., Kim J.H., Kim J.Y.* Neurocognitive and Psychological Functioning of Children with an Intracranial Germ Cell Tumor // *Cancer research and treatment*. 2017. Vol. 49 (4). P. 960–969. DOI: 10.4143/crt.2016.204

2.2. Программа психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста в условиях госпитальной школы (Зорина Е.С.)

Пояснительная записка

Деятельность госпитальных школ имеет большой реабилитационный и развивающий потенциал как для самих детей, так и для членов их семей. У ребят появляется возможность не только не отставать от своих одноклассников по школьной программе, но и увлеченно участвовать во внеклассной деятельности (предметные олимпиады, поэтические вечера, викторины, различные праздники и т.д.), проходить государственную итоговую аттестацию наравне со своими сверстниками, получать качественную психологическую помощь и поддержку. Работа специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение, направлена на адаптацию юного пациента к новым жизненным обстоятельствам, включение его в учебный процесс, повышение его самооценки и развитие когнитивных функций и коммуникативных навыков.

Разнообразие проблем и сложностей, которые могут возникнуть у ребенка, предполагает персонализированный подход в психолого-педагогическом сопровождении. Это означает, что необходимо на основе модульной программы формировать индивидуальную коррекционно-развивающую программу. Количество занятий, их длительность и периодичность подбираются с учетом текущего психофизиологического состояния ребенка при условии строгого соблюдения предписаний врачей.

Уникальность программы заключается в модульной структуре построения индивидуального коррекционно-развивающего курса, с учетом дефицитов и актуальных потребностей детей, находящихся на длительном лечении. Он позволяет смоделировать и реализовать программу таким образом, чтобы в первую очередь решить наиболее важные на текущий момент задачи. Существенным фактором повышения результативности работы по реализации данной программы является учет интересов школьников. Деятельность строится таким образом, чтобы обеспечить ребенку радость познания, развитие его индивидуальности.

В рамках реализации программы психологом используются различные методы — беседа с родителями и ребенком, нейропсихологический метод синдромного анализа состояния психических функций (А.Р. Лурия), методики, разработанные в рамках отечественной школы нейропсихологии (Т.В. Ахутина, Ж.М. Глозман, Л.С. Цветкова), игровые методы, рисуночные проективные методики, методы адаптивной физической культуры, методы биологической обратной связи и другие технологии.

Формы и режимы проведения работы

Основная форма реализации: индивидуальные занятия с ребенком в палате или школьном секторе. Время проведения занятий — 40 минут с периодичностью 1–2 раза в неделю. В случае ухудшения физического состояния и по рекомендации врача время может быть сокращено.

Структура встречи подразумевает следующие виды деятельности: приветствие, вводную часть, комплекс упражнений на активизацию работоспособности, упражнения, задания по теме занятия, рефлексия, прощание.

Ограничения и противопоказания

Данная программа неэффективна при работе с детьми с интеллектуальными нарушениями. Следует с особым вниманием отнестись при реализации программы к детям с наличием неврологических и/или психоневрологических проблем (эпилепсия, навязчивости, подвижность шейных позвонков, сенсорные нарушения и т.д.). Коррекционная работа в таком случае будет организована с определенными ограничениями.

Цель: развитие и коррекция высших психических функций, эмоционально-личностной сферы у детей младшего школьного возраста с трудностями в развитии, обучении и социализации, обусловленными наличием тяжелых соматических патологий и длительным лечением.

Задачи

Диагностические задачи: выявление актуальных когнитивных дефицитов; составление индивидуального коррекционного маршрута с учетом анамнеза, состояния здоровья, наличия ограничений.

Коррекционно-развивающие: коррекция и развитие когнитивных функций; развитие произвольности психической деятельности, критериев внимания, мелкой моторики, способности удерживать сложные инструкции и правила заданий, согласованности в работе слухового, зрительного и двигательного анализаторов; развитие межполушарного взаимодействия; профилактика педагогической запущенности.

Воспитательные: воспитание умения работать самостоятельно или в команде; формирование конструктивной системы отношений ребенка к миру, другим людям, к самому себе; совершенствование навыков социально-нравственного поведения; развитие коммуникативной компетентности; повышение мотивации к обучению в школе, духовно-нравственное и ценностно-смысловое развитие.

Модуль 1. Диагностика

Задачи модуля. Диагностика проводится вне зависимости от предполагаемого количества модулей. По результатам первичной диагностики определяем, какие именно модули необходимы для планирования психолого-педагогического сопровождения ребенка с учетом протоколов лечения и информации о длительности нахождения в медицинском учреждении, описания психофизиологических характеристик, текущего состояния здоровья. В процессе реализации могут быть проведены промежуточные диагностические методики для определения динамики изменений и актуализации наиболее важных потребностей обучающегося.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Диагностика концентрации, переключаемости, распределения и увеличения объема внимания, управления деятельностью	1
2	Диагностика зрительно-вербальных функций	1
3	Диагностика межполушарного взаимодействия, сенсорного развития	1
4	Диагностика слухоречевой и зрительной памяти и логического мышления	1
5	Диагностика пространственных и квазипространственных представлений, общей осведомленности	1
6	Комплексная диагностика сформированности учебных навыков, в том числе обследование письма и чтения	2
7	Комплексная диагностика учебной мотивации, стратегий взаимодействия и коммуникации	2
8	Диагностика эмоционально-волевой сферы	1

Модуль 2. Коррекция и развитие внимания

Задачи модуля:

- улучшение способности слышать инструкцию и действовать в соответствии с ней;
- обучение самостоятельному следованию правилам в бытовых и учебных ситуациях;
- повышение усидчивости и внимательности при групповой работе;
- воспитание самостоятельности и организованности;
- повышение самооценки, уверенности в себе.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Развитие произвольного внимания, коммуникативных навыков, межполушарного взаимодействия	1
2	Развитие концентрации, объема и распределения внимания	2
3	Развитие переключения и распределения внимания	2
4	Формирование произвольного внимания и произвольной регуляции собственной деятельности; развитие аудиального гнозиса	1
5	Развитие умения концентрировать внимание на деталях и контролировать свои действия. Развитие скорости реакции и умения игнорировать лишнюю информацию	2

№ п/п	Тема	Количество занятий
6	Развитие произвольного внимания, межполушарного взаимодействия, наблюдательности, воображения, произвольной саморегуляции	1
7	Итоговая диагностика	1

Модуль 3. Коррекция и развитие слухоречевой и зрительной памяти

Задачи модуля:

- развитие точности и скорости запоминания;
- освоение приемов, облегчающих запоминание;
- увеличение объема памяти, качества воспроизведения материала.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Что такое память? Свойства памяти	1
2	Память разных модальностей	1
3	Мнемотехники: освоение продуктивных способов запоминания информации	3
4	Тренировка запоминания речевого материала	2
5	Тренировка запоминания визуальной информации	2
6	Итоговая диагностика	1

Модуль 4. Коррекция и развитие пространственных и квазипространственных представлений

Задачи модуля:

- формирование представлений о собственном теле, по вертикальной и горизонтальной оси;
- формирование представлений об объектах, расположенных по отношению к телу, их взаимоотношениях с точки зрения «горизонтальной организации»;
- усовершенствование схемы тела с упором на «право-левую» ориентировку;
- овладение навыками описания расположения объектов в пространстве.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Развитие представления о схеме тела, развитие ориентировки в пространстве	1
2	Формирование ориентации и анализа взаиморасположения объектов в пространстве по отношению к собственному телу. Развитие ориентации в схеме тела	1
3	Формирование графического обозначения пространства	1
4	Развитие графического и вербального обозначения пространства	1
5	Отработка предлогов	1
6	Ориентация в линейной последовательности	1
7	Ориентация в последовательности числового ряда, понимание логико-грамматических конструкций	1
8	Усвоение сравнительных словесных конструкций, ориентация в последовательности месяцев	1
9	Формирование сравнительных степеней прилагательных (с антонимами), понимание и использование сложных речевых конструкций	1
10	Итоговая диагностика	1

Модуль 5. Развитие эмоционального интеллекта и волевого регулирования

Задачи модуля:

- знакомство ребенка с миром эмоций;
- формирование навыков эмоционального и волевого регулирования;
- формирование умения понимать социальные сигналы окружающих;
- овладение техниками принятия своих «отрицательных» эмоций, таких как гнев, агрессия, страх;
- освоение навыков совладания со сложной жизненной ситуацией (психологическая устойчивость).

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Мир эмоций	2
2	Мои эмоции и чувства	3
3	Работа с чувствами счастья и радости	2
4	Работа с гневом и агрессией	2
5	Работа со страхами	2
6	Эмоциональные сигналы окружающих	1
7	Мотивация	1
8	Итоговая диагностика	1

Модуль 6. Развитие межполушарных связей

Задачи модуля:

- нормализация уровня функционирования подкорковых и срединных структур;
- оптимизация функционального состояния операциональных зон мозга;
- развитие произвольной регуляции и контроля над протеканием психической деятельности;
- развитие межполушарных связей.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Формирование операционального обеспечения психических процессов через развитие базовых графомоторных навыков	2
2	Формирование базовых межполушарных связей на операциональном уровне	2
3	Формирование зрительно-моторной координации	2
4	Оптимизирование межфронтальных лобных взаимодействий	2
5	Развитие крупной моторики	2
6	Развитие мелкой моторики	2
7	Сенсорная интеграция	2
8	Итоговая диагностика	1

Модуль 7. Совершенствование видов мышления

Задачи модуля:

- развитие наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического мышления;
- формирование основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, классификации, обобщения;
- отработка навыка умозаключения по аналогии;
- формирование умения находить и выделять признаки разных предметов, явлений, узнавать предмет по его признакам, давать описание предметов, явлений в соответствии с их признаками;
- формирование умения выделять главное и существенное, умения сравнивать предметы, выделять черты сходства и различия, выявлять закономерности.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Анализ и синтез. Развитие умения делить целое на части, устанавливать между ними связь, мысленное соединение в единое целое частей предмета Примеры заданий: нахождение логической пары, нахождение недостающей части рисунка, работа с пазлами, поиск противоположностей, выкладывание картинок из счетных палочек и геометрических фигур; выделение целого и части	1
2	Сравнение. Развитие умения мысленно устанавливать сходства и различия предметов по существенным признакам Задания, направленные на закрепление понятий: большой — маленький, длинный — короткий, низкий — высокий, узкий — широкий, выше — ниже, дальше — ближе и т.д. Оперирование понятиями «такой же», «самый». Поиск отличий на картинках	1

№ п/п	Тема	Количество занятий
3	Обобщение. Развитие умения объединять предметы в группу по их свойствам. Расширение словарного запаса Задания, направленные на оперирование обобщающими понятиями, поиск лишнего предмета, слова	1
4	Классификация. Развитие умения распределять предметы по группам на основании их существенных признаков. Закрепление обобщающих понятий, свободное оперирование ими	1
5	Систематизация. Развитие умения выявлять закономерности, составлять рассказ по картинке, пересказывать Примеры заданий: выстраивание картинок в логической последовательности, составление рассказа по серии картинок	1
6	Умозаключения. Развитие умения при помощи суждений делать заключение. Повышение уровня общей осведомленности Примеры заданий: формирование умозаключений по аналогии, поиск положительного и отрицательного в явлениях (например, когда идет дождь, он питает растения; это хорошо, но плохо то, что под дождем человек может промокнуть, простудиться и заболеть). Оценка верности тех или иных суждений. («Ветер дует, потому что деревья качаются»). Верно?) Решение логических задач	1
7	Итоговая диагностика	1

Модуль 8. Развитие креативности, воображения

Задачи модуля:

- раскрытие и развитие творческих способностей каждого ребенка;
- гармонизация эмоциональных состояний учеников и создание благоприятной атмосферы для проявления творческих способностей;
- раскрытие возможности для реализации творческих и креативных идей, воображения в жизни;
- демонстрация школьникам разных форм и аспектов творческой работы, а также способов ее реализации в жизни;
- сопровождение психики ребенка в процессе переживания трудных жизненных ситуаций через творчество и фантазирование.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Знакомство. Самопрезентация	1
2	Преобразуем мир (синектика, диалектика, мозговой штурм)	1
3	Формирование креативности и обучаемость	1
4	Совместное творчество, коллажирование	1
5	Вдохновение и воображение	1
6	Нестандартные решения в стандартной жизни	1
7	Фантазируем в четырех измерениях (лепим, сочиняем, рисуем, поем)	1
8	Артистизм	1
9	Знакомство с элементами ТРИЗ-технологий	1
10	Итоговая диагностика	1

Модуль 9. Коммуникация и адаптация в условиях длительного лечения

Задачи модуля:

- социально-психологическая адаптация ребенка и его семьи;
- развитие социально-коммуникативных навыков;
- формирование навыков общения и взаимодействия ребенка;
- формирование готовности к совместной деятельности;
- профилактика госпитализма.

№ п/п	Тема	Количество занятий
1	Развитие навыков общения и взаимодействия ребенка	3
2	Развитие навыков совместной деятельности	3
3	Социально-психологическая адаптация ребенка	3
4	Итоговая диагностика	1

Сроки реализации программы. Общая продолжительность программы зависит от количества выбранных модулей, индивидуальных потребностей ребенка, сроков нахождения в медицинском учреждении и особенностей лечебного и реабилитационного процессов.

Формы и режимы проведения работы. Основная форма реализации — индивидуальные занятия с ребенком в палате или школьном секторе. Время проведения занятий — 40 минут с периодичностью 1–2 раза в неделю. В случае ухудшения физического состояния и по рекомендации врача время занятий может быть сокращено.

ПРОТОКОЛ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

1. Приветствие
2. Вводная часть
3. Комплекс упражнений для активизации работоспособности
4. Упражнения по теме занятия
5. Рефлексия
6. Завершение занятия

Диагностический инструментарий определения результатов работы

Для определения результатов работы используются психологические диагностики, результаты которых могут быть отражены в бланке психолого-педагогических характеристик Карты индивидуальных особых потребностей обучающегося госпитальной школы. При благоприятном течении лечения и реабилитации данные, полученные с помощью нейропсихологических проб, позволяют оценить эффективность коррекционно-развивающей работы, поскольку свидетельствуют о состоянии произвольного внимания (объем, переключаемость); межполушарного взаимодействия (реципрокная координация); слухоречевой и зрительной памяти (объем и избирательность); буквенного гнозиса; мыслительных процессов (обобщение, выделение главного, классификация); пространственных и квазипространственных представлений. Специфика формирования индивидуальных программ психолого-педагогического сопровождения, подбор упражнений и тематика занятий несут в себе диагностический и ресурсный компоненты, которые дают возможность комбинировать, в зависимости от диагностированных сложностей, персонализированную стратегию проведения занятий.

Условия реализации программы

Тематическая последовательность занятий в программе должна быть спланирована таким образом, чтобы при освоении ребенок двигался от простого к сложному с ведущим акцентом на его интересах, увлечениях, переживаемом опыте. В конце каждого занятия дается время для рефлексии, оценки своих успехов и анализа того, что сегодня было сделано, с обязательным созданием ситуации успеха.

ПРОТОКОЛ ПЕРВОЙ ВСТРЕЧИ С РЕБЕНКОМ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Цель

Знакомство с ребенком, установление контакта, создание доверительной атмосферы, оценка эмоционального состояния и психологического благополучия путем проведения первичной диагностики: опроса и наблюдения за поведением ребенка, определения целей взаимодействия, включения ребенка в систему психологического сопровождения.

Содержание

Знакомство и установление контакта

- Поздороваться с ребенком и предложить сесть на стул
- Представиться и кратко рассказать о себе
- Спросить, как к нему обращаться
- Убедить, что встреча не опасна, и информировать о целях предстоящей беседы

Создание доверительной атмосферы

- Обсуждение интересов ребенка (увлечения, любимые игры и т.д.)
- Использование игры для расслабления ребенка и разрядки обстановки (подойдет рисование или использование игрушек)
 - Демонстрация психологом готовности уважать личное пространство ребенка и его чувства
 - Объяснение, что все вопросы и ответы являются конфиденциальными и что ребенок может не отвечать на те вопросы, которые ему некомфортно обсуждать

Оценка эмоционального состояния и психологического благополучия

- Можно задать вопросы:
 - Как ты себя чувствуешь сегодня?
 - Что тебе нравится, а что не нравится?
- Обратить внимание на жесты и мимику:
 - Выражение лица ребенка — напряженные или расслабленные черты, брови, губы
 - Наблюдение за руками, которые могут быть скрещены или активно двигаться
- Положение тела:
 - Зафиксируйте, насколько ребенок открыт или закрыт в своей позе. Закрытые позы (например, скрещенные руки, сгорбленная спина) могут указывать на тревожность
 - Обратите внимание на физическую дистанцию: если ребенок старается держаться подальше, это может быть признаком дискомфорта
- Движение:
 - Наблюдайте за уровнем активности: слишком много или, наоборот, слишком мало движений могут говорить о тревожности
 - Примите во внимание, есть ли у ребенка привычка к повторяющимся движениям (например, покачиванию, потиранию рук)
- Тон голоса и речь:
 - Понаблюдайте за тем, как ребенок говорит: его тон может быть тихим и неуверенным или, наоборот, слишком громким и нервным
 - Заметьте, как часто он запинаяется или использует словесные заполнители («э-э-э», «ну...»), — это может свидетельствовать о беспокойстве
- Содержание коммуникативного компонента:
 - Обратите внимание на темы, которые он обсуждает: боится ли он чего-то, говорит о стрессовых ситуациях, вспоминает ли негативные переживания
 - Как ребенок реагирует на новое задание или ситуацию (например, на встречу с новыми людьми): проявляет ли он страх, избегание или колебания

Включение ребенка в систему психологического сопровождения

- Объяснить суть психологического сопровождения: это не только работа с проблемами, но и развитие умений и навыков в разных областях
 - Предложить ребенку обсудить, что его интересует или чем бы еще он хотел заниматься
 - Резюмировать, что было обсуждено на встрече, поблагодарить ребенка за участие и открытость
 - Можно предложить завершить встречу позитивной игрой или заданием, чтобы остались позитивные эмоции
- Настройка на следующую встречу: объяснить, что вы встретитесь еще и предстоит провести дополнительные игры и обсуждения

Список литературы

1. *Долуев И.Ю., Шариков С.В.* Основные направления консультативной поддержки, реализуемые флагманской площадкой проекта «УчимЗнаем» // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2023. № 4. С. 39–45.
2. *Шариков С.В.* Инновации в обучении детей-инвалидов с прогрессирующими заболеваниями и неопределенным прогнозом жизни // Альманах Института коррекционной педагогики. 2021. № 44 (2). С. 33–47.
3. *Шариков С.В.* Обучение детей с хроническими заболеваниями: обзор международной образовательной практики // Народное образование. 2023. № 1 (1496). С. 151–158.

2.3. Психологическое сопровождение детей подросткового возраста (Зорина Е.С., Бриллиантова А.А.)

Целью психологического сопровождения детей подросткового возраста с хроническими соматическими заболеваниями является создание благоприятных психосоциальных условий, способствующих разностороннему личностному развитию подростков в госпитальных условиях и их успешной реинтеграции в среду сверстников в постгоспитальный период.

Основными **задачами** психологического сопровождения подростков с хроническими соматическими заболеваниями являются:

1. Содействие процессу адаптации подростков к больничным условиям.

2. Профилактика социальной депривации на протяжении всего периода пребывания подростков в медицинском стационаре.

3. Создание психосоциальных условий для обеспечения образования, воспитания, социализации и развития подростков в госпитальных условиях с учетом их возрастных, индивидуальных, психофизических особенностей и особых образовательных потребностей, развития способностей и творческого потенциала каждого подростка с учетом специфики соматического заболевания и лечения, а также с учетом семейной ситуации подростков.

4. Индивидуальное психологическое сопровождение подростков, требующих повышенного психологического внимания, в частности мониторинг информации о динамике эмоционального состояния подростка, состоянии его высших психических функций, социальной ситуации развития, консультирование его родителей (законных представителей) и педагогов госпитальной школы.

5. Вовлечение родителей (законных представителей) в процесс решения образовательных, воспитательных и развивающих задач в отношении их ребенка.

Основными **принципами** психологического сопровождения подростков с хроническими соматическими заболеваниями являются:

1. Профессиональная этика.

2. Психологическое сопровождение с первого дня поступления в стационар. Сопровождение психологом при постановке диагноза подростку.

3. Непрерывность сопровождения на всех этапах лечения.

4. Комплексность сопровождения, а именно оказание психологической помощи по вопросам эмоционального состояния подростка, состояния его высших психических функций, сопровождение его родителей (законных представителей) и консультирование госпитальных педагогов.

5. Приоритет интересов подростка и его семьи.

6. Коллегиальность и диалоговое взаимодействие с медицинским персоналом, логопедами, дефектологами, педагогами, социальными работниками и представителями благотворительных фондов.

7. Конфиденциальность и достоверность информации, полученной в ходе реализации психологического сопровождения.

Ключевыми **направлениями** психологического сопровождения подростков с хроническими соматическими заболеваниями являются:

1. Диагностическое направление. Проводится комплексная психологическая диагностика подростка, включающая в себя анализ анамнеза, рисунков, учебных тетрадей подростка, наблюдение за ребенком в группе, определение психологического статуса на момент диагностики, диагностика эмоционального состояния, ведущих потребностей, учебной мотивации, личностных особенностей, отношения к своему заболеванию и лечению, отношения к своему здоровью, состояния высших психических функций, особенностей внутрисемейных отношений, самосознания, самооценки, профессионального самоопределения (старший подростковый возраст). Комплексная психологическая диагностика проводится в самом начале психологического сопровождения, а далее — промежуточная и итоговая диагностика. На основании результатов диагностики составляются психологическое заключение, рекомендации для самого подростка, его родителей (законных представителей), педагогов и медицинского персонала.

2. Коррекционно-развивающее направление. Проведение коррекционных и развивающих занятий с подростками с различными нарушениями в психофизическом развитии: нарушениями речи, сенсорными нарушениями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, задержкой развития, интеллекту-

альными нарушениями, сочетанными нарушениями, расстройствами аутистического спектра, девиантным или деструктивным, аутодеструктивным поведением.

3. Консультативное направление. Консультирование подростков, их родителей (законных представителей), педагогов, медицинского персонала по вопросам работы с тревогой и страхами, мотивацией, профессиональным самоопределением, негативными мыслями и чувствами.

4. Профилактическое направление. Профилактика вторичных нарушений, которые могут развиваться у подростка с хроническим соматическим заболеванием и/или нарушениями психофизического развития. Например, профилактика социальной депривации, профилактика девиантного и деструктивного, аутодеструктивного поведения, профилактика трудностей во внутрисемейных отношениях.

5. Просветительское направление. Просвещение подростков, их родителей (законных представителей), педагогов, медицинского персонала по вопросам специфики оказания психологической помощи подросткам с хроническими соматическими заболеваниями, психологических особенностей таких подростков, психологических особенностей семьи подростка с хроническим соматическим заболеванием.

Психологическое сопровождение подростков с хроническими соматическими заболеваниями реализуется на двух **уровнях**:

1. Индивидуальном. Индивидуальная работа с каждым подростком и его семьей.

2. Групповом. Групповая работа с подростками и их семьями, педагогами, медицинским персоналом.

Психологическая диагностика подростков с хроническими соматическими заболеваниями реализуется посредством различных методов: клинической беседы с родителями (законными представителями) и педагогами, при необходимости с медицинскими сотрудниками, а также с самим подростком; наблюдения за поведением подростка на занятиях и в свободной деятельности; анализа продуктов деятельности (тетради, рисунки); тестирования и проективных методик.

Психологическая диагностика проводится на 1–3 встречах продолжительностью до 60 мин (в зависимости от соматического состояния подростка). Если подросток жалуется на утомление и качество его деятельности вследствие этого заметно ухудшается, психолог должен прервать проведение диагностики и закончить ее в другое время.

Требования к процедуре психологической диагностики подростка с хроническим соматическим заболеванием:

1. Создание интереса у подростка к диагностике (отсутствие интереса может привести к неправильным выводам).

2. Создание атмосферы сотрудничества и контакта с подростком.

3. Создание спокойной речевой среды: исключается излишняя речь, поддерживается спокойный темп и умеренная громкость голоса психолога.

4. Поддержание ритма выполнения заданий подростком.

На диагностическом занятии и при наблюдении за подростком следует обратить внимание на неловкость движений, нарушения координации, скованность, мышечные зажимы, напряженность, ситуативную тревожность, истощаемость, переключаемость, отвлекаемость, степень самостоятельности.

При беседе с родителями (законными представителями) и педагогами, медицинским персоналом (важно, чтобы беседа проходила не при подростке) необходимо собрать их жалобы, запросы, сведения об особенностях поведения подростка. У родителей (законных представителей) и педагогов можно попросить примеры рисунков, записей в тетрадях, чтобы провести анализ продуктов деятельности.

Если говорить о хронических соматических заболеваниях и условиях длительного лечения, то здесь важно учитывать эндогенные и экзогенные факторы, которые могут влиять на психическое развитие и психологическое состояние подростка. Часто встречается быстрая истощаемость, низкая умственная работоспособность, низкая концентрация внимания, сужение объемов памяти, приобретенные нарушения речи, опорно-двигательного аппарата, сенсорные нарушения, дисфагии.

Длительная социальная депривация, стрессовая ситуация, связанная с тяжелым заболеванием, может влиять на психоэмоциональное состояние подростка и его семьи.

Психологическое консультирование родителей (законных представителей) подростков с хроническими соматическими заболеваниями является важным элементом выявления внутрисемейных факторов развития и эмоционального состояния подростка, его успешной социализации, адаптации и в

дальнейшем реинтеграции после длительного лечения, а также просвещения родителей (законных представителей) по вопросам психологического состояния их ребенка, оказания психологической поддержки подростку, гармонизации детско-родительских отношений, модели семейного воспитания.

В рамках направления психологического консультирования самих подростков с хроническими соматическими заболеваниями проводится работа по их профессиональной ориентации. Профессиональная ориентация направлена на формирование у подростка готовности к профессиональному самоопределению, самостоятельному и осознанному выбору профессии, адекватному их возможностям и способностям. В ходе консультаций подростки и их родители (законные представители) знакомятся с миром профессий, в том числе доступных для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью, а также с учетом ограничений вследствие хронического соматического заболевания, знакомятся с рынком труда и тенденциями его развития, знакомятся с системой профессионального образования, образовательными и карьерными траекториями и получают рекомендации по выбору направления профессионального развития.

Основной целью коррекционно-развивающей работы является коррекция и компенсация нарушений в психофизическом развитии, стабилизация эмоционального состояния.

В своей работе психолог может использовать техники арт-терапии, сказкотерапии, библиотерапии, позитивной психотерапии, нейропсихологии, восстановительного обучения.

В рамках профилактической работы психолог проводит консультации и тренинги с подростками на тему профилактики тревожности и страхов, совладания со стрессом. Основная цель данной работы состоит в том, чтобы научить подростков совладать со стрессом посредством техник релаксации, дыхательных упражнений, техник когнитивно-поведенческой психотерапии, арт-терапии, а также в выдаче рекомендаций родителям (законным представителям), медицинским работникам и педагогам по психологической поддержке подростков с хроническими соматическими заболеваниями.

Протокол по выявлению маркеров для психологического сопровождения подростков с хроническим соматическим заболеванием

Фамилия, имя, отчество: _____

Дата рождения: _____

№ п/п	Причины для организации психолого-педагогического сопровождения и поддержки	Маркеры	Отметка о наличии	Результаты диагностики
1	Трудности адаптации к условиям медицинского учреждения	Отсутствие комплаенса с врачом		
		Неадекватные реакции на лечение и процедуры		
		Отказ от общения, признаки социальной депривации		
2	Низкий уровень психологического благополучия	Защитные механизмы, характерные для ранних этапов развития		
		Астения, инфантилизм, безразличие		
		Скрытность, интровертированность		
		Наличие кошмаров		
		Психосоматические проявления		
		Депрессивные проявления		
3	Аддиктивное поведение	Зависимость от гаджетов		
		Нарушения питания		
		Неопрятность, отсутствие гигиены		

№ п/п	Причины для организации психолого-педагогического сопровождения и поддержки	Маркеры	Отметка о наличии	Результаты диагностики
4	Девиантное поведение	Употребление ПАВ		
		Агрессивность		
		Конфликтность		
5	Трудности когнитивной сферы	Снижение уровня показателей высших психических функций		
		Образовательные сложности (отставание по учебной программе, неуспеваемость, снижение мотивации)		
6	Дефициты эмоционально-волевой сферы	Трудности эмоциональной саморегуляции		
		Высокая эмоциональная лабильность		
		Повышенная тревожность		
7	Риск суицидального поведения	Апатия, частый уход в себя		
		Повышенный интерес к теме смерти		
		Размышления об отсутствии смысла жизни или высказывания о желательности кончины		

Список литературы

1. Евдокимова М., Головицкая М. Профилактика и коррекция влияния лечения онкологических заболеваний на нервную систему и психические функции у детей и подростков. М., 2023. 64 с.
2. Зорина Е.С. Организация госпитальной школы в стационаре онкогематологического отделения как часть психологической помощи и поддержки на этапах лечения и реабилитации // Сборник тезисов «X Всероссийского съезда онкопсихологов». М., 2018. С. 26–30.
3. Зорина Е.С., Бриллиантова А.А. Реализация междисциплинарного подхода в психолого-педагогическом сопровождении детей, нуждающихся в длительном лечении в медицинских стационарах [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2024. Т. 21. № 1. С. 50–59. DOI: 10.17759/bpre.2024210104
4. Зорина Е.С., Катцова А.П. Служба психолого-педагогического сопровождения детей, находящихся на длительном и тяжелом лечении в медицинских стационарах // Исследования, улучшающие образование. Тезисы докладов XX Международной научно-практической конференции молодых исследователей образования. Ассоциация исследователей образования, Московский государственный психолого-педагогический университет. 2021. С. 1019–1022.
5. Исаев Д.Н. Психология больного ребенка: Лекции. СПб.: ППМИ, 1993. 76 с.
6. Клитина Н.В., Хаин А.Е. Восстановление после лечения онкологического заболевания у ребенка, подростка. М., 2022. 60 с.
7. Куртанова Ю.Е., Щербакова А.М., Бурдукова Ю.А., Зорина Е.С., Белозерская О.В., Лыкова Н.С., Щукина В.Д., Бриллиантова А.А. Психосоциальная реабилитация в детской онкологии // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2023. Т. 23. № 3. С. 108–118.
7. Методические рекомендации «Психолого-педагогическое сопровождение детей с хроническими соматическими заболеваниями с применением дистанционных технологий» / Под ред. С.В. Шарикова, Ю.Е. Куртановой. М., 2021. 100 с.

Глава 3.

Психологическое обследование детей с хроническими соматическими заболеваниями (Щукина В.Д.)

Важность диагностики сложно переоценить. Она позволяет отследить динамику состояния ребенка, проходящего лечение. Рекомендовано проводить диагностику при поступлении ребенка в стационар, после проведения ключевых этапов лечения и при выписке ребенка из стационара. Также при наличии преемственности между организациями, в которых ребенок проходит лечение, реабилитацию и обучение, передача таких срезовых диагностических данных способствует полноценному психолого-педагогическому сопровождению ребенка.

В связи со спецификой проведения психологического и психолого-педагогического обследования детей с хроническими соматическими заболеваниями, диагностический инструментарий для работы с такими пациентами должен обладать следующими характеристиками: 1) краткость; 2) информативность; 3) привлекательность для обследуемого.

Еще до начала диагностики важно установить доброжелательный контакт с ребенком и сопровождающим его взрослым. В ситуации работы с ребенком, проходящим лечение, это особенно важный момент, т.к. в случае отсутствия у ребенка заинтересованности в общении и мотивации на исследование он может просто отказаться от занятия, сославшись на плохое самочувствие.

Также очень важно учитывать обстановку, в которой планируется проведение диагностического занятия. Стационар — место, зачастую не предполагающее наличие пространства для общения «один на один», и очень важно позаботиться о том, чтобы ребенку и самому специалисту было комфортно на занятии. Наиболее информативной будет диагностика, проведенная в индивидуальном формате и в спокойной тихой обстановке. Если ребенок плохо себя чувствует, то диагностическое занятие имеет смысл перенести на другой день или время, потому что соматическое состояние непосредственно сказывается на результатах, получаемых в процессе диагностики. Бывает, что ребенок ограничен в своих физических возможностях, но готов заниматься, и тогда важно адаптировать взаимодействие под обстоятельства. Например, ребенок может заниматься только лежа или полулежа, или не может говорить, но может писать. Все эти варианты допустимы и вплетаются в диагностический процесс при работе с детьми с хроническими соматическими заболеваниями.

Следующий важный параметр, который нужно учитывать при проведении диагностического занятия в стационаре, — время. В связи с астенизацией детей, нуждающихся в длительном лечении, рекомендовано предлагать им емкие методики, не занимающие много времени при проведении и позволяющие оценить состояние тех функций, которые в большей мере подвержены неблагоприятному влиянию в процессе заболевания и лечения. Из когнитивных к таким функциям относятся внимание и память. В отношении детей школьного возраста также важно провести исследование уровня развития словесно-логического мышления, т.к. именно этот вид мышления часто оказывается в дефиците в связи с суженным объемом представлений об окружающем мире у ребенка, трудностями оперирования абстрактными понятиями. В то же время восприятие, как правило, не претерпевает изменений в процессе прохождения лечения, и, если того не требует частный случай (например, наличие сенсорного нарушения), проводить диагностику этой функции не обязательно. Также важно уделить внимание эмоционально-личностной и коммуникативной сферам ребенка, потому что в ситуации хронического соматического заболевания и во время госпитализации круг его социальных контактов резко сужается и меняется, а изменившиеся условия жизни отражаются на эмоционально-личностной сфере.

Помимо фактора астенизации, применение емких методик предпочтительно еще и в связи с тем, что специалист при работе в стационаре сталкивается с временными ограничениями, которые связаны с расписанием медицинских процедур ребенка, которое на практике очень сложно учесть. Также, если ребенок посещает уроки госпитальной школы или имеет иную учебную деятельность, насыщенность которой и так неизбежно снижается в ситуации хронического соматического заболевания, важно не перегрузить ребенка длительными психодиагностическими мероприятиями.

Однако относительно времени занятия важно понимать, что при работе с ребенком, нуждающимся в длительном лечении, нельзя задать четкие временные границы, отведенные на диагностическое занятие. В зависимости от состояния ребенка, занятие может длиться как 40 минут, так и 15. Даже емкая диагностика может потребовать 2–3 встреч.

В данной главе представлены классические диагностические методики, которые хорошо зарекомендовали себя в работе с детьми с хроническими соматическими заболеваниями, в том числе находящимися на стационарном лечении.

Для удобства восприятия мы придерживаемся определенной структуры представления материала и последовательности описания методик. Вначале описаны методики, предназначенные для исследования познавательной сферы (памяти, внимания, мышления), далее — для психосоциальной сферы и эмоционально-личностной сферы. В описании каждой методики освещено: 1) ее назначение; 2) возраст применения; 3) процедура исследования; 4) инструкция; 5) интерпретация результатов. В конце главы представлен список литературы. Приложения со стимульными материалами и протоколами к ряду методик размещены в конце текста методических рекомендаций.

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ СФЕРА

Исследование слухоречевой памяти

Методика «Запоминание 10 слов»

Назначение методики: исследование произвольного запоминания и объема слухоречевой памяти.

Возраст: от 5 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается прослушать и воспроизвести набор из 10 слов. В классическом варианте проведения методики осуществляется пять проб, т.е. психолог зачитывает ребенку слова, ребенок повторяет те, что запомнил, затем психолог снова зачитывает ребенку слова, и тот снова повторяет все, что запомнил (в том числе те, что называл в первый раз), и так пять раз.

Однако в условиях работы в стационаре с детьми, нуждающимися в длительном лечении, с проявлениями астении и сниженной работоспособностью, можно сократить количество проб до четырех.

Фиксируя ответы ребенка в протоколе (см. приложение), психолог отмечает названные ребенком слова знаком «+» или присваивает каждому слову порядковый номер. Также в протокол записываются привнесенные ребенком слова (отсутствующие в эталонном наборе).

Данную методику мы рекомендуем проводить в начале диагностического занятия по двум причинам: 1) ребенок еще не утомлен; 2) в конце занятия (спустя 30–35 минут) мы сможем проверить отсроченное воспроизведение.

При проверке отсроченного воспроизведения эталонный набор слов ребенку не зачитывается.

Инструкция

Перед первым предъявлением слов: *«Сейчас ты будешь запоминать слова. Я назову тебе 10 слов, а ты послушай их внимательно, постарайся запомнить и назвать как можно больше. Называть можешь в любом порядке».*

После первого повторения слов ребенком: *«Молодец! Послушай еще и назови снова все: и те, что называл в первый раз, и те, что запомнишь во второй».*

После второго повторения слов ребенком и далее: *«Молодец! Послушай еще и снова повтори, пожалуйста, все».*

Для проверки отсроченного воспроизведения: *«Помнишь, в начале занятия ты запоминал слова? Назови, пожалуйста, те, что помнишь».*

Интерпретация результатов

Для детей в возрасте 5–6 лет нормативным считается нарастание запоминания от 2 до 8 слов, отсроченное воспроизведение составляет 5 слов.

Для детей в возрасте 7–8 лет и старше нормативным считается воспроизведение 9–10 слов с третьего предъявления. Отсроченное воспроизведение — 6–8 слов.

В норме кривая запоминания идет по возрастающей (например: 3-7-9-10-10).

Методика «6 слов»

Назначение методики и возраст, с которого ее можно применять, те же, что в методике «Запоминание 10 слов».

Процедура исследования: психолог предъявляет ребенку ряд из 6 слов, которые ребенку нужно запомнить и воспроизвести в заданном порядке. Ряд слов озвучивается ребенку до тех пор, пока не будут повторены все слова в заданном порядке. Максимальное количество проб — четыре. Данное задание представляется облегченным относительно «Запоминания 10 слов», более доступным и менее истощающим для ребенка, нуждающегося в длительном лечении.

Отсроченное воспроизведение проверяется через 3–5 минут, заполненных другими заданиями, не связанными с запоминаем слов (например, выполнением таблиц Шульце), без предъявления эталонного набора.

Фиксируя ответы ребенка в протоколе (см. приложение), психолог присваивает каждому названному слову порядковый номер. Также в протокол записываются привнесенные ребенком слова (отсутствующие в эталонном наборе).

Инструкция

Перед первым предъявлением слов: *«Сейчас ты будешь запоминать слова. Я назову тебе несколько слов, а ты постарайся их запомнить и назвать в таком же порядке».*

После первого повторения слов ребенком (если слова не были воспроизведены в полном объеме и правильном порядке): *«Молодец! Послушай еще и назови снова все в таком же порядке. Называть нужно и те, что ты уже называл, и те, что забыл назвать в первый раз».*

После второго повторения слов ребенком и далее: *«Молодец! Послушай еще и снова повтори все в таком же порядке».*

Для проверки отсроченного воспроизведения: *«Назови, пожалуйста, те слова, которые ты запомнил вначале».*

Интерпретация результатов

Нормативным считается воспроизведение всех слов в заданном порядке с третьего раза.

При отсроченном воспроизведении допускается наличие двух ошибок. Например, забыты два слова или произведена замена одного-двух слов на близкие по значению или звучанию.

Исследование зрительной памяти

Методика «Образная память»

Назначение методики: исследование кратковременной зрительной памяти.

Возраст: от 5 лет и старше.

Процедура исследования: психолог предлагает ребенку в течение 20 секунд посмотреть на таблицу с шестнадцатью изображениями, запомнить как можно больше и назвать их. Время называния — 1 минута.

Для детей дошкольного возраста можно закрыть два нижних ряда картинок или подготовить вариант стимульного материала уже без них.

Инструкция: *«Сейчас я покажу тебе таблицу с картинками, посмотри внимательно, постарайся запомнить как можно больше картинок, а потом назвать их. Сначала внимательно посмотри».*

Психолог засекает 20 секунд, по их истечении говорит ребенку: *«Назови, пожалуйста, что запомнил».*

Интерпретация результатов:

Для детей дошкольного возраста нормативным считается воспроизведение 4 картинок.

Для младших школьников — 5–6 картинок.

Для подростков — 6 и более картинок.

Методика Семаго М.М.

Назначение методики: исследование зрительной памяти.

Возраст: от 5 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается 15–30 секунд посмотреть на ряд из трех невербализуемых (абстрактных) символов и запомнить их. Далее в зависимости от задач исследования можно

предъявить интерферирующую деятельность. После интерференции или спустя несколько секунд (их можно заполнить беседой) после экспозиции трех символов ребенку предъявляется таблица с девятью абстрактными символами, среди которых присутствуют три, продемонстрированных изначально, которые ребенку нужно опознать.

Рекомендуемое время экспозиции ряда из трех символов для дошкольников — 30 секунд, для младших школьников — 20 секунд, для подростков — 15 секунд.

Инструкция: *«Я покажу тебе ряд фигур, посмотри на них и постарайся запомнить».*

Далее: *«Сейчас я покажу тебе таблицу с символами (рисунками, фигурами), а ты найди те, что запомнил вначале».*

Интерпретация результатов: нормативным считается верное распознавание трех символов.

Методика «10 предметов»

Назначение методики: исследование объема непосредственной образной памяти.

Возраст: от 3 до 6 лет.

Процедура исследования: ребенку предлагается посмотреть на картинку, где изображено 10 предметов, запомнить и назвать их. С детьми 3–4 лет психолог рассматривает изображения вместе, называет их, создавая дополнительную установку на запоминание. Затем карточка убирается, ребенок называет то, что запомнил.

Инструкция: *«Посмотри, что здесь нарисовано, постарайся запомнить как можно больше предметов», «Что было нарисовано на картинке?»*

Интерпретация результатов

Нормативным считается воспроизведение 4–6 предметов.

Методика «10 картинок»

Назначение методики: исследование объема зрительной памяти.

Возраст: от 7 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку последовательно предъявляются 10 картинок с интервалом в 1 секунду. Если вы работаете с заламинированными карточками, то они складываются одна на другую; если предъявляете стимульный материал на планшете, то просто перелистываете картинки. Задача ребенка запомнить изображения и после предъявления назвать их в произвольном порядке.

Инструкция: *«Сейчас я буду показывать тебе картинки, а ты постарайся их запомнить и потом мне назвать. Называть можно будет в любом порядке».* После демонстрации картинок: *«Назови, что помнишь».*

Интерпретация результатов

Нормативным считается воспроизведение 8–10 изображений, что свидетельствует о большом объеме произвольной зрительной памяти и способности сохранять информацию при установке на запоминание.

Воспроизведение 6–7 изображений также является нормативным и свидетельствует об объеме памяти, соответствующем младшему школьному возрасту.

Воспроизведение 4–5 изображений свидетельствует о недостаточном объеме зрительной памяти.

Воспроизведение 3 и менее изображений говорит о низкой способности к произвольному запоминанию и трудностях сохранения информации.

Исследование внимания

Методика Пьерона-Рузера

Назначение методики: исследование внимания, произвольной регуляции деятельности.

Возраст: от 5 до 10 лет.

Процедура исследования: ребенку дается бланк с квадратами, треугольниками, кругами и ромбами. В верхней части бланка предложен образец заполнения геометрических фигур определенными символами: в квадрате ставится точка, в треугольнике — вертикальная черта, в ромбе — горизонтальная черта, круг остается не заполненным (заполняется психологом во время инструктирования ребенка). Задача ребенка — заполнить фигуры в бланке согласно образцу. Перед тем как ребенок приступит к заданию, психолог сам показывает и рассказывает ему, что нужно сделать. Время выполнения

задания — 3 минуты. По истечении каждой минуты психолог делает отметку в том месте бланка, где ребенок находится в тот момент.

Инструкция: *«Смотри, в квадрате я ставлю точку, в треугольнике — вот такую черту, круг оставляю пустым, пропускаю его, в ромбе ставлю вот такую черту. Заполни, пожалуйста, остальные фигуры сам(-а), как я тебе показал(-а), просматривая их строчку за строчкой. Иногда я буду делать пометки у тебя на листе, не обращай на это внимания».* Далее следует устный повтор инструкции, без заполнения фигур символами.

Интерпретация результатов

Анализируется общее количество фигур, заполненных за 3 минуты, и отдельно, в каждую минуту, количество ошибок и их распределение на листе, количество исправлений, с какого момента ребенок перестал обращаться к образцу (т.е. запомнил, какой символ соответствует каждой фигуре).

Для детей 5–5,5 года нормативным считается выполнение 5–6 строк стимульного материала, допустимы разнообразные ошибки и пропуски, неравномерный темп деятельности.

Для детей 6–7 лет нормативным считается выполнение задания в полном объеме, допустима 1 ошибка в минуту. Также в этом возрасте дети, как правило, перестают обращаться к образцу после выполнения первой-второй строки. Темп деятельности может постепенно нарастать, либо же, достигнув определенного уровня, оставаться неизменным до конца выполнения задания.

Для детей 8–10 лет нормативным считается безошибочное выполнение задания в полном объеме в пределах 3 минут. Допустима единичная ошибка с последующей самокоррекцией, причем желательно с опорой на собственные отметки в бланке, а не на образец.

Таблицы Шульце

Назначение методики: исследование внимания (распределение, объем, истощаемость).

Возраст: от 7 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку последовательно предлагаются 5 таблиц с расположенными на них в хаотичном порядке числами от 1 до 25. Задача ребенка называть и показывать числа по порядку, как можно быстрее и без ошибок. Психолог фиксирует время выполнения каждой таблицы в протоколе. Для выполнения данной методики важно, чтобы ребенок хорошо знал числа от 1 до 25.

Если ребенок сильно истощается, допустимо сокращение количества таблиц до 4–3. Однако это также учитывается при составлении заключения.

Как показывает практика, хорошо иметь запасную шестую таблицу, с которой не будет работать ребенок, для объяснения задания.

Инструкция: *«Я буду показывать тебе такие таблицы (показываем демонстрационную таблицу), на них расположены числа от 1 до 25 вразнобой, не по порядку. Твоя задача находить, называть и показывать числа по порядку. Постарайся делать это как можно быстрее и без ошибок».*

Интерпретация результатов

Нормативным считается выполнение одной таблицы в пределах 60 секунд.

Анализируя время, затраченное на выполнение каждой таблицы с первой по пятую, можно сделать выводы о вработываемости и истощаемости, лабильности внимания ребенка.

О наличии периода вработывания говорит выполнение первой-второй таблицы за время более 60 секунд с последующей нормализацией.

Об истощаемости свидетельствует резкое нарастание количества времени, затраченного на заключительные таблицы.

О лабильности говорит выраженное колебание продолжительности времени, затраченного на выполнение всех предложенных таблиц.

Корректурная проба Бурдона

Назначение методики: исследование устойчивости и переключаемости внимания.

Возраст: от 7 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается бланк с буквами русского алфавита, среди которых нужно находить и зачеркивать все буквы *а* и *и*. Время выполнения задания — 3 минуты. По истечении каждой минуты психолог ставит черту в том месте бланка, где находится ребенок в тот момент.

Важно сказать ребенку, чтобы он зачеркивал буквы одной чертой, а не двумя (т.к. на зачеркивание «крестиком» затрачивается больше времени).

Инструкция: *«Сейчас я дам тебе такой бланк с буквами (показываем и переворачиваем печатью вниз), а ты, пожалуйста, находи и зачеркивай все буквы “а” и “и”, просматривая строчку за строчкой. Старайся делать быстро и без ошибок. Время выполнения задания — 3 минуты. Иногда я буду делать отметки в твоём бланке, не обращай на это внимания».*

Интерпретация результатов

Для детей в возрасте 7–11 лет допустимо наличие до 3–4 ошибок за 3 минуты.

Анализируется динамика работы, количество ошибок в каждую минуту выполнения задания.

Продуктивность внимания можно рассчитать по формуле:

$$ПВ = \frac{m}{n} \cdot 100\%,$$

где ПВ — продуктивность внимания, m — количество правильно вычеркнутых букв, n — количество букв, которые нужно было вычеркнуть (из того объема, что ребенок успел просмотреть за 3 минуты).

Исследование мышления

По опыту практической деятельности было выявлено, что при работе с детьми школьного возраста и подростками в условиях стационара в большинстве случаев достаточным является исследование словесно-логического мышления, как наиболее позднего и сложного образования.

Для исследования **словесно-логического мышления** мы предлагаем использовать **субтесты из психодиагностического комплекса Л.И. Переслени**.

Назначение методики: исследование уровня общей осведомленности ребенка, процессов обобщения, классификации, формирования умозаключений по аналогии.

Возраст: от 6 лет и старше (субтесты представлены в двух вариантах: для старших дошкольников / младших школьников и для подростков).

Процедура исследования: ребенку последовательно предлагается выполнить 4 субтеста. В первом, направленном на исследование уровня общей осведомленности, ребенку нужно выбрать один из предложенных вариантов ответа для завершения предложения.

Во втором субтесте (исследуется логическое действие классификации) ребенок находит среди 5 слов одно лишнее, исключает его, а оставшиеся обобщает.

В третьем субтесте (исследуется способность к формированию умозаключений по аналогии) ребенку предлагается подобрать пару к слову таким образом, чтобы связь между этими словами была такой же, как в образце.

В четвертом субтесте (исследование обобщения и словаря обобщающих понятий) ребенку предлагается подвести два понятия под общую категорию.

Для младших школьников субтесты существуют в двух вариантах: кратком и полном. Краткий вариант содержит по 5 заданий в I, III и IV субтестах и 10 заданий во II субтесте. В полной версии во всех четырех субтестах по 10 заданий. Для первичной диагностики в условиях стационара достаточно информативным является краткий вариант методики.

В версии методики для подростков во всех субтестах по 10 заданий.

Для детей старшего дошкольного / младшего школьного возраста задание к каждому субтесту зачитывается психологом (при этом лист с распечатанными заданиями лежит перед ребенком). Подросткам предлагается самостоятельно прочитать задания и при необходимости задать уточняющие вопросы.

Инструкция:

Субтест I: зачитывается незаконченное предложение и варианты продолжений, затем задается вопрос: *«Какое слово подойдет для завершения предложения?»* Если ребенок дает неправильный ответ: *«Нет. Подумай еще»*. При необходимости можно зачитывать задание до трех раз.

Субтест II: *«Сейчас я прочитаю тебе слова, а ты найди среди них лишнее и объясни, почему именно оно»*.

Субтест III: *«Сейчас я прочитаю тебе задание и расскажу, что нужно сделать»*. Зачитывается пара-образец и слово, к которому нужно подобрать пару, со всеми вариантами. Можно указы-

вать ребенку, что именно зачитывается в каждый момент времени, т.к. с первого раза стимульный материал данного субтеста сложно воспринимается. «*Подбери слово, которое подходит к слову “звездика” так же, как слово “овощ” подходит к слову “огурец”*» (см. первое задание третьего субтеста в приложении).

Субтест IV: зачитывается пара слов из задания и задается вопрос: «*Как это можно назвать вместе, одним словом?*»

Интерпретация результатов

Если ребенок дает правильный ответ с первого раза, ответ оценивается в 1 балл, если со второго раза — 0,5 балла, если ребенок не дает правильного ответа после двух попыток — 0 баллов.

Далее можно рассчитать показатель успешности для всех четырех субтестов по формуле:

$$ПУ = X \cdot 100 : 40 \text{ (если ребенку предлагался полный вариант методики);}$$

$$ПУ = X \cdot 100 : 25 \text{ (если ребенку предлагался краткий вариант методики),}$$

где ПУ — показатель успешности, X — сумма баллов, набранных ребенком.

Однако можно ориентироваться лишь на количество набранных ребенком баллов.

IV уровень успешности (наивысший) — 32–40 баллов для полного варианта или 20–25 баллов для краткого варианта (80–100%).

III уровень успешности — 26–31,5 балла для полного варианта или 16,5–19,5 для краткого варианта (79–65%).

II уровень успешности — 25,5–20 баллов для полного варианта или 16–12,5 для краткого варианта (64–50%).

I уровень успешности — до 19,5 балла для полного варианта или до 12 для краткого варианта (до 49%).

Выполнение заданий на III и IV уровень успешности можно считать нормативным, II и I уровни свидетельствуют о сниженном уровне развития словесно-логического мышления.

Однако при применении данной методики в работе с детьми старшего дошкольного возраста, не проходившими подготовку к школе, могут быть выявлены низкие показатели, что не свидетельствует однозначно о когнитивном дефиците. В таком случае необходима повторная диагностика после проведения обучения.

Исследование **наглядно-действенного мышления** мы предлагаем проводить с детьми дошкольного возраста и с младшими школьниками при необходимости (например, если уровень развития ребенка значительно ниже возрастной нормы). Для этого можно использовать **разрезные картинки из психодиагностического комплекса Л.И. Перселени**.

Назначение методики: исследование наглядно-действенного мышления, сформированности соответствующих образов представлений, гнозиса, пространственных представлений.

Возраст: от 5 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку последовательно предлагается сложить 3 картинки (мальчик, бабочка, петух). Детали разрезной картинки раскладываются на столе перед ребенком в определенном порядке (см. приложение). Если ребенок испытывает сложности в правильном соединении деталей картинки в течение двух минут, ему предлагается помощь трех видов от ориентирующей к развернутой:

- 1) ребенку демонстрируется изображение целого объекта;
- 2) ребенку демонстрируется изображение целого объекта с нанесенными линиями разреза;
- 3) ребенку предлагается собрать картинку с помощью наложения частей разрезной картинки на изображение целого объекта с нанесенными линиями разреза.

В случае, если ребенок собрал картинку самостоятельно, но допустил ошибку, следует указать, на ее наличие и предложить ребенку пересобрать картинку.

Картинки следует заламинировать, что позволит их обрабатывать в целях дезинфекции.

Инструкция: «*Посмотри, кто получится? Собери картинку*».

Если у ребенка не получается собрать картинку, ему демонстрируется изображение целого объекта: «*Не получается? Ничего страшного. Это довольно трудное задание. Я покажу тебе картинку, что должно получиться. Вот так*».

Если такой вариант помощи не достаточен, ребенку демонстрируется картинка целого объекта с изображенными линиями разреза: *«Посмотри на эту картинку. Здесь есть линии разреза, и видно, как части прикладываются друг к другу. Сделай так же».*

Если ребенку снова не удается собрать картинку, ему предлагается наложить детали на изображение с линиями разреза: *«Попробуй положить детали на картинку. Запомни, как ты собрал. Сейчас я уберу образец, и ты попробуешь собрать картинку еще раз самостоятельно».* Образец убирается, детали раскладываются в исходной последовательности и положении: *«Попробуй сложить сам».*

Интерпретация результатов

Для детей младшего школьного возраста нормативным считается складывание картинок с первого раза.

Если ребенку требуется помощь в виде предоставления образца, можно предположить у него несформированность соответствующих образов-представлений, низкий уровень развития перцептивных и мыслительных операций анализа и сравнения.

Методика «Исключение предметов» (модификация Н.Л. Белопольской)

Назначение методики: исследование процессов мышления (обобщение, анализ, сравнение, синтез).

Данной методикой можно заменить субтесты на словесно-логическое мышление в случае, если у ребенка есть грубые нарушения речи, наблюдается недостаточное владение русским языком (детинофонны), а также в работе с дошкольниками.

Возраст: от 3 лет и старше. Более точная диагностика уровня развития мышления ребенка возможна с 6 лет.

Процедура исследования: ребенку предлагаются карточки с изображениями четырех предметов, один из которых лишний, а три других можно объединить в одну группу. Задача ребенка — найти лишний предмет и объяснить, почему лишний именно он. Всего в методике представлено 28 карточек-заданий, имеющих разный уровень сложности. Карточки разделены на 7 групп по четыре в каждой. Как правило, достаточно использовать карточки первых шести групп, т.к. карточки седьмой группы представляют собой задачи с провокацией и применяются, если нужно проверить или опровергнуть гипотезу о наличии искажения процесса обобщения. Не обязательно предъявлять ребенку все карточки: если он хорошо справляется с первыми двумя карточками-заданиями из группы, можно переходить к следующей группе.

В условиях стационара задание удобно предъявлять на планшете, что упрощает процесс обработки стимульного материала.

Инструкция: *«Посмотри, здесь нарисованы 4 предмета. Среди них один лишний, а три других можно назвать одним словом. Что лишнее? Почему?»*

При необходимости можно попросить ребенка назвать изображенные предметы.

Интерпретация результатов

Для детей 3 лет нормативным считается выполнение первых четырех карточек методики. При объяснении своего ответа существительные могут заменяться на глагол, но по сути решение является верным.

Для детей 4 лет доступно выполнение первых 8 карточек.

Дети 5 лет успешно справляются с 1–24 карточками. Трудности могут возникать с формулированием объяснения решения, но сам выбор лишней картинки верный.

Дети 6 лет благополучно справляются с карточками 1–32.

Дети 7–8 лет решают задания всех групп. Сложности могут вызывать задачи с двумя вариантами решения.

С 9–10 лет и старше нормативным считается выполнение всех видов заданий.

Более подробную интерпретацию результатов можно найти в пособии Н.Л. Белопольской «Исключение предметов (Четвертый лишний). Модифицированная психодиагностическая методика».

СОЦИАЛЬНАЯ СФЕРА

Методика Рене Жилия

Назначение методики: исследование социальной приспособленности ребенка, особенностей его отношений с другими людьми и таких личностных характеристик ребенка, как любознательность,

стремление к общению и доминированию, конфликтность, агрессивность, реакция на фрустрацию и стремление к уединению.

Возраст: от 4 до 12 лет.

Процедура исследования: ребенку предлагаются задания в виде картинок или текстовые, которые отражают ситуации взаимоотношений с разными людьми. В заданиях ребенку нужно либо отметить себя и своих близких на картинке, либо выбрать один из предложенных вариантов ответа, либо дать свой ответ.

Полный вариант методики содержит 42 задания, однако можно адаптировать ее под свои нужды, выбирая необходимые шкалы.

Методика изучения социализированности личности ребенка М.И. Рожкова

Назначение методики: исследование уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности детей.

Возраст: от 7 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается прослушать или прочитать 20 утверждений и оценить, насколько он с ними согласен, по пятибалльной шкале.

Социограмма (авторская модификация Ю.Е. Куртановой, А.А. Бриллиантовой методики «Семейная социограмма» Э.Г. Эйдемиллера)

Назначение методики: исследование дружеских связей ребенка.

Возраст: от 6 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается лист с распечатанной на нем окружностью диаметром 10 см. В окружности психолог просит ребенка нарисовать в виде кругов себя и своих друзей и подписать имена.

Инструкция: *«Нарисуй внутри этого круга в виде кругов себя и своих друзей и подпиши круги именами себя и своих друзей».*

Интерпретация результатов

Анализируется количество кругов, их расположение, соответствие изображенного реальным дружеским связям ребенка. Обсуждение нарисованного с ребенком является важной частью диагностического процесса и способствует более точной интерпретации полученных данных.

Тест «Дерево» (Pip Wilson). Адаптация А.М. Шербаковой

Назначение методики: исследования адаптационного процесса ребенка, его самоощущения.

Возраст: от 5 до 11 лет.

Процедура исследования: ребенку предлагается рисунок дерева с расположенными на нем человечками (без номеров). Ребенок рассматривает человечков и закрашивает сначала того, который на него похож, а затем того, на кого он хотел бы быть похожим. Предварительно можно предложить ребенку раскрасить само дерево (ствол и ветви), таким образом он сможет лучше рассмотреть всех человечков и настроиться на работу.

Инструкция: *«Посмотри внимательно на картинку. Как думаешь, какой из этих человечков похож на тебя? Разукрась его синим цветом. А на какого человечка ты хочешь быть похож? Разукрась его зеленым цветом».*

Интерпретация результатов осуществляется на основании таблицы характеристик тех или иных человечков, обращается внимание, каких человечков выбрал ребенок, совпадают ли эти позиции.

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНАЯ СФЕРА

Шкала явной тревожности СМАС в адаптации А.М. Прихожан

Назначение методики: выявление тревожности как устойчивой характеристики.

Возраст: от 8 до 12 лет.

Процедура исследования: ребенку предлагается 53 утверждения, с которыми ему нужно согласиться или нет.

Методика «Лесенка» (В.Г. Щур)

Назначение методики: исследование самооценки ребенка.

Возраст: от 5 до 10 лет.

Процедура исследования: ребенку дается бланк с изображенной лесенкой и предлагается отметить себя на одной из ступеней, а затем отметить, где, по его мнению, его расположили бы другие люди (мама, папа, врач, учитель и т.д.).

Инструкция: *«Посмотри на эту лесенку. На верхних ступеньках находятся самые хорошие, умные, добрые ребята, а на низких — самые плохие. На средних ступеньках — ни плохие, ни хорошие ребята. На какую ступеньку ты сам себя поставишь? Почему? А на какую ступеньку тебя поставит мама? Папа?...»*

Интерпретация результатов

Для детей 5–6 лет нормативным считается расположение себя на верхних ступенях (как самостоятельно, так и от лица близких взрослых). Расположение себя на низких ступенях свидетельствует об отрицательном отношении к себе и неуверенности в себе.

Исключением является постановка себя на нижних ступенях от лица воспитателя, если ребенок действительно плохо себя ведет и его наказывают. В таком случае это свидетельствует об адекватной самооценке.

Для детей 7 лет и старше нормой считается расположение себя на средних ступенях.

Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Назначение методики: исследование самооценки ребенка.

Возраст: от 10 лет и старше.

Процедура исследования: ребенку предлагается бланк с 7 шкалами высотой 10 см, отражающими следующие характеристики: ум, характер, способности, здоровье, авторитетность у сверстников, привлекательность, уверенность в себе. Важно отметить, что при работе с детьми с хроническими соматическими заболеваниями шкалу «Здоровый-больной» лучше ставить в середине методики, а не в начале или конце. Задача ребенка отметить свое положение на шкале относительно всех людей (или конкретной группы) по степени выраженности у него данного качества.

Инструкция: *«Каждый человек как-то себя оценивает. Посмотри, пожалуйста, на эти линии, здесь расположены разные качества людей. Вот, например, на первой шкале “Умный-глупый” на самом верху располагаются самые-самые умные люди, а внизу — самые-самые глупые. Отметь на шкале черточкой, как тебе кажется, где находишься ты?»*

Далее можно предложить ребенку отметить крестиком, где ему хотелось бы находиться, чтобы чувствовать себя полностью удовлетворенным собой.

Интерпретация результатов

Уровень самооценки высчитывается путем перевода миллиметров в баллы (100 мм = 100 баллов) — на какой высоте находится отметка, сделанная ребенком, столько баллов и присваивается.

О реалистичном уровне самооценки свидетельствуют средние баллы (45–74).

Степень расхождения между актуальным и желаемым уровнем самооценки в 8–22 балла считается оптимальным и свидетельствует о том, что ребенок ставит перед собой цели, которые стремится достичь.

Список литературы

1. Белопольская Н.Л. Исключение предметов (Четвертый лишний). Руководство по использованию + Стимульный материал. М.: Когито-Центр, 2009.
2. Белопольская Н.Л. Методики исследования познавательных процессов у детей 6–11 лет. М.: Когито-Центр, 2008.
3. Марцинковская Т.Д. Диагностика психического развития детей. Пособие по практической психологии. М.: Линка-Пресс, 1997. 176 с.
4. Павлова Н.Н., Руденко Л.Г. Экспресс-диагностика в детском саду: Комплекс материалов для педагогов-психологов детских дошкольных образовательных учреждений. М.: Генезис, 2008. 80 с.

5. *Переслени Л.И.* Психодиагностический комплекс методик для определения уровня развития познавательной деятельности: дошкольный и младший школьный возраст / 2-е изд., исправленное и дополненное. М.: Айрис-пресс, 2006. 64 с. + цв. вкл. 8 с. — (Библиотека психолога образования)
6. *Пономаренко Л.П.* Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе. Методические рекомендации для школьных психологов. Одесса: Астра-Принт, 1999. 113 с.
7. *Прихожан А.М.* Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. 304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»)
8. *Райгородский Д.Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2001. 672 с.
9. *Рожков М.И., Байбородова Л.В.* Организация воспитательного процесса в школе: учебное пособие. М.: Владос, 2001. 256 с.
10. *Семаго Н.Я.* Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. М.: Айрис-Пресс, 2007.
11. *Семаго Н.Я.* Методические рекомендации к Диагностическому альбому для оценки развития познавательной деятельности ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. М.: Айрис-Пресс, 2007.
12. *Wilson P., Long I.* The Big Book of Blob Threes by Second edition, published 2018 by Routledge. 158 p.

Глава 4. Коррекционные программы, применяемые в работе с детьми с различными хроническими соматическими заболеваниями

4.1. Принципы и ограничения проведения занятий (Куртанова Ю.Е.)

При реализации коррекционных программ в работе с детьми в условиях длительного лечения необходимо руководствоваться следующими принципами:

Принцип научного подхода, которой включает в себя использование эффективных и проверенных методов коррекции.

Принцип результативности подразумевает под собой использование методов и техник с доказанной эффективностью.

Принцип последовательного подхода — приобретенные знания, навыки и умения в ходе коррекционных занятий должны представлять собой структурированную систему и формироваться поэтапно.

Принцип системности. Обеспечивает единство всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.

Принцип непрерывности. Обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения ребенка с учетом изменений в его личности.

Принцип вариативности. Предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с детьми с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.

Принцип доступности содержания коррекционных занятий с учетом возрастных особенностей развития детей. Занятия должны быть адаптированы в соответствии с когнитивными, психологическими и физическими возможностями детей.

Принцип индивидуального подхода к каждому ребенку при проведении коррекционных программ.

Принцип добровольного участия в занятиях. Ребенок самостоятельно делает выбор в выполнении заданий, которые включены в коррекционную программу.

Принцип единства коррекции и развития основывается на глубоком психолого-педагогическом анализе всех факторов, влияющих на развитие личности, — как внешних, так и внутренних. Подход к коррекционной работе формируется с учетом специфики нарушений и особенностей возрастных этапов развития человека.

Принцип единства диагностики и коррекции развития подчеркивает необходимость базирования целей и содержания коррекционных вмешательств на основе динамического, комплексного и систематического дифференциально-диагностического изучения ребенка.

Принцип учета возрастных особенностей развития. Этот принцип подразумевает признание важности учета возрастных особенностей и сенситивных периодов, которые играют ключевую роль в процессе становления и развития личности ребенка.

Принцип личностно ориентированного и деятельностного подхода в осуществлении коррекционной работы акцентирует внимание на значимости активного и осознанного участия ребенка в деятельности, характерной для его текущего этапа развития.

Принцип учета физиологических особенностей и возможностей ребенка. Этот принцип заключается в адаптации коррекционной программы с учетом индивидуальных физиологических характеристик каждого ребенка.

Принцип учета места проведения программы. Этот принцип подразумевает учет условий медицинского учреждения, что требует соблюдения специфических ограничений, таких как временные (работа медперсонала и режим работы учреждения), пространственные (наличие и санитарные нормы

помещений), режимные (внутренний распорядок и меры безопасности) и организационные (координация с администрацией и квалификация персонала).

Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.

Принцип сотрудничества с семьей. Основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество.

Возможные ограничения в коррекционной работе:

1. Ограничения в проведении максимального количества занятий.

В связи с плохим самочувствием или нахождением ребенка за пределами больницы существуют ограничения в проведении всех коррекционных занятий. Соответственно, это может отразиться на снижении эффективности коррекционной программы.

2. Ограничения возможного дистанционного формата занятий.

- При проведении занятий в смешанном формате сложно организовать групповую работу.

- Дистанционный формат ограничивает в применении определенных методик и игр.

- Из-за нестабильности интернета некоторые дети не всегда могут пройти занятие от начала до конца.

3. Ограничение в количестве детей на групповом занятии.

Данное ограничение связано со спецификой заболеваний и особенностью лечения. Некоторым детям нежелательно заниматься в больших группах, поэтому важно адаптироваться под ситуацию с применением дистанционного формата.

4. Исключение физической активности.

В связи со спецификой соматических заболеваний, рекомендуется максимально исключить физическую активность детей, то есть проводить упражнения сидя. Если упражнение требует выполнения его стоя, необходимо максимально ограничить время его проведения.

5. Ограничение материалов и средств.

Данное ограничение связано со спецификой места проведения занятия и медицинскими рекомендациями. При наличии медицинских ограничений нельзя использовать такие материалы, как: пластилин, ткань и другие, способные вызвать аллергическую реакцию.

6. Ограничение длительности занятия.

Важно учитывать распорядок дня в стационаре и подстраивать время проведения и длительность занятия под режим, принятый в медицинском учреждении.

4.2. Программы коррекции эмоционально-личностного развития ребенка

4.2.1. Формирование положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Володенков В.Д.)

Пояснительная записка

Актуальность программы по формированию положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями обусловлена рядом важных аспектов.

Негативное восприятие собственной личности и внешности подростками могут привести к заниженной самооценке и негативным изменениям в самоидентификации. Формирование и поддержание положительного самовосприятия помогает подросткам лучше адаптироваться к жизненным обстоятельствам, в том числе связанным с болезнью.

Позитивное самовосприятие может оказывать значительное влияние на мотивацию и активность подростка в процессе лечения и реабилитации. Эмоциональное благополучие напрямую связано с физическим здоровьем и может способствовать улучшению исходов лечения.

Положительное самовосприятие способствует повышению социальной активности, улучшению взаимоотношений с ровесниками и взрослыми, обеспечивая более успешную социальную интеграцию подростков данной нозологической группы.

Существует потребность в коррекционных программах, призванных помочь подросткам с онкологическими заболеваниями в формировании положительного самовосприятия.

Таким образом, разработка и внедрение коррекционной программы по формированию положительного самовосприятия у подростков, страдающих онкологическими заболеваниями, как представляется, крайне важны для улучшения их психологического и социального благополучия, а также для повышения эффективности медицинской реабилитации. Эта программа может повысить качество жизни данной категории подростков и способствовать их более успешной интеграции в общество.

Цель программы: формирование положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями.

В ходе достижения цели решаются следующие задачи:

1. Создание среды, способствующей формированию и поддержанию положительного самовосприятия.
2. Повышение уровня самооценки и формирование позитивного образа «Я».
3. Развитие рефлексии и самопознания подростков с онкологическими заболеваниями в ходе социального взаимодействия со сверстниками.

Критерии эффективности программы:

1. Повышение уровня самооценки
2. Повышение уровня самопринятия
3. Повышение уровня самопривязанности
4. Гармонизация образа «Я»

Эти критерии соотносятся с подобранным блоком диагностических методик, которые проводились до и после реализации коррекционной программы.

Условия реализации программы

Программа по формированию положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями реализуется психологом в условиях детского медицинского учреждения.

Для реализации программы желательно выделить свободное просторное, проветриваемое и хорошо освещенное помещение. В кабинете должно быть минимальное количество отвлекающих факторов, на которые могут реагировать дети.

Занятия проводятся в групповой форме. Комплектность группы — 8 человек. Занятий с группой — 10. Еще 2 занятия отводится на входную и контрольную диагностики.

Сроки реализации программы:

- Продолжительность — 2 месяца
- Периодичность — 2 раза в неделю
- Длительность занятия — 45 минут

Особенности входной и контрольной диагностики

Для оценки эффективности коррекционной программы рекомендуется использовать метод наблюдения и следующие методики:

1. Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан)
2. Методика исследования самоотношения (С.Р. Пантелеева)
3. Тест «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда (в модификации Т.В. Румянцевой)

Материалы

1. Бумага формата А4 в количестве 51 листа
2. Карандаши и ластик
3. Бланки методики «4 персонажа»
4. Бланки методики «Я в трех проекциях»
5. Бланки методики «Знаете ли вы себя?»
6. Небольшой мяч
7. 5 наборов пластилина
8. Набор карточек (характеристики)
9. Набор карточек «предметы совместного рисунка»
10. Обручи на голову с выдуманными персонажами в количестве 10 штук

Тематический план

Коррекционная программа по формированию положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями состоит из 10 занятий. В целях оценки эффективности программы отводится 2 дополнительных занятия для диагностики, которые проводятся в индивидуальной форме.

Общая структура занятий

1. Приветствие
2. Основная часть
3. Рефлексия
4. Прощание

Тематический план коррекционной программы:

№ занятия	Работа с подростком	Форма занятия
1	<ul style="list-style-type: none"> • «Знакомство» • «Репка» • «Угадай себя» • «3 положительные ситуации в день» 	Групповая
2	<ul style="list-style-type: none"> • «4 персонажа» 	Групповая
3	<ul style="list-style-type: none"> • «Пластилиновые человечки» 	Групповая
4	<ul style="list-style-type: none"> • «Выбор любимого персонажа» • «Выбор нелюбимого персонажа» 	Групповая
5	<ul style="list-style-type: none"> • «Я в трех проекциях» • «Сделай другу комплимент» 	Групповая
6	<ul style="list-style-type: none"> • «Знаете ли вы себя» • «Однажды Красная Шапочка...» 	Групповая
7	<ul style="list-style-type: none"> • «Положительные и отрицательные качества» • «Соберите картинку» 	Групповая
8	<ul style="list-style-type: none"> • «Карточки-характеристики» • Рассказ «Какой Я?» 	Групповая
9	<ul style="list-style-type: none"> • «3 положительные ситуации в день» • «Нарисуй счастье» 	Групповая
10	<ul style="list-style-type: none"> • «Общий рисунок» • «Лист воспоминаний» 	Групповая

Содержание коррекционных занятий

Занятие № 1

Материалы для занятия:

- Небольшой мяч
- 10 выдуманных персонажей в виде обручей на голову

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Знакомство»

Подростки располагаются перед психологом на удобном расстоянии в кругу, чтобы каждый мог видеть лицо психолога и четко слышать его голос. Подросткам предлагается взять небольшой мяч в руки и рассказать немного о себе («я умею», «я хочу», «я люблю»), после чего передать мяч следующему по кругу. Когда круг завершился, подросткам предлагается передавать мяч соседу слева, продолжив фразу: «Мне нравится, что ты...».

3. «Репка»

Ведущий читает текст сказки «Репка» (см. приложение 3). Всем подросткам в группе присваиваются определенные роли. Задача каждого произносить реплику, соответствующую персонажу, когда ведущий называет персонаж или слово, соответствующее определенной роли. Таким образом, должно получиться следующее: посадил дед («Э-э-эх!») репку («Бух!»).

Список ролей:

1. Репка — Бух!
2. Дед — Э-э-эх!
3. Бабка — Внученька-а-а!
4. Внучка — Всем привет!
5. Жучка — Гав-гав!
6. Кошка — Мяу-мяу!
7. Мышка — Пи-пи-пи!
8. Тянут-потянут — Давай-й-й!!!
9. Вытянуть — У-у-у-ух!!!
10. Муравей — Поднажмем!

Все вместе в конце, на «вытащили», говорим «ура!».

4. «Угадай себя»

Подросткам раздаются бумажные обручи с написанными на них сказочными персонажами. Задача каждого подростка — угадать своего персонажа. Задавать прямой вопрос нельзя. Необходимо спрашивать: «Какой я?», «Где я живу?», «Что я люблю есть?», «Чем я занимаюсь?».

Список персонажей: Мастер Шифу, Винни-Пух, Гарри Поттер, Капитан Джек Воробей, Шерлок Холмс, Христофор Колумб, Доктор Айболит, Человек-паук, Снегурочка, Золотая рыбка.

5. «3 положительные ситуации в день»

В конце занятия психолог просит каждого из группы со дня проведения этого занятия начать записывать каждый день 3 положительные ситуации, которые у них случились. На последнем занятии будет проводиться обсуждение того, что удалось каждому записать.

6. Рефлексия

Проводится подведение итогов, обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

7. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 2

Материалы для занятия: Бланки методики «4 персонажа»

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «4 персонажа»

Подросткам выдают бланки методики «4 персонажа» и просят нарисовать в каждой ячейке бланка рисунок, соответствующий заданию (растение, животное, неживой предмет и человек).

После завершения задания всеми подростками из группы начинается общее обсуждение и демонстрация получившихся рисунков по очереди. Обсуждение происходит поэтапно, участники делятся друг с другом рисунками в первой ячейке и далее остальными. Психолог периодически задает направляющие вопросы для направления обсуждения в более рефлексивное русло.

3. Рефлексия

Следует подведение итогов, обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

4. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 3

Материалы для занятия:

- 10 листов А4
- 5 наборов пластилина

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Улучшение образа «Я»»

Каждому подростку выдается лист А4. Задача каждого — записать в столбик 6 качеств, присущих себе. После этого необходимо выбрать 6 цветов пластилина, из которых в дальнейшем будет создана фигурка. Когда пластилин выбран, кусочки разных цветов нужно положить напротив каждого качества. Затем нужно перевернуть лист, чтобы написанные качества не были видны во время создания фигурки. Подросткам дается задание слепить себя из 5 выбранных каждым цветов пластилина так, чтобы фигурка могла стоять. Когда фигурки будут готовы, должен остаться кусочек пластилина одного из выбранных цветов. Из него подростков просят слепить подарок для своей фигурки. Когда все этапы создания собственной фигурки будут завершены, психолог просит подростков перевернуть лист обратно на сторону со списком качеств и посмотреть на свои фигурки.

В завершение упражнения все подростки из группы начинают общее обсуждение и демонстрируют получившиеся фигурки по очереди. Каждый может рассказать про свою фигурку, если ему хочется. В конце психолог просит поставить все фигурки на одном листе, чтобы получилась общая композиция.

3. Рефлексия

Проводится подведение итогов, обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает о всех успешно выполненных вместе заданиях.

4. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 4

Материалы для занятия: 10 листов А4

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Выбор любимого персонажа»

Всем подросткам группы раздаются листы А4 и карандаши. Психолог просит каждого выбрать своего любимого персонажа и нарисовать на одной стороне листа.

После завершения задания всеми членами группы следует обсуждение. Психолог просит каждого объяснить свой выбор персонажа и рассказать, какие черты персонажа ему нравятся и есть ли какие-то черты, которые присущи и персонажу, и подростку.

3. «Выбор нелюбимого персонажа»

Проводится аналогично предыдущему упражнению.

4. Рефлексия

Следует подведение итогов и обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 5

Материалы для занятия: 10 бланков методики «Я в трех проекциях»

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Я в трех проекциях»

Всем подросткам выдают бланк задания «Я в трех проекциях» и просят нарисовать себя в каждой из трех подписанных клеточек.

После завершения задания все подростки группы начинают общее обсуждение и демонстрируют получившиеся рисунки по очереди. Обсуждение происходит поэтапно, участники делятся друг с другом рисунками. Психолог просит ребят рассказать про свои рисунки и озвучить свое мнение о них.

3. «Сделай другу комплимент»

Задача подростков сделать комплимент соседу справа. После прохождения круга подростки могут сделать комплимент любому из круга.

4. Рефлексия

Следуют подведение итогов и обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 6

Материалы для занятия:

- 10 бланков методики «Знаете ли вы себя?»
- 1 лист А4
- Карандаш

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Знаете ли вы себя?»

Выдается на бумаге. Подросткам необходимо обвести выбранные ответы и подготовиться к обсуждению причины такого выбора.

1. Мой успех зависит от:

- меня самого;
- других людей;
- везения;
- всего понемножку.

2. Мое настроение зависит от:

- меня самого;
- других людей;
- погоды;
- ни от чего не зависит.

3. Мои страхи и опасения зависят от:

- меня самого;
- других людей;
- погоды; — ни от чего не зависят.

4. Когда у меня с кем-то портятся отношения, это зависит от:

- меня самого;
- других людей;
- обстоятельств;
- ни от чего не зависит.

5. Большинство событий моей жизни зависят от:

- меня самого;
- других людей;
- везения;
- всего понемножку.

Группу попросят разделить лист бумаги на 2 части. На левой части будет необходимо записать выбранные ответы, а на правой — причину, по которой был выбран каждый ответ (небольшое раз-

мышление). Вопросы предъявляются всей группе постепенно. После завершения данного этапа ведущий назовет выбранный им ответ и объяснит, почему он его выбрал, после чего будет спрашивать про каждый вариант ответа (кто выбрал и почему?) в качестве общего обсуждения. Никаких оценок не производится. Правильных или неправильных ответов здесь нет.

Таким образом, подростки постепенно включаются в обсуждение и обдумывание стратегий поведения (выбора). Психолог начинает со своего примера.

3. «Однажды Красная Шапочка...»

Задача группы — создать продолжение истории. Придумывать будет каждый по одному предложению, не ориентируясь на предыдущее. Предложения могут быть не связаны друг с другом и выглядеть абсурдно. Психолог будет записывать предложения друг за другом. Таким образом, в конце психолог озвучит получившийся абсурдный и забавный рассказ.

4. Рефлексия

Подведение итогов, обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 7

Материалы для занятия:

- 10 листов А4
- Набор карточек для методики «Соберите картинку»

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Положительные и отрицательные качества»

Подросткам выдается лист А4, его просят разделить на две колонки. Правую колонку нужно обозначить «-» (отрицательные), левую — «+» (положительные). Психолог зачитывает список качеств. В свою очередь, подростки записывают каждое качество в одну из колонок. После окончания списка психолог просит подростков посмотреть на записи и пометить, какие, на их взгляд, качества присущи им самим.

В конце упражнения происходит обсуждение. Психолог просит каждого поделиться своими впечатлениями.

3. «Соберите картинку»

Каждому из группы выдается карточка с частью изображения. Задача группы — собрать изображенное животное за отведенное время. Ведущий будет считать вслух до 30, после чего подросткам нужно будет убрать руки. Все вместе придумывают название для нового животного, если собрать картинку не получилось.

4. Рефлексия

Следуют подведение итогов и обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 8

Материалы для занятия:

- 10 листов А4
- Набор карточек «Характеристики»

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Карточки-характеристики»

Психолог раздает по 3 карточки каждому подростку. Задача каждого — просмотреть свои карточки, не показывая их остальным. После того как все ознакомились с полученным набором карточек, психолог просит каждого подумать и выбрать: кому из группы, по их мнению, положить карточку или же несколько карточек так, чтобы написанные на них качества были присущи получателю. На следующем этапе психолог просит разложить карточки рядом с участниками занятия в соответствии со своим выбором. В конце упражнения психолог просит всех посмотреть карточки, полученные от других, и озвучить свое мнение о качествах, выбранных остальными. Пример качеств: «гордый», «настойчивый», «трудолюбивый»).

3. Рассказ «Какой Я?»

Подросткам выдается лист А4. Каждого из них просят написать краткий рассказ на тему «Какой Я?». После завершения задания всеми членами группы психолог просит поделиться каждого подростка своим рассказом и мнением о нем с группой.

4. Рефлексия

Проводится подведение итогов, следует обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 9

Материалы для занятия:

- 10 листов А4
- Карандаши и ластики

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «3 положительные ситуации в день»

Психолог просит каждого подростка поделиться с группой накопленными положительными ситуациями, которые удалось записать со дня этого домашнего задания.

3. «Нарисуй счастье»

Всем подросткам группы раздаются листы А4 и цветные карандаши, с помощью которых им нужно нарисовать счастье так, как они его себе представляют. Навыки рисования не учитываются, правильных или неправильных рисунков нет.

После выполнения задания всеми подростками группы начинается общее обсуждение и демонстрация получившихся рисунков. Психолог периодически задает наводящие вопросы и делает комплименты работам ребят, побуждая таким образом группу следовать своему примеру.

4. Рефлексия

Проводится подведение итогов, следует обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 10

Материалы для занятия:

- 10 листов А4
- Карандаши и ластики

Ход занятия:

1. Приветствие

Подростки и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. «Общий рисунок»

Группе предлагается нарисовать совместный рисунок, но у каждого будет собственное задание (карточка) с частью рисунка, о котором не будут знать остальные. Обсуждать друг с другом свое за-

дание нельзя. Таким образом, подростки будут ориентироваться друг на друга в создании рисунка. Образец см. в приложении 4.

На карточках будут записаны отдельные элементы картины.

Стол на ковре	Окно	Люстра	Кошка на окне	Мышка справа от стола
Собака под столом	Цветы на столе	Ковер	Попугай на люстре	Аквариум слева от стола

3. «Лист воспоминаний»

Каждому подростку выдается лист А4 и карандаши. Психолог просит подписать свой «лист воспоминаний» своим именем или псевдонимом. После завершения данного этапа психолог объясняет, что данный лист останется с каждым в качестве напоминания о проведенных вместе днях занятий. Задача каждого — написать или нарисовать пожелание владельцу листа, оставить автограф или написать о своих чувствах по отношению к нему. Таким образом, в конце упражнения у каждого останется свой собственный «лист воспоминаний» как подарок от всей группы.

4. Рефлексия

Проводится подведение итогов, следует обмен впечатлениями. Подростки рассказывают, что они чувствуют на данный момент, какое у них настроение, что нового они узнали сегодня. Психолог напоминает обо всех успешно выполненных вместе заданиях.

5. Прощание

Все участники занятия обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Ожидаемые результаты

Ввиду того, что коррекционная программа по формированию положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями направлена на улучшение образа «Я» и повышение уровня самопринятия, оценивание эффективности программы будет осуществляться посредством методик, направленных на выявление изменений в уровне самооценки и самосознания.

По завершении прохождения подростками коррекционной программы ожидаются следующие результаты:

1. Повышение уровня самооценки
2. Повышение уровня самопринятия
3. Повышение уровня самопривязанности
4. Гармонизация образа «Я»

4.2.2. Программа по развитию познавательной, эмоциональной сферы и формированию адекватной самооценки у дошкольников с циррозом печени по системе Марии Монтессори (Щербакова А.М., Матвеева К.Б.)

На основании метода Марии Монтессори была создана программа развивающих занятий.

Целью программы является развитие психических функций дошкольников с циррозом печени.

Задачи программы:

- стабилизация психоэмоционального состояния дошкольников;
- формирование познавательного интереса и развитие познавательной активности у дошкольников;
- коррекция заниженной или завышенной самооценки;
- развитие навыков группового взаимодействия;
- формирование дополнительной мотивации к развитию, познанию мира и выздоровлению.

Форма занятий: групповая, состав группы от 3 до 6 человек.

Количество занятий: 10 занятий по 60 минут.

Срок реализации: 10 недель (1 занятие в неделю).

Материалы, используемые в работе по программе: специальные пособия Монтессори-педагогики, развивающие игры, конструкторы, бизи-борды, лабиринты (материалы подбираются с учетом особенностей работы в сфере госпитальной педагогики, возможность работы с теми или иными материалами в каждом случае дополнительно обсуждается с врачом, при этом некоторые элементы, присутствующие в классической Монтессори-педагогике, такие как вода или сыпучие материалы, приходится исключить).

Организация занятия

Занятия проводятся 1 раз в неделю, желательно в один и тот же день и время. Таким образом и дети, и родители, и медицинские специалисты легко подстраиваются под предсказуемое расписание занятий, все дети посещают занятия с готовностью и вовремя. Занятия проводятся в помещении игровой (специальная комната на этаже педиатрического отделения, в которой дети посещают занятия в госпитальном детском саду).

Подготовка к занятию

Перед каждым занятием педагог готовит пространство, Монтессори-среду, в которой будут заниматься дети. В нашей программе используются 6 станций, каждая из которых посвящена своему направлению:

- 1-я станция — математика;
- 2-я станция — русский язык (развитие речи);
- 3-я станция — творчество;
- 4-я станция — научно-биологическая;
- 5-я станция — основы письма;
- 6-я станция — естественно-бытовые навыки.

Каждая из станций располагается в отдельной части помещения, на отдельном столе или подставке. На станции педагог заранее раскладывает предметы и пособия, с которыми ребенок будет взаимодействовать, находясь на этой станции. Предметы и пособия могут повторяться в течение нескольких занятий и меняться в зависимости от возраста и уровня подготовки детей (задания обязательно должны быть интересны детям, они не должны быть слишком простыми или крайне сложными). В течение программы задания и пособия на станциях могут усложняться. Также в помещении присутствует круглый ковер-мат для «Кругов».

Ход занятия

Все занятия по программе строятся по одной схеме, программа занятия всегда известна и предсказуема для детей, однако темы занятий, а также материал для самостоятельной активности на станциях меняются. Для удобства изучения нашей программы мы распишем ход занятия по этапам.

Этап 1. Подготовка к занятию

Длительность: 10 минут.

Содержание: за это время дошкольники выходят из палат и идут в игровую, каждый из участников приходит на занятие в своем темпе, небольшие задержки или ранний приход ребенка не является проблемой. Дети, пришедшие раньше, могут начать осваивать станции. Дети, пришедшие позже, не пропускают важных частей занятия.

Этап 2. Сбор на «Круг»

Длительность: 5 минут.

Содержание: после начала занятия педагог звонит в стимульный колокольчик и приглашает детей на вводный элемент занятия — «Круг». Колокольчик звонит в течение 20 секунд, педагог может напевать соответствующую песенку «Колокольчик поет, всех ребят на круг зовет». В это время дети подходят к мату, где стоит педагог, и рассаживаются в круг. Если часть детей не подходит к мату, а продолжает взаимодействовать со станциями, педагог не настаивает на посещении Круга. Свободный выбор деятельности — важный аспект занятия.

Этап 3. «Круг: приветствие и изучение темы»

Длительность: 15 минут.

Содержание: педагог садится в круг вместе с детьми, все берутся за руки, приветствуют друг друга, могут использоваться короткие песенки и потешки, например «Здравствуй друг, здравствуй друг, здравствуй солнышко вокруг!». После этого педагог озвучивает тему занятия. Каждое из 10 занятий по программе посвящено отдельной теме:

- 1-я тема — ферма;
- 2-я тема — времена года;
- 3-я тема — насекомые;
- 4-я тема — одежда;
- 5-я тема — транспорт;

6-я тема — птицы;

7-я тема — профессии;

8-я тема — электроприборы;

9-я тема — домашние животные;

10-я тема — письма (дети учатся писать письма, пишут свое первое небольшое письмо, вспоминают тех, кому хотели бы его послать).

Педагог озвучивает тему и демонстрирует подходящий к ней дополнительный стимульный материал, который изучается только в Кругу и не выкладывается на станции. Педагог с детьми, используя наглядный материал, изучают тему, педагог делится фактами, дети задают вопросы, высказывают свое мнение. В контексте госпитальной педагогики важно отметить, что педагог объясняет материал на примерах, доступных и понятных детям, большую часть жизни проводящих на лечении в стационаре. Также он не использует триггерные, сложные для детей с соматическими заболеваниями темы (которые при этом используются в классической Монтессори-педагогике), например темы: еда, семья, здоровый образ жизни, спорт и некоторые другие, в зависимости от особенностей заболевания и образа жизни детей, с которыми работает педагог. Во время этого этапа дети также могут вставать и идти изучать станции, сохраняется принцип свободного выбора видов деятельности.

Этап 4. Свободное изучение станций

Длительность: 20 минут.

Содержание: педагог завершает «Круг» и предлагает детям свободно перемещаться по комнате, изучать интересные им станции. Педагог на этом этапе остается в роли наблюдателя и никак не вмешивается в деятельность детей, они свободно выбирают станции, проводят у каждой из них столько времени, сколько считают нужным. Педагог не вмешивается в игры или групповое взаимодействие детей. На этом этапе педагог подходит к детям только в случае их запроса на помощь или в ситуации острого конфликта между ними.

Этап 5. Завершающий «Круг»

Длительность: 10 минут.

Содержание: педагог звонком колокольчика и песенкой «Колокольчик поет, всех ребят на круг зовет» приглашает детей на завершающий «Круг». Дети садятся на маты в круг, педагог показывает им тарелку, на которой лежат два предмета: перышко и ракушка. Все дети по кругу берут тарелку, они могут взять с нее перышко и сказать какие-то слова, пожелания или благодарность любому в кругу, или даже отсутствующим на занятии родителям, врачам. Также дети могут взять ракушку и приложить ее к уху, что означает — ребенок готов только послушать, но не хочет высказываться. Важно, чтобы дети слушали друг друга, передавали тарелку аккуратно по кругу, ждали своей очереди. При этом допускается, что дети играют с перышком или ракушкой, на завершающем «Круге» также сохраняется атмосфера свободы, легкости. После того как все дети высказались и завершили игру, занятие заканчивается.

Данный формат занятия был разработан нами на основе подхода Марии Монтессори и адаптирован при этом к условиям госпитальной педагогики. На наш взгляд, подобная система занятий может быть адаптирована под детей разного возраста, с различными нозологиями, для детей без хронических соматических заболеваний, для детей с нарушениями интеллекта и другими особенностями. Монтессори-педагогика располагает большим количеством стимульных материалов для станций, тем и вариантов работы с детьми. Главное — сохранение принципов свободы выбора, самостоятельной познавательной активности ребенка, отсутствия жестких рамок, давления и оценок.

4.2.3. Программа коррекции эмоционального состояния детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями «В мире положительных эмоций» (Зорина Е.С., Семенкина О.В.)

Анализируя исследования разных авторов (И.К. Шац, Д.Н. Исаев), занимающихся изучением эмоциональных особенностей детей с тяжелыми соматическими заболеваниями, можно сделать вывод, что эмоциональная сфера этих детей имеет следующие особенности:

- астения, утомляемость;
- повышенная тревожность, мнительность,

- страхи, неуверенность;
- агрессивность;
- замкнутость, депрессивность;
- сниженный фон настроения, неустойчивость настроения.

Арт-терапия является бережным, естественным и многофункциональным методом работы с эмоциональной сферой в детском возрасте (Л.Д. Лебедева, А.И. Копытин, М.В. Киселева).

Арт-терапию, прежде всего изотерапию, или рисование, благодаря простоте и универсальности можно применять даже в больнице, когда ребенок подключен к капельнице или имеет другие ограничения.

Арт-терапевтическая программа имеет следующие особенности:

- 1) индивидуальные занятия позволяют создавать близкие и доверительные отношения с ребенком, способствуя его раскрытию, максимальной включенности и терапевтическому эффекту;
- 2) создание благоприятного эмоционального фона, безоценочность, принятие во время занятий способствуют психологическому комфорту ребенка, создают ситуацию успеха, помогают преодолению тревожности;
- 3) внимание психолога к обратной связи от детей способствует рефлексии;
- 4) программа предполагает ориентированность на творческую активность, самовыражение, спонтанность;
- 5) программа может гибко подстраиваться под разных детей, учитывая их особенности и актуальные потребности;
- 6) используются все инструментальные возможности арт-терапии, доступные для применения в больнице (сказкотерапия, изотерапия, лепка, визуализация);
- 7) предоставление ребенку возможности выбора способствует развитию самостоятельности, повышает самооценку и мотивацию к занятиям.

Программа коррекции «В мире положительных эмоций» для детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями направлена на восстановление эмоциональной сферы путем снижения уровня агрессии, тревожности и страхов.

Особенностью программы является поэтапное применение различных методик групповой арт-терапии. Запуску программы предшествует подготовительный этап, включающий в себя диагностику детей и индивидуальные беседы. Этап групповой работы максимально наблюдается психологом с целью выявления проблемных ситуаций и своевременной коррекции.

Цель программы: коррекция нарушений эмоциональной сферы (тревожности, агрессии, страхов) у детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями, находящихся на длительном лечении.

Задачи программы:

1. Установить позитивный эмоциональный контакт в группе.
2. Выявить и проработать индивидуальные укоренившиеся негативные эмоции (страхи, обиды, злость, тревогу).
3. Научить детей выражению актуальных эмоций, превращению негативных эмоций в нейтральные и/или позитивные.
4. Расширить представления ребенка о себе, способствовать адекватному реагированию на различные ситуации, повышению контроля своих эмоций.
5. Активизировать внутренние ресурсы для продуцирования новых положительных или нейтральных эмоций.

Целевая аудитория — дети младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями, находящиеся на длительном лечении.

Программа «В мире положительных эмоций» включает в себя 16 групповых занятий в условиях стационара продолжительностью 30-40 минут (2 раза в неделю). В структуру каждого занятия входят: приветствие и вводная часть (до 5 минут), основная часть (до 25 минут), рефлексия и прощание (до 10 минут).

Содержание программы. Программа представляет собой цикл из 16 занятий, проходящих в малой группе из 4–6 человек, что позволяет уделять внимание как каждому участнику, так и групповым процессам. Каждое занятие длится 30–40 минут, частота — 2 раза в неделю, срок — 8 недель.

Требования к помещению: просторное, теплое помещение с местом для группового творчества.

Требования к специалисту: отсутствие вирусных инфекций, высокий уровень профессиональной подготовки по специальности «педагог-психолог», взаимодействие с медицинскими и педагогическими работниками отделения.

Требования к занятию: занятие должно быть непродолжительным (30–40 минут), разнообразным. Родители могут присутствовать на занятиях, выполнять упражнения и игры, помогать справиться с заданиями. Реализация программы осуществляется в условиях стационарного отделения.

Основными прогнозируемыми результатами является снижение уровня тревожности, агрессии, количества страхов у детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями.

Тематический план занятий

№	Наименование занятия	Цель занятия	Виды арт-терапии
1	Знакомство	Знакомство детей друг с другом и с педагогом, обсуждение правил будущей работы, создание доверительной атмосферы	Игровая терапия, изотерапия, совместное оформление короба
2	Знакомство. Продолжение	Укрепление контакта между участниками. Коррекция эмоционального состояния	Игровая терапия, изотерапия, аппликация
3	Многообразие эмоций	Развитие эмоциональной регуляции	Игровая терапия, пантомима, вырезание из бумаги
4	Я в мире эмоций	Развитие эмоциональной регуляции. Стабилизация эмоционального состояния	Игровая терапия, пантомима
5	Мое настроение	Развитие навыков вербальной и невербальной эмоциональной выразительности	Игровая терапия, изотерапия, пантомима
6	Мир добрых эмоций	Коррекция негативных эмоций, преобразование их в нейтральные и позитивные	Игровая терапия
7	Мир добрых эмоций	Коррекция негативных эмоций, преобразование их в нейтральные и позитивные	Игровая терапия. Пантомима. Изотерапия
8	Мои страхи	Коррекция эмоциональной устойчивости	Игровая терапия. Лепка
9	Я смелый	Преодоление страхов	Игровая терапия. Сказкотерапия. Изотерапия
10	Прочь тревоги	Преодоление тревожности и страхов в ситуациях взаимодействия	Игровая терапия. Сказкотерапия. Изотерапия и вырезание из бумаги
11	Волшебный лес	Коррекция эмоционального состояния	Игровая терапия. Лепка. Изотерапия. Пантомима. Сказкотерапия
12	Что такое агрессия?	Помочь детям понять, что такое «агрессивное поведение»; разобраться в собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение	Игровая терапия, изотерапия
13	Изображение гнева	Научить детей выражать гнев с помощью своего тела	Игровая терапия, пантомима
14	Найди выход	Обучение контролю эмоций	Игровая терапия
15	В лучах добра	Обогащение положительными эмоциями	Игровая терапия, изотерапия
16	Заключительное занятие	Подведение итогов, создание коллективного коллажа	Игровая терапия. Коллаж. Лепка. Изотерапия

Содержание программы коррекции эмоционального состояния детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями «В мире положительных эмоций»

Занятие № 1. «Знакомство»

Цель	Знакомство с группой, создание доверительной атмосферы	
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство и установление эмоционального контакта. 2. Создание доверительных отношений. 3. Обсуждение правил дальнейшей работы. 	
План занятия		
Приветствие	<p>Упражнение «Меня зовут, я люблю».</p> <p>Дети передают по кругу массажный мячик «Антистресс». Педагог считает до пяти. У кого в руках оказывается мяч, тот называет свое имя, потом две вещи, которые любит (еда, игра, животное, цвет и т.д.). Следующий должен сначала повторить, а потом назвать свои две любимые вещи. Начинает педагог.</p> <p>Если ребенку сложно, достаточно назвать свое имя.</p>	До 5 мин.
	<p>Игра «Ветер».</p> <p>Детям нужно внимательно слушать и хлопать. Хлопать могут те, про кого говорит педагог.</p> <p>Педагог сначала хлопает вместе с детьми, затем останавливается и предлагает хлопать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ветер дует только девочкам. 2. Ветер дует только мальчикам. 3. Ветер дует только тем, кто любит мороженое. 	До 5 мин.
Правила	<p>Педагог рассказывает, что у детей будет 16 занятий. Мы будем играть в группе. Для того, чтобы все получалось, нужно соблюдать правила:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Быть активными. 2. Обращаться друг к другу по имени. 3. Быть вежливыми. 4. Помогать друг другу. 5. Не использовать телефоны. 	До 5 мин.
Основная часть	<p>Оформить всем вместе с помощью наклеек, страз, фломастеров коробку, в которую будут складываться телефоны.</p> <p>Игра «Необитаемый остров».</p> <p>Дети садятся в круг или за большой стол, можно сдвинуть столы.</p> <p>Представьте, что мы попали на необитаемый остров и каждый сможет взять только 1 вещь, которая начинается на букву имени. Сейчас мы будем передавать по кругу мяч и называть, что мы возьмем с собой. Вещь может быть любой.</p> <p>Итак, мы на острове. Каждый умеет что-то делать. Можно подумать, что это за умения, и рассказать.</p>	До 15 мин.
Рефлексия	<p>Как ваше настроение? Выберите смайл, наклейте смайл настроения на волшебное дерево.</p>	До 5 мин.
Прощание	<p>Давайте попрощаемся, но сначала все по очереди придумаем пожелание своим друзьям, чтобы у них сохранялось отличное настроение.</p>	До 5 мин.

Занятие № 2. «Знакомство. Продолжение»

Цель	Укрепление контакта между участниками. Коррекция эмоционального состояния	
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие навыков установления контакта 2. Развитие навыков социального взаимодействия 3. Развитие навыков преодоления страхов 	
План занятия		

Приветствие	Упражнение «Как твои дела?» Дети сидят за одним столом или в кругу. По очереди здороваются и задают друг другу 3 любых вопроса. Начинает педагог. Пример: «Маша, привет! Как твои дела? Что ты делала вчера? Как настроение сегодня?»	До 5 мин.
Основная часть	Упражнение «Найди пару» В зоопарке случилась беда: прошел тайфун, животные потерялись и не могут найти свою пару. Им нужно помочь. Каждый получит бумажку, на которой написано название животного. Всех животных — по паре. Вам нужно показывать без слов свое животное и постараться найти свою пару. Нельзя разговаривать и показывать остальным, что написано на бумажке. Игра «Мой друг» Остаемся в тех же парах. Посмотрите друг на друга, как выглядит тот, кто оказался с вами в паре. Во что он одет, какой у него цвет глаз. Вы можете немного рассказать друг другу о себе. Спросите своего друга, как он себя сегодня чувствует, что интересного он сегодня делал и планирует делать вечером. Узнайте, что он любит есть, во что любит играть, какую одежду любит носить, и т.д. Когда вы получите достаточно информации друг о друге, подумайте, как бы вы могли его описать. Далее нужно взять карандаши и бумагу и нарисовать своего друга. Когда все закончат, надо показать рисунок и описать своего друга для всех.	До 25 мин.
Рефлексия	Как ваше настроение? Что нового вы узнали друг о друге? Выберите цвет и фигуры своего текущего настроения и наклейте на волшебное дерево.	До 10 мин.
Прощание	«Самолет отличного настроения» Педагог произносит текст, а дети отвечают, повторяя движения: — К полету приготовиться! (руки вверх) — Есть приготовиться! — Пристегнуть ремни! (руки к груди и вниз) — Есть пристегнуть ремни! — Надеть полетные очки! (большие и указательные пальцы собираются в кружочки и подносятся к глазам) — Есть надеть очки! — Поднять закрылки! (руки согнуты в локтях к груди) — Есть поднять закрылки! — Расправить крылья! (прямые руки в стороны) — Есть расправить крылья! — Включить моторы! — Есть включить моторы! — К полету в отличное настроение готовы? — Готовы! — Полетели! — Ура! (аплодисменты)	До 5 мин.

Занятие № 3. «Многообразие эмоций»

Цель	Развитие эмоциональной регуляции	
Задачи	1. Создание положительного эмоционального настроения 2. Развитие способности понимать состояние другого 3. Развитие умения выражать собственные эмоции	
План занятия		
Приветствие	Упражнение «Мои эмоции» Все сидят за одним большим столом или в кругу. Начинает педагог: «Ребята, добрый день. Хочу поделиться с вами своими эмоциями. Уга-	До 5 мин.

	дайте, какой я?» Показывает невербально свое состояние. Дети угадывают. Далее по кругу запускается мячик, все хором считаю до пяти, у кого окажется мячик, тот следующий.	
Основная часть	Упражнение. «Покажи эмоции» Один ребенок называет какое-нибудь животное, а другой — любую эмоцию (например, «заяц» и «радость»). Третий ребенок, по желанию, должен показать это животное, переживающее данное чувство. Упражнение «Насмеши друга» Сейчас каждый из вас побудет в роли серьезного друга. Задача всех остальных сделать так, чтобы друг улыбнулся. У каждого будет две попытки.	До 25 мин.
Рефлексия	1. Упражнение «Волшебные шарики». Педагог говорит: «Возьмите шарик в ладошки вместе, покатайте, подыщите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения». 2. Выберите картинку, отражающую ваше настроение сейчас.	До 5 мин.
Прощание	Упражнение «Сердечко» Сейчас мы с вами будем дарить друг другу сердечки. Мы будем их вырезать из бумаги. Вырежьте свое сердечко и передайте его соседу. Сосед должен сказать спасибо любым жестом. И так по кругу.	До 5 мин.

Занятие № 4. «Я в мире эмоций»

Цель	Развитие эмоциональной регуляции. Стабилизация эмоционального состояния	
Задачи	1. Создание положительного эмоционального настроения 2. Развитие способности понимать состояние другого 3. Развитие умения выражать собственные эмоции	
План занятия		
Приветствие	Упражнение «Чем мы похожи» «Давайте начнем день с того, что поздороваемся, скажем, что мы рады видеть друг друга, и порисуем». Раздаем детям бумагу и карандаши и просим их написать свое имя и нарисовать свой отличительный знак. После объединяем детей по двое, предлагаем им найти что-то общее в своем знаке и знаке партнера. И придумать рассказ, который объединил бы знаки.	До 10 мин.
Основная часть	Упражнение «Злые и добрые животные» Комната делится на три части. Посередине воображаемая река. Дети делятся на две команды. Когда они с двух сторон на разных берегах они превращаются в злых животных, которые рычат, дразнят друг друга. Когда перемещаются в центр реки, превращаются в добрых кошек, мурлыкают, говорят друг другу добрые слова. Так меняем детей несколько раз.	До 15 мин.
Рефлексия	По завершении просим детей рассказать о том, какие у них были чувства, где им понравилось и почему.	До 10 мин.
Прощание	После завершения занятия все дети встают в круг, прощаются и произносят пожелания группе.	5 мин.

Занятие № 5. «Мое настроение»

Цель	Развитие навыков вербальной и невербальной эмоциональной выразительности	
Задачи	1. Создание положительного эмоционального настроения 2. Развитие способности понимать состояние другого 3. Развитие умения выражать собственные эмоции	
План занятия		

Приветствие	«Здравствуйте, дети! Какое у вас сегодня настроение?» По кругу слушаем ответы о настроении и его причинах.	До 5 мин.
Основная часть	Упражнение «Пожелание на букву имени» Сейчас вам надо бросить мяч любому участнику, назвать его по имени, поздороваться и пожелать любые две вещи, которые начинаются на букву его имени. Например: «Рая, привет! Желаю радости и ромашек». Упражнение «Рисование спиной к спине» Разделить детей на группы по два человека и посадить их спиной к спине. Дать ребенку бумагу и ручку, а другому показать изображение чего-то. Ребенок, который видел изображение, должен описать его своему напарнику, при этом не называя предмет. Второй ребенок должен его нарисовать.	До 20 мин.
Рефлексия	1. Когда рисунки будут готовы, обсудить их в группе. 2. Что помогло вам справиться с заданием? Выбрать смайл — мое текущее настроение — и наклеить его на волшебное дерево.	10 мин.
Прощание	Становимся в круг, и каждый желает своим друзьям отличного настроения любыми словами и жестами.	5 мин.

Занятие № 6. «Мир добрых эмоций»

Цель	Коррекция негативных эмоций	
Задачи	1. Создание положительного эмоционального настроения 2. Развитие способности отличать позитивные эмоции от негативных 3. Развитие умения преобразовывать свои эмоции	
План занятия		
Приветствие	Дети сидят в кругу или за большим столом. Нужно поздороваться и задать каждому 2 любых вопроса о его текущем настроении и ближайших планах. Товарища можно выбрать произвольно или сидящего напротив.	5 мин.
Основная часть	Игра «Король» Сейчас мы проведем игру, в которой вы можете побыть королем. Все остальные становятся придворными и должны делать все, что приказывает король. Король не может отдавать такие приказы, которые могут оскорбить других, но он может позволить себе приказать, чтобы ему кланялись, чтобы подавали питье. Кто хочет стать первым королем?	До 20 мин.
Рефлексия	Упражнение «Овации» Предлагается похлопать себе и всей группе за работу. Сначала аплодисменты тихие, но постепенно они становятся все сильнее и сильнее. Ведущий спрашивает о чувствах, когда ребенок был королем, и сейчас, когда ему аплодируют.	5 мин.
Прощание	Занятие заканчивается пожеланиями друг другу и всей группе хорошего настроения.	5 мин.

Занятие № 7. «Общаемся по-разному»

Цель	Коррекция негативных эмоций, преобразование их в нейтральные и позитивные	
Задачи	1. Создание положительного эмоционального настроения 2. Развитие способности отличать позитивные эмоции от негативных 3. Развитие умения преобразовывать свои эмоции	
План занятия		
Приветствие	Упражнение «Необычное приветствие» Педагог предлагает поприветствовать друг друга. Каждый должен как-то необычно приветствовать группу. Желательно использовать слова и жесты.	5 мин.

Основная часть	По очереди называем положительные эмоции, которые знаем. Потом тянем карточки со сказочными персонажами и животными и карточки с названием положительных эмоций — и пробуем их изобразить. Остальные должны угадать эмоцию, героя, животное.	15 мин.
Рефлексия	Все вместе обсуждаем игру. Какие эмоции получились, какие нет. Рисуем радость. Обсуждаем рисунки.	15 мин.
Прощание	Дарим свои рисунки. Пишем добрые пожелания.	5 мин.

Занятие № 8. «Мои страхи»

Цель	Коррекция эмоциональной устойчивости	
Задачи	1. Разобраться в страхах. 2. Научиться преодолевать страхи.	
План занятия		
Приветствие	Упражнение «Я рад всех видеть!» «Здравствуйте! Предлагаю всем сегодня поздороваться и сказать (или придумать), почему вы рады всех видеть».	5 мин.
Основная часть	Ребята садятся в круг и пускают мячик. Тот, кому достался мяч, рассказывает про свой самый сильный страх. Когда все рассказали, дети берут пластилин и лепят свой страх. Потом все вместе, помогая друг другу, давят руками фигурки страхов, разрывают их на маленькие частички, уничтожая страхи. Затем берут воздушный пластилин и лепят сказочных героев, которые будут вместе с ними бороться с их страхами.	25 мин.
Рефлексия	По завершении ребята делятся своими ощущениями от работы. Фото с героями, индивидуальные и коллективные.	5 мин.
Прощание	Запускаем самолет отличного настроения из второго занятия.	5 мин.

Занятие № 9. «Я смелый»

Цель	Преодоление страхов	
Задачи	1. Разобраться в своих страхах 2. Научиться преодолевать страхи	
План занятия		
Приветствие	«Здравствуйте, ребята! Сегодня мы поприветствуем друг друга несколько раз, сначала тихо». Дети шепотом здороваются. «Теперь обычным голосом. Теперь громко».	5 мин.
Основная часть	Упражнение «Я смелый» Детей просят выбрать дракона. Он встает на стул и начинает рычать и говорить: «Бойтесь меня, бойтесь все!», — а дети ему в ответ: «Не боимся мы тебя! Сам бойся». Так дракон пугает, а дети не пугаются, из-за этого дракон печалится, спускается со стула и превращается в простого воробья. Упражнение «Превращение страхов» Детям предлагается выбрать разных страшных персонажей из мультфильмов, художественных произведений, сказок или придумать самим. Нарисовать их. Далее дети рассказывают, кого нарисовали и почему этот персонаж страшный. Потом им предлагается стать волшебниками и превратить рисунки страшных персонажей в смешные или добрые, дополнить рисунок смешными элементами.	20 мин.
Рефлексия	Обсуждение рисунков и текущего настроения, выбор смайлов, наклейка их на волшебное дерево.	10 мин.

Прощание	Дети сидят в кругу. Педагог передает клубок ниток ребенку, тот наматывает мягкую толстую шерстяную нить на палец и при этом говорит доброе пожелание. Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до педагога.	5 мин.
----------	---	--------

Занятие № 10. «Прочь, тревоги!»

Цель	Преодоление тревоги	
Задачи	1. Разобраться в своих переживаниях 2. Научится контролировать свою тревогу	
План занятия		
Приветствие	Участники по очереди передают друг другу мяч и говорят: «Привет! Как твои дела?» Тот, кто получил мяч, должен ответить.	5 мин.
Основная часть	Ведущий предлагает ребятам послушать сказку, конец они придумают сами, он должен быть смешным. Затем сказку разбирают по ролям и разыгрывают.	До 20 мин.
Рефлексия	Обсуждение занятия, обмен впечатлениями: понравилось ли быть тем или иным персонажем. Было ли страшно, если да, то почему.	10 мин.
Прощание	Ведущий предлагает каждому нарисовать и вырезать добрый смайл и подарить его своему товарищу с хорошими пожеланиями.	10 мин.

Занятие № 11. «Волшебный лес»

Цель	Коррекция эмоционального состояния	
Задачи	1. Разобраться в своих эмоциях 2. Научиться выражать эмоции 3. Научиться превращать негативные эмоции в позитивные	
План занятия		
Приветствие	Детям предлагается представить себя всемогущим волшебным персонажем и поздороваться со своими друзьями неожиданным образом. Начинает взрослый.	5 мин.
Основная часть	Дети вместе на ватмане рисуют красками, карандашами, фломастерами Волшебный лес, лепят из пластилина своего волшебного персонажа и поселяют его в лесу. Рассказывают про характеры героев, какие желания они могут исполнять и какие чудеса совершать.	До 20 мин.
Рефлексия	Обсуждение занятия и текущего настроения. Выбор цвета своего настроения.	10 мин.
Прощание	Прощаемся друг с другом по-волшебному.	5 мин.

Занятие № 12. «Что такое агрессия?»

Цель	Коррекция агрессивного поведения	
Задачи	1. Помочь детям понять, что такое «агрессивное поведение» 2. Разобраться в собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение	
План занятия		
Приветствие	Каждый должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия: 1. Обращение по имени. 2. Сказанное должно быть приятно слушающему.	5 мин.
Основная часть	«Угадай эмоцию» Делимся на две команды. Нужны карточки с названиями чувств: страх, обида, горечь, грусть, радость, восхищение, злость, вдохновение, удивление, вольствие, благодарность, растерянность, отвращение, досада, нетерпение, испуг, смущение, любовь, гнев, сострадание, жалость.	До 20 мин.

	Представителю каждой команды нужно взять карточку, но не показывать ее окружающим. Дети должны вспомнить ситуацию, в которой испытывали подобное чувство, изобразить эту эмоцию с помощью выразительных движений (поз, мимики, жестов), вторая команда отгадывает. Рецепт «Как можно сделать ребенка агрессивным» Написать на бумаге рецепт, следуя которому можно создать «агрессивного ребенка», а также нарисовать портрет такого ребенка. Зачитать свои рецепты и изобразить агрессивного ребенка (как он ходит, как смотрит, какой у него голос).	
Рефлексия	Обсудить с детьми: что им нравится в агрессивном ребенке, что не нравится; что бы они хотели изменить в таком ребенке.	10 мин.
Прощание	Детям предлагается встать в круг и похвалить друг друга за то, что выполняли такие трудные задания. Аплодисменты.	5 мин.

Занятие № 13. «Как не гневаться?»

Цель	Коррекция агрессивного поведения	
Задачи	1. Помочь детям понять, что такое гнев 2. Разобраться в собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение	
План занятия		
Приветствие	Каждый должен поздороваться с товарищем рядом каким-либо жестом, прикосновением. Следующий член группы копирует этот жест и добавляет свой.	5 мин.
Основная часть	Упражнение «Пластическое изображение гнева» Разделяемся на пары, получаем карточки с заданием. С помощью пантомимы за 30 секунд показываем эмоцию. Пара, которая первой угадает эмоцию, загадывает следующая. «Угадай настроение» Нам понадобится набор фотографий (карточек) с изображением людей (взрослых или детей), находящихся в различных эмоциональных состояниях. Детям предлагается рассмотреть фотографию (карточку-рисунок) и определить, в каком эмоциональном состоянии находится человек. Следует обсудить возникшие варианты. Затем попросить детей придумать историю, которая произошла с этим человеком (ребенком) и позволяет понять причины данного эмоционального состояния. Далее обсудить с детьми, испытывали ли они подобные чувства, и если да, то при каких обстоятельствах. Важно, чтобы каждый высказался.	До 20 мин.
Рефлексия	«Фрукты» Дети сидят на стульях в свободной позе, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите представить, что к их правой руке подкатили апельсин, пусть они возьмут апельсин в руку и начнут выжимать из него сок. Потом пусть разожмут кулачок, откатят апельсин. Затем апельсин подкатывают к левой руке. И та же процедура выполняется левой рукой. Упражнение делается несколько раз фрукты меняются. После нужно обсудить ощущения.	10 мин.
Прощание	Детям предлагается сесть в круг, взяться за руки и по очереди пожелать друг другу хорошего настроения разными словами. Аплодисменты.	5 мин.

Занятие № 14. «Найди выход»

Цель	Коррекция эмоционального состояния
Задача	Обучение детей контролю над эмоциями в необычных ситуациях

План занятия		
Приветствие	Упражнение «Я сегодня вот такой». Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» — и показывает жестаи и мимикой свое состояние. Остальные дети копируют его жесты, мимику, позу.	5 мин.
Основная часть	Детям предлагается игра «Найди выход». Нужно поочередно выбирать карточки. В каждой описана какая-либо ситуация: «Девочка Маша взяла твою игрушку и поломала», «Ты потерялся в магазине» и т.д. — и варианты поведения. Ребенок выбирает сначала предложенный вариант, а потом, возможно, придумывает и объясняет свой. Потом подключаются все дети. Каждый должен вытянуть свою карточку.	До 20 мин.
Рефлексия	Обсуждение в группе. Легко ли было сегодня? Что помогло вам справиться с заданием?	10 мин.
Прощание	Давайте закончим занятие приятным прощанием, скажем, что мы рады были видеть друг друга, и скажем друг другу пожелания на день. Надо кинуть мяч тому, кому вы посылаете свое приветствие и пожелание. Все должны получить мяч, пока каждый из нас не получит пожелание на день.	5 мин.

Занятие № 15. «В лучах добра»

Цель	Коррекция эмоционального состояния	
Задача	Учимся выражать позитивные эмоции	
План занятия		
Приветствие	Просим детей смешно поздороваться и сравнить их настроение с чем-то. Например: «Мое настроение журчит, как ручей». По кругу дети делятся своими вариантами.	10 мин.
Основная часть	Упражнение «Рисуем свое настроение» Предлагаем детям нарисовать свое настроение. Но рисуем не карандашами или кисточками, а используя метод «кляксография». Упражнение «Неоконченные предложения» Ребят просят продолжить предложения, работа идет по кругу: «Я люблю...», «Мне нравится...», «Я могу...», «Меня любят и ценят...», «Я забочусь...». В конце обсуждаем, что понравилось, какие чувства упражнение вызвало.	До 20 мин.
Рефлексия	Обсуждение в группе. Легко ли было сегодня? Какое настроение у тебя сейчас?	10 мин.
Прощание	Упражнение «Комплименты» Делается по кругу, начиная с педагога. Глядя в глаза соседу, говорим ему, что в нем нравится. Он благодарит и передает дальше. Аплодисменты.	5 мин.

Занятие № 16. «Заключительное занятие»

Цель	Коррекция эмоционального состояния	
Задачи	1. Обучение детей контролю над эмоциями в необычных ситуациях 2. Подведение итогов программы	
План занятия		
Приветствие	Дети здороваются друг с другом от имени любимых сказочных персонажей, говорят друг другу комплименты и пожелания на день.	5 мин.
Основная часть	Создание коллективного коллажа. Дети с закрытыми глазами, по команде, на время под музыку рисуют на листах бумаги животных, каракули и все, что хочется. Затем открывают глаза, вырезают. Собираются	До 15 мин.

	вместе и формируют общий коллаж на ватмане. Расписываются все на коллаже.	
Рефлексия	Упражнение «В лучах солнышка» Педагог рисует солнышко, по лучам солнца он пишет имена детей. Дети называют имя ребенка и перечисляют качества, которые им понравились в этом человеке, которые он продемонстрировал на протяжении всех занятий.	10 мин.
Прощание	Из воздушного пластилина лепим цветы добра и сердечки и дарим их друг другу. Аплодисменты.	15 мин.

Представленная программа может быть использована психологами, педагогами при работе с детьми с онкологическими заболеваниями. Она является краткосрочной, что позволяет внедрять ее в разные учреждения данного типа.

4.2.4. Программа коррекции тревожности и страхов детей с хроническими соматическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Горбачева К.А.)

Пояснительная записка

Настоящая коррекционная программа составлена для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих хронические соматические заболевания. Дети с хроническими соматическими заболеваниями часто сталкиваются с неприятными медицинскими процедурами, вследствие чего у ребенка может наблюдаться повышенная тревожность, а также страхи.

Цель программы: создание условий для преодоления тревожности и страхов у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста с хроническими соматическими заболеваниями.

Программа направлена на снижение уровня тревожности, различных видов страхов, а также на профилактику медицинских страхов.

В ходе достижения цели решаются следующие задачи:

1. Снижение уровня тревожности
2. Осуществление контроля над объектом страха и избавление от него
3. Снижение эмоционального напряжения, стабилизация эмоционального фона

Критерии эффективности программы:

1. Снижение уровня тревожности
2. Снижение количества страхов

Методы и техники, используемые в программе:

В данной коррекционной программе будут использованы методы, приемы и техники следующих направлений психотерапии:

1. Арт-терапия
2. Игровая терапия

Особенности входной и контрольной диагностики

Для оценки эффективности коррекционной программы рекомендуется использовать следующие методики:

1. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захарова (в модификации Панфиловой)
2. Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)
3. Графическая методика «Кактус» (М.А. Панфиловой)

Условия и принципы реализации программы

Программа коррекции тревожности и страхов у детей с хроническими соматическими заболеваниями реализуется психологом в условиях медицинского учреждения, где находится ребенок.

Желательно для реализации программы выделить свободный, хорошо освещенный и проветриваемый кабинет. В кабинете должно быть минимум отвлекающих факторов, на которые ребенок мог бы переключаться в ходе проведения занятия.

Также рекомендуется, чтобы по возможности психолог не надевал медицинский халат, так как для детей с медицинскими страхами это может быть отталкивающим фактором и эффективность коррекционных мероприятий может быть снижена.

Программа состоит из 10 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий не должна превышать 45 минут.

Материалы

Для проведения программы по коррекции медицинских страхов у детей с хроническими соматическими заболеваниями потребуются следующие материалы:

1. Краски, кисти, листы бумаги, карандаши и фломастеры
2. Пластилин
3. Разноцветная ткань, вата, нити-мулине, ножницы (при наличии медицинских ограничений вместо ткани можно использовать стерильный медицинский бинт)
4. Набор доктора (костюм и медицинские инструменты)

Тематический план

Коррекционная программа по снижению медицинских страхов состоит из 10 занятий, каждое из них не превышает 45 минут, занятия проводятся индивидуально. Для оценки эффективности программы необходимо добавить еще два занятия входной и контрольной диагностики. В общей сложности программа включает в себя 12 занятий.

Общая структура занятия:

1. Приветствие
2. Основная часть
3. Рефлексия
4. Прощание

Тематический план коррекционной программы

№ занятия	Работа с ребенком
1	<p>«Приятно познакомиться»</p> <p>Цели занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Укрепление доверительных отношений между ребенком и психологом 2. Создание атмосферы безопасности; вовлечение ребенка в совместные занятия и игры
2	<p>«Настроение»</p> <p>Цель: осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения и тревожности.</p>
3	<p>«Мои страхи»</p> <p>Цель: определение объекта страха, снижение тревожности и интенсивности страха.</p>
4	<p>«Знакомство с семьей Шприцевых»</p> <p>Цели занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство и привыкание к предметам, связанным со страхом медицинских процедур (шприцы, стоматологические инструменты и т.д.) 2. Знакомство со способами, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур
5	<p>«Куколка»</p> <p>Цели занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение общей тревожности, снижение интенсивности страхов перед врачами, повышение самооценки и чувства собственной ценности 2. Знакомство и привыкание к предметам, связанным со страхом медицинских процедур (шприцы, стоматологические инструменты и т.д.) 3. Знакомство со способами, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур
6	<p>«Бегемотик»</p> <p>Цели занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство со значимостью и назначением медицинских процедур 2. Снижение тревоги, страхов и контроль над негативными эмоциями

№ занятия	Работа с ребенком
7	«Доктор Айболит» Цели занятия: актуализация и снижение страхов перед медицинским персоналом и медицинскими манипуляциями, снижение тревожности.
8	«Мне ничего не страшно» Цели занятия: снижение эмоционального напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, создание положительных установок.
9	«Пугаем свой страх» Цели занятия: 1. Обсуждение и поиск способов снижения боли и страха во время медицинских процедур 2. Коррекция страхов с помощью показа ребенку его силы, превосходства над предметами страха
10	«Как победить свой страх?» Цель: закрепление умений и навыков снижения медицинских страхов.

Содержание коррекционных занятий

Занятие № 1 — «Приятно познакомиться»

Цели:

1. Создание безопасной среды и доверительных отношений между психологом и ребенком.
2. Вовлечение ребенка в совместные игры и занятия.

Материалы для занятия:

«Волшебная палочка»

Ход занятия:

1. Приветствие

В ходе упражнения ребенок и психолог по очереди описывают себя прилагательными, какие они, а также психолог просит ребенка рассказать, каким бы он хотел стать.

2. Игра «Волшебник»

В ходе игры психолог предлагает ребенку побыть в роли волшебника. Психолог спрашивает: «В каких животных ты бы хотел превратиться и превратить меня?» Исходя из ответов ребенка, он и психолог должны изобразить это животное.

3. Игра-рассуждение «Что хорошего и не очень в том, что...?»

Психолог спрашивает у ребенка, что хорошего в том, что: цветут сады, идет снег, дети играют и т.д. Если у ребенка возникают сложности, психолог помогает ему. Далее психолог предлагает ребенку нарисовать его самого и те вещи, которые делают его счастливым, так, чтобы у ребенка на рисунке все было хорошо.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также рассказать о том, каково его настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 2 — «Настроение»

Цель: осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения и тревожности.

Материалы для занятия:

1. Альбомные листы
2. Краски
3. Кисти
4. Стаканчик для воды

Материалы можно заменить на карандаши или фломастеры в зависимости от возможностей ребенка.

Ход занятия:

1. Приветствие

Психолог просит ребенка рассказать о его настроении сегодня и о том, что на него повлияло.

2. «Угадай и повтори»

Психолог показывает ребенку заранее подготовленные картинки с изображением лиц детей с разными эмоциями и просит назвать эмоцию ребенка на картинке или сказать, какое у него настроение, а затем повторить мимикой его эмоцию. Картинки психолог показывает по очереди.

Если у ребенка возникают сложности, психолог называет эмоцию, сам ее показывает мимикой и уже потом просит ребенка повторить.

3. «Нарисуй свое настроение»

Психолог предлагает ребенку нарисовать его настроение. Если у ребенка возникают сложности, психолог наводящими вопросами помогает ребенку понять его эмоциональное состояние и просит его изобразить это настроение на рисунке, как того хочет ребенок.

Когда ребенок закончит рисунок, психолог просит рассказать о том, что он нарисовал.

Далее психолог предлагает дорисовать рисунок так, чтобы настроение стало еще лучше (в случае изображения положительного настроения) или чтобы оно стало хорошим (в случае изображения плохого настроения).

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также рассказать о том какое его настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 3 — «Мои страхи»

Цель: определение объекта страха, снижение тревожности и интенсивности страха.

Материалы для занятия:

1. Бумага
2. Краски
3. Кисти
4. Баночка с водой
5. Ножницы

Материалы можно заменить на карандаши или фломастеры в зависимости от возможностей ребенка.

Ход занятия:

1. Приветствие

Психолог вместе с ребенком сидит за столом, психолог обязательно должен сидеть не перед ребенком, а рядом с ним.

Психолог объясняет ребенку, что все чего-то боятся, и просит его рассказать, чего он боится. Если у ребенка возникают сложности, психолог может первый поделиться своими страхами.

2. «Страх в клетке»

Психолог предлагает ребенку нарисовать свой страх, объясняя ему, что целью данного действия является избавление от этого страха. Ребенок рисует каждый страх, который его беспокоит.

Когда ребенок нарисовал свой страх, психолог начинает обсуждать с ним его рисунок. «Что изображено на рисунке?», «Почему это страшно?», «Что нужно сделать, чтобы этого не бояться?».

В ходе беседы психолог с ребенком обсуждает страх и действия, которые стоит предпринять, чтобы не бояться.

Далее психолог спрашивает, что ребенок хотел бы сделать со страхом. Если ребенок затрудняется с ответом, психолог предлагает запереть страх в клетке (в заранее подготовленной картонной коробке), чтобы он больше не пугал ребенка. Психолог вместе с ребенком убирает рисунок в коробку и говорит следующее: «А чтобы страх тебя точно не беспокоил, давай закроем его на замок. Замка у нас нет, поэтому давай его нарисуем!»

Дальше ребенок с помощью психолога рисует замок и ключ к нему карандашами на бумаге и осторожно вырезает их ножницами. Ребенок вместе со специалистом кладет замок на коробку и «закрывает» его. Дальше психолог предлагает выбросить ключ, чтобы страх точно никто не выпустил.

3. «Я не боюсь»

Психолог просит нарисовать страхи, которые остались у ребенка, но теперь так, чтобы на рисунке был сам ребенок, который не боится.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 4 — «Знакомство с семьей Шприцевых»

Цели:

1. Знакомство и привыкание к предметам, связанным со страхом медицинских процедур (шприцы, пинцет и т. д.).

2. Знакомство со способами, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур.

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

Психолог просит ребенка рассказать о том, какие он знает медицинские инструменты и для чего они нужны.

2. Игра «Знакомство с Колей и Олей Шприцевыми»

На занятие психолог приносит ребенку два пластмассовых шприца с изображением смешного лица, ручками, ножками. Психолог представляет их ребенку как двух персонажей — брата и сестру: «Коля и Оля Шприцевы».

Коля и Оля Шприцевы рассказывают о себе, а именно: «Мы всей семьей, а это — мы, наши родители, наши сестры и братья, все живем в этой больнице, мама и папа ходят работать во взрослую больницу, которая находится неподалеку, у них там много работы: вводить лекарство в мышцы тела, через кожу, брать кровь на анализы из пальчиков и вен, а мы помогаем здесь, у нас, тем деткам, которым необходима помощь со здоровьем. Ты уже встречался с кем-нибудь из наших сестер и братьев, тебе когда-нибудь делали укол или брали кровь из пальчика?»

Важно дать понять ребенку, что шприцы не хотят ему причинить вред, а хотят помочь, и что им самим страшно, когда он плачет. Необходимо показать различные вариации манипуляций со шприцами ребенку.

В завершении слова Коли и Оли: «Нам очень нравится наша работа, мы помогаем детям и взрослым, чтобы они лучше чувствовали себя и быстрее выходили из больницы. Мы рады с тобой познакомиться и скоро увидимся».

3. Игровое упражнение «Дышим правильно»

Правильное дыхание помогает снизить эмоциональное напряжение и уменьшает боль.

Психолог предлагает ребенку послушать, как он дышит. Далее психолог рассказывает ребенку, что люди могут дышать по-разному: «Мы можем дышать быстро, как собачки (психолог показывает пример), медленно, как черепашки (психолог показывает пример), тихо, как мышки (психолог показывает пример), и громко, как слоники (психолог показывает пример).

Человек дышит всегда, даже не замечая этого. Мы не можем долго оставаться без воздуха, но мы можем задержать дыхание (психолог показывает пример).

Когда человек переживает или волнуется, он дышит быстро, как собачка (психолог показывает пример), когда человеку страшно, он задерживает дыхание (психолог показывает пример), а когда человек спокоен, он дышит медленно и размеренно (психолог показывает пример).

Давай вместе с тобой научимся контролировать дыхание, чтобы, когда тебе становится страшно или тревожно, ты мог правильно дышать и чувствовать себя спокойнее.

Давай вместе медленно вдохнем и сосчитаем до трех, дальше на секунду задержим дыхание и после медленно выдохнем, сосчитав до шести (психолог показывает пример)».

Так психолог дышит с ребенком 2–3 минуты, чтобы тот научился и понял, как правильно выполнять это упражнение.

Не рекомендуется выполнять его дольше 3 минут, так как может ухудшиться самочувствие.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 5 — «Куколка»

Цели:

1. Снижение общей тревожности, интенсивности страхов перед врачами, повышение самооценки и чувства собственной ценности.

2. Знакомство и привыкание к предметам, связанным со страхом медицинских процедур (шприцам, стоматологическим инструментам и т.д.).

Материалы для занятия:

1. Вата
2. Нитки
3. Ножницы
4. Лоскуты ткани разных цветов (10*10 и 10*20 см)
5. Костюм доктора и набор доктора

В случае необходимости ткань заменяется на стерильный бинт.

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

Психолог спрашивает, какие любимые игрушки есть у ребенка, и предлагает сделать новую своими руками.

2. «Делаем куколку»

Ребенок вместе с психологом садится за стол, где уже подготовлены материалы для будущей игрушки. Психолог говорит, что сейчас они будут делать куклу, и дает ребенку инструкцию, а также сам делает куклу, чтобы показать ребенку пример. Психолог все показывает поэтапно и при необходимости помогает ребенку.

Инструкция:

1. Отрываем кусок ваты, распушаем ее пальцами, придаем форму шарика.
2. Кладем вату на середину лоскута, отрезаем кусок нити; Оборачиваем вату лоскутом, придаем форму головы, перевязываем ниткой.
3. Обматываем куклу юбкой (цветная ткань размером 10 на 20 см, ниже уровня головы, и завязываем ниткой.
4. Повязываем кукле на голову платок (лоскут 10 на 10 см, сложенный по диагонали). Сверху платка, на уровне шеи, завязываем цветную нитку;
5. Кукла готова.

3. «Поход к врачу»

В этой игре психолог предлагает ребенку представить себя в роли доктора: он должен вылечить куколку, которую сделал психолог.

Также он создает игровую ситуацию: куколка, которую сделал ребенок, заболела, и нужно пойти с ней к врачу. Здесь роль доктора играет психолог, а ребенок должен успокаивать куколку, чтобы она не боялась.

В ходе занятия важно, чтобы ребенок объяснял куколке, почему не стоит бояться лечиться и зачем это надо.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 6 — «Бегемотик»

Цели:

1. Актуализация и снижение страхов перед медицинским персоналом и медицинскими манипуляциями, снижение тревожности.
2. Знакомство со способами, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур.

Материалы для занятия:

Ноутбук или любой другой видеопроигрыватель.

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

Психолог спрашивает ребенка, что он знает о важности лечения и какие способы облегчения боли при лечении ему известны.

Беседа «Зачем и как человеку лечиться, как он сам может помочь лечению?»

В ходе беседы психолог сообщает ребенку, что, к сожалению, человек не всегда бывает здоров.

Также психолог вместе с ребенком вспоминают различные способы лечения (микстуры, таблетки, инъекции и т.д.), обсуждают необходимость лечения строго по правилам и важность профилактических мер.

Важно донести до ребенка, что лечение — это не наказание, а помощь.

Следующим этапом беседы является рассказ психолога о том, как можно облегчить боль во время уколов.

Сделать это можно так:

1. Постараться расслабиться (взять маму или другого человека за руку, прижать к себе любимую игрушку, улыбнуться медсестре; подмигнуть шприцу, который является «другом», потому что делает доброе дело — лечит детей).
2. Во время процедуры представить, что ты не пациент, а супергерой, которому надо пройти испытание.

Далее психолог с ребенком проигрывают эти способы снижения болевых ощущений. Может быть два варианта использования данных знаний в игре: когда ребенок сам берет на себя роль доктора и учит игрушку не бояться, либо когда берет на себя роль пациента.

3. «Бегемот, который боялся прививок»

Психолог предлагает ребенку посмотреть мультфильм «Про бегемота, который боялся прививок» (1966). После просмотра психолог вместе с ребенком обсуждает, почему бегемот боялся прививок, к чему это привело, почему бегемоту было стыдно, почему нужно было сделать прививку.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 7 — «Доктор Айболит»

Цели: актуализация и снижение страхов перед медицинским персоналом и медицинскими манипуляциями, снижение тревожности.

Материалы для занятия:

1. Костюм доктора
2. Игрушечные инструменты доктора
3. Мягкие игрушки животных

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

Психолог спрашивает ребенка, знает ли он сказку К. Чуковского «Айболит», предлагает прочитать или перечитать ее вместе.

2. Чтение и обсуждение сказки К. Чуковского «Айболит»

В упражнении психолог вместе с ребенком читает сказку К. Чуковского «Айболит».

3. «Я могу!»

В этой игре роль доктора на себя принимает психолог. Психолог предлагает ребенку не просто выполнить действия, а представить то, что он может это сделать. В игре ребенок входит в роль пациента.

В воображаемой игровой ситуации ребенок чувствует себя более свободным и не опасается, что у него что-то не получается.

Ситуации: забинтовать руку, выпить горькое лекарство, сделать укол.

4. «Доктор Айболит».

Психолог предлагает ребенку поиграть в игру, где он сам будет врачом и будет лечить разных зверушек. Психолог обыгрывает разные ситуации с игрушками (у кого-то болит зуб, а у кого-то живот). Ребенок сам делает уколы игрушкам или дает им таблетки.

5. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

6. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 8 — «Мне ничего не страшно»

Цель: снижение эмоционального напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, создание положительных установок.

Материалы для занятия:

1. Костюм доктора
2. Набор доктора
3. Мешочек
4. Краски
5. Кисти
6. Листы бумаги
7. Стаканчик с водой

Материалы можно заменить на карандаши или фломастеры в зависимости от возможностей ребенка.

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

Психолог спрашивает ребенка, какие медицинские инструменты он помнит.

2. «Мешочек страхов»

Ребенок достает предметы из мешочка, который ему дал психолог. Достав предмет из пакета, он говорит, чем предмет полезен, для чего нужен.

Предметы:

1. Шприц (без иглы)
2. Таблетки
3. Игрушечный фонендоскоп
4. Медицинские перчатки
5. Градусник
6. Ложечка для осмотра горла

3. «Смешные страхи»

Психолог предлагает ребенку нарисовать различные пугающие его ситуации в больнице. Далее ребенок рассказывает о том, что он нарисовал.

Потом психолог предлагает ребенку сделать свой страх смешным, дорисовав его.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 9 — «Пугаем свой страх»

Цели: актуализация полученных знаний по теме «Способы, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур».

Материалы для занятия:

1. Игрушечный мишка
2. Пластилин (если нет медицинских ограничений)

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. Разыгрывание сценки «Как мишка боялся лечиться»

Психолог вместе с ребенком разыгрывает сценку, где мишка боится выполнять какие-либо медицинские процедуры (по желанию ребенка). Психолог через мишку спрашивает ребенка, как ему перестать бояться и что сделать, чтобы уменьшить боль от процедур (нужно придумать как можно больше вариантов).

3. Игра «Напугай свой страх»

Психолог предлагает ребенку слепить его страх так, чтобы сначала фигурка пугала ребенка и психолога, после чего психолог предлагает напугать страх так, чтобы уже страх испугался ребенка. Если у ребенка возникают трудности, психолог предлагает порычать, покричать на страх.

Далее изображается, что страх очень испугался и больше не хочет пугать ребенка, а хочет быть его другом.

4. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

5. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Занятие № 10 — «Как победить свой страх?»

Цель: закрепление умений и навыков по теме «Способы, которые помогают снизить боль и страх медицинских процедур».

Ход занятия:

1. Приветствие

Ребенок и психолог по очереди сообщают о своем самочувствии и настроении в данный момент.

2. Игра «Врачи» (по замыслу ребенка)

В данной игре ребенку предоставляется свобода выбора, кем он хочет быть, доктором или пациентом. Во время игры еще раз обсуждается важность лечения, соблюдения всех правил, а также способов справиться со страхом и болью.

3. Подведение итогов, обмен впечатлениями

Психолог просит ребенка рассказать о его чувствах, о том, что понравилось, а что нет, что было интересно, а также описать свое настроение на данный момент.

4. Прощание

Психолог и ребенок обмениваются добрыми напутствиями на прощанье.

Ожидаемые результаты

По прохождении детьми коррекционной программы мы ожидаем следующие результаты:

1. Снижение уровня тревожности
2. Снижение уровня страхов
3. Профилактика медицинских страхов

4.2.5. Арт-терапевтическая программа, направленная на коррекцию эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Луспарян М.Р.)

Пояснительная записка

Программа предназначена для детей младшего школьного возраста, находящихся на длительном стационарном лечении. Она способствует коррекции эмоциональной сферы у младших школьников с онкозаболеваниями. Упражнения, подобранные в программе, носят развивающий и терапевтический характер: формируют умение понимать и выражать свои чувства, использовать различные художественные материалы и приемы для рефлексии и отреагирования своего состояния. Программа может быть использована и в работе со здоровыми детьми в развивающих целях.

Индивидуальный формат, безоценочность и отсутствие директивности способствуют включенности ребенка и достижению терапевтического эффекта.

В рамках выполнения самих упражнений у ребенка есть возможность выбирать различные аспекты задания, варьируя программу под свои возможности.

Обратная связь в конце упражнений способствует развитию рефлексии у младших школьников.

Цель: коррекция эмоциональных особенностей у младших школьников с онкозаболеваниями.

Задачи

Терапевтические:

- отреагирование негативных эмоций, связанных с болезнью и пребыванием в стационаре, болезненными процедурами, всевозможными ограничениями, отрывом от привычной среды;
- повышение эмоционального фона.

Обучающие:

- развитие способности к рефлексии;
- развитие навыков самовыражения и спонтанности;
- развитие положительного отношения к взаимодействию со взрослым.

Организация занятий

Программа предназначена для детей 7–11 лет.

Общий объем реализации программы — 12 часов.

Режим занятий — не менее 1 раза в неделю.

Форма занятий — индивидуальная.

Формы диагностики эффективности программы — проведение диагностики в начале и в конце ее прохождения.

Длительность занятий — 40–50 минут.

Методы и приемы

- главный прием: самостоятельная продуктивная деятельность ребёнка;
- дополнительные приемы: объяснение, пояснение, демонстрация.

Проведение занятий в онкологическом стационаре имеет ряд особенностей:

- нестабильное физическое и психологическое состояние детей создает неопределенность и заставляет психолога быть готовым к разным вариантам проведения занятий или к их отмене;
- время занятий может сокращаться из-за быстрой утомляемости ребенка (с 40 мин. до 20);
- время реализации программы может растягиваться;
- отсутствие кабинета создает трудности организации пространства для занятий. Занятия проводятся или в боксе, или в игровой, которая не является изолированной комнатой и в которой может быть много детей. Часто у занятия бывают «зрители» — другие дети и родители;
- занятие может быть прервано приходом врача или процедурами;
- присутствие мамы или других родственников на занятии не предусмотрено, т.к. это сильно отвлекает ребенка. Но иногда родители все же присутствуют на занятиях.

Программа занятий по коррекции эмоционального состояния младших школьников, находящихся на длительном лечении, средствами арт-терапии

План занятий

№	Тема	Методики и упражнения
1	Радости и огорчения	- Радости и огорчения - Мандала - Чувство счастья
2	Рисунок человека	- Рисунок человека - Сказка - Мандала
3	Чувства	- Словарь чувств - Силуэт чувств - Рисунок чувства
4	Сказочное	- Каракули - Рисунок семьи животных - Сказка
5	Страх	- Страхи в домиках - Рисунок страха - Свободное творчество
6	Мое настроение	- Куст роз - Свободная лепка
7	Какой я	- Какой я - Триптих - Мои достижения
8	Игра	- Ладочки - Карта сказочной страны
9	Мой гнев	- 4 кувшина - Рисунок вулкана
10	Самопознание	- Дорисовывание - 4 персонажа - Лепка

Занятие 1, тема «Радости и огорчения»

Цель: развитие рефлексии, повышение эмоционального фона

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	Радости и огорчения	Упражнение проводится в форме беседы. Ответы ребенка записываются. Вопросы: Как ты думаешь, чему больше всего радуются люди? Учителя в школе? А твои друзья? Твои родители? Одноклассники? Врачи? А ты? Далее те же вопросы про огорчения.	Выявление уровня понимания ребенком своих потребностей и потребностей окружающих людей
2	Мандала — раскраска	Ребенку предлагается выбрать мандалу и раскрасить ее теми цветами, которые ему нравятся. Вопросы для рефлексии: Как называется твоя мандала? О чем ты думал, когда ее рисовал? Что ты чувствовал? Что здесь главное для тебя?	- Раскрашивание снимает напряжение, повышает эмоциональный фон; - анализ эмоционального состояния ре-

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
3	«Чувство счастья»	Ребенку предлагается подумать о счастье, о том, какое оно у разных людей. Можно попросить ребенка закрыть глаза и представить себе счастье. В процессе визуализации психолог может задавать уточняющие вопросы (Какого оно цвета? Оно большое или маленькое? Из чего оно состоит?). После визуализации ребенку предлагается нарисовать свой образ счастья.	бенка по ответам на вопросы к рисунку - Достижение ресурсного состояния за счет рефлексии понятия «счастье» и связанных с ним эмоций и переживаний; - закрепление этого опыта в рисовании

Занятие 2, тема «Рисунок человека»

Цель: диагностика представлений ребенка о себе

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	Рисунок человека	Ребенку предлагается нарисовать любого человека так, как он хочет. Когда рисунок закончен, задаются вопросы: Кто этот человек? Где он живет? Есть ли у него друзья? Чем он занимается? Добрый он или злой?	Диагностическая: может дать представление о самых разных сферах развития ребенка (представление о себе, коммуникабельность, тревожность, агрессивность, межличностные отношения, образ тела, полоролевая идентичность)
2	Сказка по рисунку человека	Ребенку предлагается придумать сказку, героем которой будет человек из предыдущего упражнения. Дается пояснение, что сюжет может быть любым, даже волшебным и сказочным. Процесс придумывания сказки ребенком может быть как самостоятельным, так и сопровождаться вопросами. Сказка записывается дословно. В конце сказка перечитывается и обсуждается. Вопросы: Понравилась ли сказка? Какие чувства вызывает? Было ли интересно ее придумывать? Хочется ли что-то изменить или добавить? Если после придумывания сказки ребенок не истощен, упражнение можно расширить: нарисовать сюжет сказки, слепить главных героев и проиграть основные события сказки.	- Актуализация ярких приятных образов, которые станут источником положительных эмоциональных ресурсов; - развитие воображения
3	Мандала	Упражнение является вариацией свободного рисования, в отличие от которого предлагается некоторая структура — круг. Ребенку предлагается зарисовать пустой круг так, как ему хочется. Обсуждается, понравился ли рисунок, какие чувства возникали в процессе рисования.	- Расслабление, снятие эмоционального напряжения; - отреагирование эмоционального состояния; - повышение эмоционального фона

Занятие 3, тема «Чувства»

Цель: работа с чувствами и эмоциями

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	«Словарь чувств»	Ребенку предлагается перечислить все чувства и эмоции, которые он знает. Можно поиграть в игру: психолог рассказывает сюжет, в котором действующее лицо испытывает определенное чувство, а ребенку предлагается назвать это чувство. Важно собрать полный спектр чувств. Внимание обращается на те чувства, которые ребенок называет в самом начале, так как они, скорее всего, являются актуальными. Можно предложить рассказать о ситуациях, в которых он их испытывает. Можно спросить, какие чувства ребенок испытывает в данный момент, а какие — чаще всего. Если ребенку сложно ответить, психолог может рассказать о своих самых частых или самых ярких чувствах.	- Развитие эмоциональной грамотности; - развитие умения понимать свои чувства; - развитие умения соотносить чувства и ситуации
2	«Силуэт чувств»	По итогу упражнения 1 должен получиться список чувств, он перечитывается, и ребенку предлагается присвоить цвет каждому чувству. Потом ребенку предьявляется раскраска в форме пустого контура человеческого тела и предлагается раскрасить его в соответствии с тем, какое чувство в какой части тела он бы разместил.	- Диагностическая: выявление проблемных зон, которые могут стать темой для следующих занятий; - работа с образом тела: символическое соотнесение чувства и части тела через цвет
3	Рисуем или лепим чувство	Ребенок выбирает одно чувство и вид деятельности: лепку или рисование. Предлагается закрыть глаза, представить это чувство (какого оно размера, цвета, формы). Ребенок рисует или лепит этот образ. Обсуждается, как изменилось состояние после этого упражнения.	- Упражнение предназначено для более глубокой работы с чувством; - коррекция эмоционального состояния; - отреагирование негативных эмоций

Занятие 4, тема «Сказочное»

Цель: развитие творческого воображения

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	Упражнение «Каракули»	Ребенку предлагается «покалякать» на бумаге. Вариации: рисовать с открытыми или с закрытыми глазами. Можно повторить это действие 2–3 раза. Обсуждается, что получилось, похожи ли каракули на что-то; Если найден какой-то конкретный образ, его можно дорисовать или стереть. Найденный образ может быть использован в дальнейшей работе. Обсуждается, понравился ли получившийся рисунок, какие чувства он вызывает.	- Развитие спонтанности; - отреагирование негативных эмоций

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
2	Рисунок семьи животных	Ребенку предлагается нарисовать свою семью, но только так, чтобы члены семьи были разными животными. Вопросы: Кто тут нарисован? Где они находятся? Что они делают? Им весело или скучно? Почему? Кто из нарисованных людей самый счастливый? Кто из них самый несчастный? Почему?	Исследования чувств ребенка к членам семьи, которые он может выразить на символическом уровне
3	«Сказка о герое»	Введение: разговор про сказки, какие сказки знает ребенок, есть ли у него любимые сказки и герои. Основной сюжет: ребенку предлагается придумать персонаж, описать его и сочинить про него историю. Если есть затруднения в процессе придумывания сюжета, психолог придумывает по очереди с ребенком — по предложению. Сказка записывается. Подведение итогов: сказка перечитывается, ей дается характеристика: была ли она смешной, или поучительной, или страшной. Какие чувства вызывает у ребенка, переживал ли он за главного героя.	- Актуализация приятных образов, которые станут источником положительных эмоциональных ресурсов; - развитие воображения

Занятие 5, тема «Страх»

Цель: диагностика и преодоление страхов

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	«Страхи в домиках»	Ребенку предлагается лист с изображением двух домиков, красного и черного. Психолог зачитывает список страхов. В черном домике размещаются страшные страхи, в красном — не страшные. После того, как ребенок разместил страхи, черный домик предлагается «закрыть» — нарисовать замок, чтобы страхи не вышли.	- Диагностическая: выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей; - терапевтическая: проговаривание страхов может способствовать их осмыслению
2	Рисунок страха	Ребенку предлагается цветными карандашами нарисовать на листе А4 свой страх и дать ему имя. Предлагается на выбор несколько вариантов избавления от своего страха: уничтожить рисунок (страх); превратить страшное в смешное, дорисовав рисунок; украсить его, чтобы оно само себе понравилось и стало добрым. Обсуждается, что ребенок чувствовал во время избавления и как изменилось его состояние теперь.	- Преодоление негативных переживаний — символическое уничтожение страха; - снижение эмоционального напряжения
3	Свободное творчество	Ребенку предлагается просто порисовать пастелью и карандашами. Если идей у него нет, предлагается задание: нарисуй свое настроение, своего друга, любимое время года и т.д.	- Развитие спонтанности; - развитие творческих навыков и воображения; - достижение ресурсного состояния

Занятие 6, тема «Мое настроение»

Цель: повышение эмоционального фона

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	«Куст роз»	Визуализация: ребенку предлагается закрыть глаза и представить себя кустом роз. Задается максимальное количество уточняющих вопросов, чтобы ребенок представил образ полнее. Предлагается открыть глаза и нарисовать этот образ. Затем ребенка просят описать этот куст. После окончания описания психолог читает каждое утверждение, произнесенное ребенком, и спрашивает, насколько его высказывания от имени куста роз соответствуют его собственной жизни.	- Отреагирование своего эмоционального состояния; - развитие саморефлексии; - развитие воображения
2	Свободная лепка	Упражнение выполняется в свободной форме: перед ребенком кладется пластилин, и предлагается слепить то, что он хочет. После окончания лепки ему предлагают обсудить, что получилось, какие чувства испытывал ребенок, нравится ли ему работать с пластилином.	- Терапевтический эффект: отреагирование негативных эмоций (гнев, агрессия, страх, тревога, вина); - развитие спонтанности и воображения

Занятие 7, тема «Какой я»

Цель: работа с образом себя

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	Игра «Какой я»	Психолог с ребенком по очереди называют свои самые главные качества. Все качества записываются.	- Самораскрытие ребенка и психолога, повышение доверия и улучшение контакта; - рефлексия своей личности, возможность открытия новых положительных качеств; - развитие самопознания
2	«Триптих»	Лист бумаги формата А4 располагается горизонтально и делится на 3 части, так, чтобы центральная часть была больше остальных. Ребенку предлагается вспомнить, каким он был, когда был маленьким, и представить, каким будет, когда вырастет. Конкретный возраст выбирает ребенок самостоятельно. В центральной части ребенок рисует себя в настоящем времени, слева — в прошлом, справа — в будущем. Обсуждается, что было сложнее — рисовать себя в прошлом, настоящем или будущем и почему; какие чувства вызывает каждый рисунок; каким ребенку хотелось быть и почему; что общего у этих трех рисунков.	- Дает возможность ребенку связать настоящее с будущим, представить, что будет после болезни; - дает возможность взять ресурс из прошлого, до болезни, вспомнив, что было тогда, как он себя чувствовал
3	«Мои достижения»	Ребенку предоставляется лист с нарисованным овалом посередине и отходящими от него лучами (10–12 лучей). В центре предлагается написать свое имя, а на лучах — свои достижения.	- Усиление ресурсов; - повышение самооценки

Занятие 8, тема «Мотивация»

Цель: коррекция эмоциональной сферы

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	«Ладони»	Ребенку предлагается обвести свои ладони, одну раскрасить в соответствии с реальным эмоциональным состоянием, вторую — в соответствии с тем, как бы хотелось себя чувствовать.	- Отреагирование своего эмоционального состояния; - развитие эмоциональной грамотности
2	Карта сказочной страны	Ребенку предлагается нарисовать карту сказочной страны (контур, ландшафт), обозначить на ней себя и цель, к которой он хочет прийти в этой стране. Предлагается придумать сказку о том, как по карте добраться до цели. Сказка записывается. Обсуждение: Как называется сказочная страна? Понравилось ли рисовать карту? Труден ли путь до цели? Что мешает и что помогает до нее добраться?	- Повышение эмоционального фона; - развитие воображения; - развитие целеустремленности, мотивации

Занятие 9, тема «Гнев»

Цель: осознание и выражение гнева через творческие упражнения

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	«4 кувшина»	Ребенку предлагается лист А4 с четырьмя нарисованными на нем кувшинами. Кувшины подписаны: «страх», «гнев», «печаль» и «радость». Предлагается выбрать цвет для каждого чувства и отметить «уровень заполненности» каждого кувшина, раскрасив его. Психолог обсуждает с ребенком каждый кувшин.	- Диагностическая: определение субъективного уровня гнева, страха, печали у ребенка; - терапевтическая: рефлексия ребенком своих чувств
2	Рисунок вулкана	Визуализация: ребенку предлагается закрыть глаза и представить себя вулканом. Предлагается подробно представить, каким бы вулканом он был, извергал бы он лаву или был спокойным. После того, как ребенок смог представить себя вулканом, его просят открыть глаза и нарисовать себя вулканом. После рисования предлагается сочинить сказку от имени Вулкана, рассказать о том, как ему живется. Сказка записывается.	Отреагирование гнева через идентификацию себя с вулканом

Занятие 10, тема «Самопознание»

Цель: исследование представлений ребенка о себе

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
1	Игра в дорисовывание	Психолог и ребенок рисуют какой-то образ, по очереди его дорисовывают, пока не получится законченный рисунок. В процессе рисования желательно ничего не обсуждать. Затем следует обсуждение: ребенку задаются вопросы о смысле того, что получилось, может ли он рассказать, что он задумывал, когда рисовал, нравится ли ему то, что получилось.	Развитие воображения

№	Упражнение	Содержание упражнения	Решаемые задачи
2	«4 персонажа»	Ребенку предлагается изобразить себя в образах четырех персонажей — растения, животного, неодушевленного предмета и человека. После окончания всего задания, которое обязательно выполняется на одном листе, необходимо задать следующие вопросы: Что это такое? Что общего между тобой и этим персонажем? Что общего между всеми образами?	- Исследование самопрезентации ребенка; - самопознание ребенка
3	Лепка из пластилина	Ребенку предлагается слепить персонажей из предыдущего упражнения. Когда персонажи готовы, предлагается придумать сюжет или разыграть сценку между ними.	- Укрепление психологических ресурсов; - возможность отреагировать чувства ребенка в игре

4.2.6. Коррекционная программа по стабилизации эмоционального состояния детей с онкологическими заболеваниями (Куртанова Ю.Е., Сивакова А.Е.)

Пояснительная записка

Коррекционная программа разработана для детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями, находящихся на длительном лечении. Программа направлена на коррекцию эмоциональной сферы.

Актуальность программы: эмоциональное состояние детей с онкологическими заболеваниями характеризуется высоким уровнем тревожности, депрессивными состояниями, астенией и негативным самоотношением.

Цель программы: стабилизация эмоционального состояния детей с онкологическими заболеваниями.

Задачи программы: снижение тревожности, депрессивных тенденций, астении и повышение эмоционального фона.

Особенности входной и контрольной диагностики

Для оценки эффективности коррекционной программы можно использовать следующие методики:

1. Методика «Домики» О.А. Орехово
2. Шкала явной тревожности А.М. Прихожан
3. Шкала оценки дистресса (DRS) С.К. Пател (S.K. Patel) (в адаптации Н.С. Никольской, А.Е. Хаин и др.)
4. Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич

Условия реализации коррекционной программы

Программа, направленная на коррекцию эмоциональной сферы детей с онкологическими заболеваниями, проводится психологом в медицинских учреждениях.

Программа состоит из 10 коррекционных занятий, которые проводятся 2 раза в неделю, продолжительность — 40–45 минут.

Материалы

Для проведения коррекционной программы необходимы следующие материалы:

1. Краски, кисти, цветные карандаши, фломастеры и бумага
2. Пластилин
3. Игра «Палитра чувств»
4. Методика «Азбука настроения»
5. Заготовленные стимульные материалы для упражнений
6. Плакат желаний
7. Плакат чувств

Тематический план

Коррекционная программа, которая направлена на стабилизацию эмоционального состояния, состоит из 10 занятий. Форма — групповая в очном и дистанционном формате.

Для оценки эффективности коррекционной программы необходимо провести два диагностических занятия до и после проведения коррекционных занятий.

Структура занятий:

1. Приветствие и введение в тему занятия
2. Основная часть
3. Рефлексия
4. Подведение итогов и прощание

Общий план занятий

№	Тема занятия	Методики и упражнения
1	Знакомство	- Упражнение для знакомства - «План желаний» - Техника «Каракули или штриховка»
2	Мое настроение	- Упражнение «Настроение» - Рисуем свое настроение
3	Преодолей свой страх	- Упражнение «Что такое страх?» - Страхи под замком - Мои страхи
4	Кто я?	- «Нарисуй свой портрет» - 4 персонажа
5	Управляй своим гневом	- Упражнение «Что такое негативные эмоции?» - «Кувшины эмоций» - «Рисуем собственный гнев» - Мандала
6	Мои ресурсы	- Упражнение-игра - Методика с пластилином
7	Я и мои эмоции	- «Плакат чувств» - «Силуэт чувств»
8	Счастье	- Упражнение «Что такое счастье?» - Мое счастье - «Нарисуй свое счастье»
9	Образ будущего	- «Нарисуй себя» - Рисунок Я-настоящего и Я-будущего
10	Мои достижения и мечты	- Какой я? - Мои достижения - Цветик-семицветик - Обратная связь

Содержание коррекционной программы

Занятие № 1, тема «Знакомство»

Цель: знакомство, снятие эмоционального напряжения, стабилизация эмоционального состояния, релаксация

№	Методики и упражнения	Содержание методик и упражнений	Решаемые задачи
1	Упражнение для знакомства	Первое простое упражнение направленно на первичное знакомство. Психолог просит детей называть свои имена и 3 любых слова, которые их характеризуют. Данное упражнение воспроизводится по кругу. Следующая инструкция: «По-	- Знакомство детей друг с другом и психологом; - снижение чувства дискомфорта и смущения; - установление контакта;

№	Методики и упражнения	Содержание методик и упражнений	Решаемые задачи
		думай, что ты хочешь в данный момент, и скажи, что первое придет в голову». Данное упражнение также выполняется по кругу.	- создание психологически комфортной и непринужденной атмосферы
2	Путешествие в мир эмоций	Психолог осведомляет детей о том, чему будут посвящены их занятия, на что они будут направлены и какие темы будут затронуты. Цель и задачи занятий. Определение термина «эмоции». Далее психолог просит детей подумать о том, что бы они хотели получить в ходе занятий.	- Познакомить ребят друг с другом и с психологом; - выстроить доверительные отношения внутри группы детей и с психологом; - создать безопасную и комфортную атмосферу в группе
3	«Каракули или штриховка»	В ходе работы детям предлагается свободно водить карандашом по листу бумаги без цели. В итоге получается сложный «клубок» линий, в котором можно увидеть какой-либо образ, либо абстракцию. Получившийся образ можно развить, дополнить, дорисовать, а также выразить свои чувства и ассоциации в связи с этим образом, сочинить историю о нем и т.п.	- Развитие воображения, фантазии; - сплочение группы за счет включения в совместное фантазирование; - снятие эмоционального напряжения
4	Подведение итогов и прощание	Психолог просит ребят по очереди рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для каждого ребенка, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	- Саморефлексия; - оценка собственной работы на занятии

Занятие № 2, тема «Мое настроение»

Цель: осознание своих чувств и эмоций, снятие эмоционального напряжения

№	Упражнение	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Игра-упражнение «Азбука настроения — инсценировка»	Психолог просит рассказать детей о настроении, с которым они пришли на занятие, и подумать о том, что могло повлиять на него. Далее психолог раскладывает перед детьми заранее подготовленные картинки, на которых изображены лица людей и животных с разными эмоциями. Инструкция: «Скажите, какая эмоция и настроение у данного человека/животного? Давайте придумаем вместе разные ситуации, приводящие к тому или иному настроению, и разыграем их вместе. Как вы думаете, почему у данного персонажа такое настроение? И давайте подумаем, как мы можем помочь человеку/животному поднять его настроение (в случае с негативными эмоциями)».	- Осознание собственного эмоционального состояния; - развитие эмоционального интеллекта; - развитие эмпатии; - снижение эмоционального напряжения
2	«Рисуем свое настроение»	Инструкция: «Нарисуй свое настроение, что ты испытываешь на данный момент. Нарисуй образ твоего настроения, чтобы он полностью отражал твое состояние. Далее опиши свое настроение словами — какое оно? Почему оно такое? А какое настроение ты бы хотел?»	- Осознание своего актуального эмоционального состояния; - формирование рефлексивных умений; - возможность самостоятельно изменять свое эмоциональное состояние

№	Упражнение	Содержание упражнений	Решаемые задачи
		Теперь измени этот рисунок так, чтобы он изображал то настроение, которое ты хочешь для себя. Изменить нужно именно этот рисунок. Можно дорисовать новые детали или зарисовать его полностью, покрутить лист и увидеть с нового ракурса другую картину. Можно порезать и переклеить части в другом порядке, меняйте свое настроение любым способом! Главное, чтобы в итоге получилось именно такое настроение, которое бы хотел иметь сейчас».	
3	Подведение итогов и прощание	Психолог просит ребят по очереди рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для каждого ребенка, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	- Переосмысление и закрепление полученных знаний о себе; - саморефлексия; - оценка своей работы на занятии

Занятие № 3, тема «Преодолей свой страх»

Цель: преодоление страхов, снижение тревоги

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение «Что такое страх?»	Проводится индивидуальная работа с каждым ребенком. Для введения в тему занятия психолог спрашивает: «Что такое страх? Как ты думаешь, чего бояться дети? А взрослые?» Психолог объясняет ребенку, что все чего-то бояться, и просит его рассказать о том, чего боится он. Если психолог видит трудности у ребенка, то он может первый поделиться своими страхами.	- Формирование доверительного отношения; - снижение напряжения
2	Страхи под замком	Ребенку предлагается лист с изображением двух домиков, красного и чёрного. В черный домик помещаются самые сильные страхи, которые испытывают дети, а в красный домик — не самые сильные. Психолог зачитывает список страхов. После того, как ребенок разместил свои страхи, черный домик предлагают «закрыть», нарисовать замок, чтобы страхи не вышли наружу.	- Диагностика преобладающих страхов у детей; - осмысление страхов благодаря их озвучиванию; - формирование представления о собственных страхах; - репрезентация собственных страхов через страхи других людей
3	Мои страхи	Ребенка просят нарисовать свой страх и дать ему имя. Далее предлагается на выбор несколько вариантов избавления от своего страха: уничтожить рисунок (страх); превратить страшное в смешное, дорисовав рисунок; украсить его, чтобы оно само себе понравилось и стало добрым. Следующим шагом задаются вопросы: Что ты чувствуешь сейчас? Что ты испытывал, когда избавлялся от страха? Как изменилось твое состояние сейчас? Ты сейчас боишься свой страх?	- Отреагирование страхов; - символическая победа над актуальным страхом, его уничтожение; - снижение эмоционального напряжения, тревоги

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
4	Подведение итогов и прощание	Психолог просит ребенка рассказать, с какими чувствами и настроениями он уходит; что ему понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь ребенку, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	- Закрепление навыков рефлексии; - оценка собственной работы

Занятие № 4, тема «Кто я?»

Цель: самопознание ребенка

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение «Нарисуй свой портрет»	Инструкция: «Расположите лист вертикально, нарисуйте овал, размером приблизительно с ваше лицо. На месте глаз нарисуйте то, на что вам нравится смотреть; на месте носа — какие запахи вам нравятся; на месте рта — что вы любите есть, какая еда вам нравится; на месте ушей — какие звуки вы любите слушать; на месте лба — о чем вам нравится думать или мечтать». Далее идет обсуждение каждого рисунка.	Раскрытие собственного «Я»; - саморефлексия; - поиск внешних ресурсов
2	4 персонажа	Инструкция: «Изобразите себя в образах четырех персонажей, а именно представьте себя в виде какого-то растения, животного, неодушевленного предмета и сказочного персонажа. Главное, чтобы каждый персонаж вам подходил и был похож чем-то на вас». В ходе выполнения упражнения задаются вопросы: Что это такое? Что общего между вами и этими персонажами? Какими качествами обладают данные персонажи?	Познание своих личностных характеристик; исследование самопредставления и самопрезентации ребенка
3	Прощание и подведение итогов	Психолог просит ребят рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для каждого ребенка, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	- Саморефлексия; - переосмысление полученных знаний; - оценка своей работы на занятии

Занятие № 5, тема «Управляй своим гневом»

Цель: осознание и выражение негативных чувств с помощью методов арт-терапии

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение «Что такое негативные эмоции?»	Психолог спрашивает у детей: «Какие вы знаете негативные эмоции? В каких ситуациях они появляются? А что вам хочется сделать, когда вы испытываете гнев, страх, печаль и т.п.?»	- Актуализация знаний об эмоциях; - саморефлексия и самопознание

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
2	«Кувшины эмоций» Ю.Б. Гиппенрейтер	Детям предлагается стимульный материал с четырьмя нарисованными на нем кувшинами. Кувшины подписаны: страх, гнев, печаль, радость. Предлагается выбрать цвет для каждого чувства, отметить «уровень заполненности» каждого кувшина и раскрасить его. Далее происходит обсуждение и сравнение одного кувшина с другим.	- Выявление эмоций гнева, страха, печали; - рефлексия собственных чувств, их осознание и материальное выражение
3	«Рисуем собственный гнев»	Инструкция: «Вспомните ситуации (человека), которые заставляют вас злиться, испытывать раздражение или злость. Попробуйте почувствовать, где находится ваш гнев, как он выглядит. Может быть, он представляется в вашей голове в виде какого-то образа, предмета. Можете ли вы его изобразить в виде рисунка или слепить из пластилина?» Далее происходит обсуждение полученного рисунка или скульптуры. После завершения работы задаются следующие вопросы: Что изображено на рисунке? Что за скульптуру ты слепил? Что ты чувствовал, когда рисовал или лепил свой гнев? У детей спрашивают, что бы они хотели сделать с рисунком. Рисунки можно рвать, мять, изменять, дорисовывать или рисовать новый. Предлагается поговорить от лица нового (измененного) рисунка.	- Отреагирование гнева через идентификацию с образом; - выражение негативных эмоций, высвобождение от гнева
4	Мандала	Детям предлагается упражнение свободного рисования, а именно зарисовать пустой круг так, как они сами пожелают. После того как рисунок мандалы будет закончен, происходит обсуждение (понравился ли рисунок, как себя чувствует ребенок).	- Расслабление, снятие эмоционального напряжения; - осознание своего актуального эмоционального состояния; - повышение эмоционального фона
5	Прощание и подведение итогов	Психолог просит ребят рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для каждого ребенка, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	- Саморефлексия; - переосмысление полученных знаний; - оценка своей работы на занятии

Занятие № 6, тема «Мои ресурсы»

Цель: поиск внутренних ресурсов, познание себя

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение-игра	Сейчас мы с вами немножко поиграем. Инструкция: «Первая игра называется “Имена-качества”». Каждый придумывает себе качество характера, личности, которое начинается на первую букву вашего имени. Например, Лариса — любовь, Сер-	- Включение всех детей во взаимодействие; - сплочение группы; - снижение эмоционального напряжения

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
		гей — скромность». Упражнение выполняется по кругу. Вторая игра называется «На что похоже настроение». Дети по кругу говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже настроение. Например, «мое настроение похоже на пушистое белое облако в голубом летнем небе». В конце игры дети обобщают, какое же настроение у всей группы: злое, веселое и т.п.	
2	Методика с пластилином	Психолог предлагает детям вспомнить пять своих хороших качеств. Для каждого своего качества нужно выбрать разные цвета пластилина. Далее психолог просит детей слепить человечка, используя выбранные цвета. Важно, чтобы человечек мог стоять на ногах. После выполнения работы психолог задает каждому ребенку вопросы: Тебе нравится твой человечек? Что бы ты хотел в нем изменить? Что он делает? Что он чувствует? Что он хочет прямо сейчас? Далее детям предлагается дополнительная инструкция: «А давай представим, что у твоего человечка день рождения! И ему нужно подарить подарок, а так как ты его создатель, то первый подарок будет от тебя! Слепи, пожалуйста, из пластилина, что бы ты ему хотел подарить, и скажи, чем ему будет полезен твой подарок».	- Развитие воображения; самопознание через осознание своих хороших качеств; - повышение самооценки и собственной значимости; - развитие навыков рефлексии; поиск ресурсов и мотивации
3	Прощание и подведение итогов	Психолог просит ребят рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для детей о проведенном занятии.	Рефлексия собственной работы в ходе занятия

Занятие № 7, тема «Я и мои чувства»

Цель: психологическая работа с чувствами и эмоциями. Развитие эмоционального интеллекта

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение «Плакат чувств»	Психолог предлагает детям вспомнить, какие существуют эмоции, чувства, а также ситуации, в которых они появляются. Нужно наделить каждое чувство абстрактным символом, картинкой. Далее все предложенные детьми чувства, эмоции, ситуации записываются на стикеры и размещаются на «плакате чувств».	- Развитие эмоционального интеллекта; - формирование навыка осознания собственных чувств; - развитие конгруэнтности между ситуациями, эмоциями и чувствами; - развитие эмоциональной грамотности
2	«Силуэт чувств»	«На листе бумаги вы видите силуэт человека, только его контур, очертание. Я прошу вас заполнить силуэт эмоциями и чувствами. Найдите	- Выражение и отреагирование собственных чувств и эмоций;

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
		каждому из них соответствующие место и цвет. Придумайте название для вашего рисунка и короткий рассказ от имени любого чувства, которое вы изобразили».	- проявление творческих возможностей, воображения и фантазии; - самоидентификация, представление схемы собственного тела
3	Прощание и подведение итогов	Психолог просит ребят рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для каждого ребенка, чтобы подвести итог работы, похвалить, подчеркнуть достижения.	-Рефлексия полученных знаний и собственной работы; - актуализация эмоционального состояния

Занятие № 8, тема «Счастье»

Цель: развитие навыков рефлексии, повышение эмоционального фона

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Что такое счастье? Составление плаката «Счастье»	Психолог спрашивает: «Что такое счастье? Как вы думаете, что делает людей счастливыми?» Все ответы записываются на стикеры и помещаются на плакат «Счастье».	- Актуализация знаний о чувствах и эмоциях; - развитие рефлексии
2	Мое счастье	Задача ребят вспомнить и записать пять дел (занятий, состояний, увлечений), которые им нравятся и приносят удовольствие. Потом ответить на вопросы: А что именно вам нравится в этом деле? Почему это приносит вам удовольствие?	- Формирование собственного представления о себе; - развитие навыка саморефлексии
3	«Нарисуй свое счастье»	А теперь давайте нарисуем свое счастье. У каждого оно свое, это может быть абстрактный рисунок, какой-то образ и т.п. Главное, чтобы оно отражало ваше понимание счастья. После проделанной работы задаются вопросы: Что ты чувствуешь, глядя на свой рисунок? Про что твой рисунок? Что ты испытывал, когда его рисовал?	- Позитивное мышление, визуализация; - актуализация своих потребностей и желаний; - достижение ресурсного состояния за счет рефлексии понятия «счастье» и связанных с ним эмоций и переживаний
4	Прощание и подведение итогов	Психолог просит ребят рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для детей о проведенном занятии.	- Рефлексия полученного опыта и собственной работы; - самопознание

Занятие № 9, тема «Образ будущего»

Цель: формирование мотивации, поиск ресурсов, развитие рефлексии

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия.	Инструкция: «Сейчас вы будете рисовать. Сначала нарисуете плохого мальчика или плохую девочку. Будете рисовать черным и коричневым каранда-	Изучение самооценки и общего эмоционального отношения к себе

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
	<p>«Нарисуй себя» А.М. Прихожан, З. Василюскайте</p>	<p>шами. Выберите эти карандаши и покажите их мне, а оставшиеся уберите. (Необходимо убедиться, что все дети это сделали.) Чем хуже будет мальчик или девочка, которого вы нарисуете, тем меньше должен быть рисунок. Совсем плохой займет очень мало места. Но все равно должно быть ясно, что это рисунок человека. Начинаем рисовать».</p> <p>После того, как все дети закончили рисовать, дается следующая инструкция: «А теперь отложите те карандаши, которыми вы рисовали, и возьмите красный и синий. Покажите мне их. (Необходимо убедиться, что все дети правильно поняли и выполнили эту инструкцию.) Этими карандашами вы нарисуете хорошего мальчика или хорошую девочку. И чем лучше будет девочка или мальчик, тем больше должен быть рисунок. Очень хороший займет весь листок. Начинаем рисовать».</p> <p>Инструкция, даваемая перед третьим рисунком: «На оставшемся листке каждый из вас нарисует себя. Себя вы можете рисовать всеми карандашами. Возьмите все карандаши в руку и покажите мне. Начинаем рисовать».</p> <p>После завершения всей работы с детьми проводится беседа, которая содержит вопросы о том, рисовать какой рисунок понравилось больше всего, а какой — меньше всего и почему. Какой рисунок, по мнению ребенка, получился лучше всего, а какой хуже? Кто ему больше всего нравится — хороший или плохой мальчик/девочка? Каким ребенок хотел нарисовать себя? Что он может рассказать о себе? Что ему больше всего в себе нравится? А что он хотел бы в себе изменить? Что он лучше всего умеет? А что не умеет? Чему хотел бы научиться? Как он думает, сможет ли он этому научиться? Что для этого требуется? И т.д.</p>	
2	<p>Образ будущего</p>	<p>Психолог дает детям следующую инструкцию: «Нарисуй себя сейчас, какой ты? Что ты чувствуешь? О чем мечтаешь? Что делаешь? А теперь представь себя в будущем, какой ты? Что ты чувствуешь? О чем мечтаешь? Что делаешь?»</p> <p>По окончании проводится небольшая беседа, в ходе которой дети делятся впечатлениями. В конце задается несколько уточняющих вопросов: Что общего в этих образах? Что их объединяет? Что тебе поможет достичь своего образа будущего?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Возможность представить себя в будущем для формирования связи между настоящим и будущим; - усиление веры в себя и свои собственные ресурсы; - развитие навыков саморефлексии; осознание собственных сил и возможностей в достижении образа «я-будущее»; - возможность связать настоящее с будущим, представить, что будет после болезни

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
3	Прощание и подведение итогов	Психолог просит детей рассказать, с какими чувствами и настроениями они уходят; что им понравилось в проведенном занятии, а что нет; что было интересного и запоминающегося. Соответственно, психолог дает обратную связь для детей о проведенном занятии.	- Укрепление навыков рефлексии; - переосмысление знаний, полученных в ходе занятия

Занятие № 10, тема «Мои достижения и мечты»

Цель: укрепление ресурсов и успехов

№	Упражнения	Содержание упражнений	Решаемые задачи
1	Приветствие и введение в тему занятия. Упражнение «Какой Я?»	Психолог по очереди спрашивает у детей: «Какой ты? Назови свои главные личностные качества». Все качества записываются детьми на листе бумаги, чтобы они были прямо перед ними.	- Самораскрытие; - рефлексия своей личности, возможно, открытие новых положительных качеств; - развитие самопознания; - усиление внутренних ресурсов; повышение самооценки
2	Мои достижения	Детям предоставляется возможность нарисовать любой цветок с 10–12 лепестками. В центре предлагается написать свое имя, а на лучах — свои достижения, успехи в различных сферах.	- Повышение самооценки и самоценности; - усиление ресурсного состояния
2	Цветик-семицветик	Психолог просит детей представить, что в их руках цветок с 7 волшебными лепестками и желания, записанные на каждом лепестке, обязательно сбываются. Каждый ребенок записывает на лепестках по одному желанию, а всего их должно быть семь.	- Актуализация собственных потребностей и желаний; - возможность обрести фундамент для мотивации; усиление психологических ресурсов
3	Обратная связь	В конце всего занятия делается упор на личностные качества, достижения и мечты каждого ребенка, чтобы сформировать внутреннюю опору, уверенность в своих силах. Далее психолог дает возможность всем по кругу поделиться своими чувствами, впечатлениями о проведенных занятиях, сравнить свои ожидания, с ходом занятий, оценить собственную продуктивность и успехи на них.	- Закрепление навыков рефлексии; - закрепление ресурсного состояния; - повышение собственной продуктивности и ценности

4.2.7. Формирование навыков совладающего поведения у подростков с хронической почечной недостаточностью (Куртанова Ю.Е., Иларионова Ю.В.)

Цель программы: сохранение, укрепление, формирование навыков совладающего поведения и повышения уровня жизнестойкости.

Основные параметры коррекционной работы

1. Форма работы — групповая. В отличие от индивидуальной работы, работа в условиях группы позволяет подросткам ощутить большую автономность и за счет этого удовлетворить потребность в независимости и сохранении границ собственного пространства. Кроме того, работа в группе обеспечивает подросткам возможность взаимной поддержки, что актуально в рамках стационара, где они дистанцированы от семьи и друзей.

2. Тип группы — полужакрытая естественная группа. Из-за особенностей условий стационарного лечения группа по своему составу является нестабильной. Но в то же время определено некоторое

количество участников, которые могут быть задействованы во всех занятиях на всем протяжении коррекционной работы.

3. Характер воздействия — не директивный.

4. По продолжительности программа — короткая (до 15 встреч). Каждая встреча — 1–1,5 часа, 3 раза в неделю.

5. Принцип коррекции — «снизу вверх». При реализации этого принципа целью основных упражнений коррекционной работы будет тренировка уже сформированных психологических способностей. Этот подход реализуется следующим образом: желаемое поведение подкрепляется, нежелательное игнорируется (отсутствует какое-либо подкрепление, в том числе и негативная оценка).

6. Учет особенностей участников. Участники коррекционной работы — это интеллектуально сохранные подростки с хроническими соматическими заболеваниями, которые не имеют медицинских противопоказаний к обучению по общеобразовательным программам.

7. Содержание занятий. Каждое занятие предполагает не более трех упражнений. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому. Содержание, структура, продолжительность занятия учитывают утомляемость участников.

8. Структура занятия. Каждое занятие состоит из следующих частей:

— Знакомство — приветствие (только для первого занятия). Цель: установление контакта, командообразование.

— Разминка (на каждом занятии). Цель: снижение уровня психоэмоционального напряжения, активизация работы в группе, развитие внимания и памяти.

— Основная часть занятия — проведение упражнений, игр и пр., в соответствии с разработанной программой. Цель: отработка упражнений, направленных на решение основных задач программы.

— Завершающая часть — рефлексия, обратная связь. Прощание. Цель: ретроспективная оценка занятия.

Коррекционная программа разработана с учетом возрастно-психологических особенностей, особенностей здоровья, выявленных «мишеней» воздействия и ограничений.

Содержание: коррекционная работа рассчитана на 18–19 часов (12–13 занятий). Продолжительность одного занятия 1–1,5 часа, 3 раза в неделю. Численность группы не более 10 человек.

Занятие № 1 (знакомство)

Цель: знакомство с участниками, установление контакта, командообразование.

Упражнение «Шеренга»:

Ход упражнения. По команде ведущего участникам необходимо выстроиться в шеренгу по определенному признаку:

- первой букве имени, по алфавиту
- месяцу рождения
- числу рождения
- размеру обуви;
- по цвету одежды (от светлой к темной)

и т.д.

Обсуждение: Трудно ли вам было выполнять это упражнение? Почему? Какую роль вы избрали для себя? Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна?

Время: 20–25 минут.

Оборудование: нет.

Упражнение «Имя + 3 мои любимые вещи / предмета»

Ход упражнения: участники передают по кругу какой-нибудь предмет (игрушку, мяч). Тот, у кого в руках он оказывается, называет свое имя и 3 вещи/предмета, которые он/она любит.

Время: 10–15 минут.

Оборудование: игрушка, мяч.

Упражнение «Поменяться местами»

Цель упражнения: помочь участникам ближе узнать друг друга.

Ход упражнения. Ведущий выходит в центр круга. Участники сидят в своих креслах. При этом свободного (запасного для ведущего) кресла нет. Ведущий предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает общим признаком. Например: «Пересядьте все те, кто родился весной».

Тогда все, кто родился весной, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга (вначале это ведущий), должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре без места, продолжает игру.

Обсуждение: Как вы себя чувствуете? Как ваше настроение? Не правда ли, общего в нас больше, чем различий?

Время: 10–15 минут.

Оборудование: нет.

Упражнение «Аплодисменты» (проводится в конце каждого занятия)

Цель: эмоциональная разрядка участников в конце занятия.

Ход упражнения. Ведущий: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее». Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого, и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Время: 5 минут.

Оборудование: нет.

Занятие № 2

Разминка: упражнение/игра «Лобстер»

Участник берет из колоды (с различными изображениями) одну карту никому не показывая, вставляет ее в бумажную ленту, которую затягивает на лбу у соседа. Получается, сосед не видит свою карточку, а все остальные участники видят. И он им задает вопросы, на которые они могут ответить только «да» или «нет». Задача — отгадать изображение на своей карте.



Рис. 1. Игра «Лобстер»

Упражнение «Чувство»

Ход упражнения. Упражнение состоит из трех частей и строится по принципу «от легкого к сложному».

1. Ведущий показывает участникам карточки с изображениями детей.

Инструкция: «Какое чувство или эмоцию испытывает этот ребенок (мальчик/девочка)?» Участники угадывают. Нужно показать 3–4 изображения. Последней следует показать карточку с изображением «радости».

Обсуждение: «Что такое (называется чувство)? Давайте вспомним, когда вы испытываете (называется чувство/эмоция)? Что вас больше всего удивляет, печалит и т.д.? Давайте вспомним стихотворения/сказки/песни, в которых персонажи испытывают радость».

2. Ведущий раздает участникам заготовки и просит изобразить любое чувство/эмоцию по своему выбору. После чего участники называют, что они изобразили (можно попробовать поугадывать).

Обсуждение: Легко ли понять, какое чувство выражает другой человек? Что при этом в его поведении помогает, что мешает? Легко ли самому выражать чувство? Есть ли разница в выражении позитивных и негативных чувств?

Время: 30–35 минут.

Оборудование: дидактические карточки «Маленький гений (Эмоции)», цветные карандаши, листы формата А4 с заготовкой.



Рис. 2. Дидактические карточки «Эмоции»

Упражнение «Создание гербов»

Ход упражнения. Каждому из участников необходимо создать свой личный герб, после чего на основе личных гербов создается общий герб группы.

Ведущий читает инструкцию: «Вам необходимо нарисовать свой личный герб, можно использовать символы, различные цвета, форму и пр. Но, важное условие, герб должен состоять из 4 частей:

- что я хорошо умею делать;
- что для меня важно в жизни;
- мои мечты;
- слова, которые я хочу услышать».

Далее участникам дается от 20 минут (можно согласовать с ребятами достаточность времени), затем всех просят замолчать. Ведущий предлагает участникам сначала подготовить эскиз на черновике, а затем исполнять чистовой вариант герба. Если возникают вопросы, то можно задать их только ведущему, который подходит к участникам и помогает справиться с заданием. Завершив рисование гербов, участники рассказывают о них.

Далее ведущий просит участников выбрать на свое усмотрение одну часть из своего герба (цвет, форму, символ, текст и т.д.). И совместно с ведущим рисуется один общий герб класса/группы в виде эскиза.

Обсуждение: Что было трудно, что легко? Как рождались и воплощались идеи?

Время: 40–45 минут.

Оборудование: листы формата А4, карандаши, ручки, игра «Лобстер».

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 3

Разминка: упражнение/игра «Ку-ква-ре-муу!»

У каждого из игроков есть спрятанная карта с каким-то животным и открытая стопка. Каждый ход игрок переворачивает одну карту стопки. Если вдруг у кого-то за столом есть такая же наверху, то играется дуэль-совпадение. Нужно быстро-быстро прокричать так, как кричит спрятанное животное этого игрока.



Рис. 3. Игра «Ку-ква-ре-муу!»

Упражнение «Сиамские близнецы»

Ход упражнения. Ведущий задает вопрос: «Знают ли участники, кто такие сиамские близнецы?» Если они об этом не слышали, то необходимо рассказать, что очень редко, но все же случается, что рождаются сразу не просто два ребенка, а дети, сросшиеся между собой. Но современная медицина способна их разделить, и они живут, как и все остальные. Но в древние времена врачи еще не умели делать такие операции. Поэтому сиамские близнецы жили всю жизнь не только душа в душу, но и имея почти общее тело.

Далее ведущий узнает мнение участников по данному вопросу: «Трудно ли так жить? В чем заключается трудность? В каких ситуациях им (близнецам) нужно было проявлять согласованность в совместных действиях? Наверняка такие братья или сестры становились просто гениями общения, ведь чтобы сделать хоть что-нибудь, им приходилось все согласовывать и подстраиваться друг под друга и т.д.»

После того как эмоциональное отношение к проблеме высказано, выполняется само упражнение.

Участники разбиваются на пары. Тонкой лентой связываются руки двух участников. Участникам необходимо нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только той рукой, которая привязана к партнеру. Участникам даются карандаши или фломастеры разного цвета, по одному в несвободную руку. Тема рисунка выбирается самими участниками.

Ведущий предупреждает участников, что будет оценивать не только качество полученной картины, но и течение самой работы: были ли споры и конфликты между игроками, одинаковое ли участие они принимали в работе (что легко оценить по количеству на картинке цвета, которым рисовал каждый из участников), обсуждали ли дети сюжет рисунка, порядок рисования и т.д.

Обсуждение: Трудно ли им было работать и понравилось ли им создавать картину вместе? Можно остановиться на ошибках каждого в сотрудничестве.

Время: 20–25 минут.

Оборудование: тонкие ленты, листы формата А4, карандаши, ручки.

Упражнение «Коллективное рисование»

Ход упражнения. Участникам группы предлагается нарисовать общий рисунок. Необходимо договориться о теме рисунка, кто какую часть будет рисовать. Задача — не мешать друг другу. Время рисования ограничено по времени (10 минут).

Обсуждение: Что изображено на рисунке? Что получилось, что нет? Хватило ли времени? Если нет, то почему? Трудно ли было работать и понравилось ли создавать рисунок?

Время: 15–20 минут.

Оборудование: лист формата А2, цветные карандаши.

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 4

Цель: научить четко осознавать свои цели, расставлять приоритеты, планировать.

Разминка: упражнение/игра «День вождей»

Первый игрок бросает кубик и ходит на выпавшее число клеток вперед. Далее он же тянет карточку с заданием. Нужно попробовать выполнить это задание. Если игрок выполнил задание, то фишка остается стоять на месте. Если задание не было выполнено, фишка отодвигается на столько клеток, сколько стрелок нарисовано на карте. Выигрывает тот, кто первый доберется до конца поля — финиша с магазином игрушек.



Рис. 4. Игра «День вождей»

Упражнение «Звездное небо моего будущего»

Ход упражнения: участники составляют список того, что им хотелось бы сделать в будущем, отвечая на вопросы «Чего я хочу достичь в жизни?», «К чему я стремлюсь и к чему мне хотелось бы стремиться?», «Что для меня наиболее важно из этого списка?». Для этого необходимо:

1. Определить, как далеко в будущее вы хотите заглянуть. Может быть, вам интересно увидеть свою жизнь через год или два, а может быть — через десять лет?
2. Подумать, чего вы хотите достичь за это время. Что вы хотите создать? Чему научиться? Кем стать? От чего вы хотели бы отказаться или освободиться?
3. Представьте себе, что каждая важная цель этого жизненного отрезка является звездой на пути жизни, по которому вы идете. Когда вы доходите до очередной звезды, можете сказать себе: «Это я уже сделал!» Выбирайте только такие цели, которые для вас позитивно окрашены и достойны того, чтобы к ним стремиться. Причем их должно быть не больше шести-восьми.
4. Расставьте их в нужной временной последовательности и обозначьте каждую звезду несколькими ключевыми словами.
5. Отвечая на следующие вопросы, участникам необходимо дорисовать свое «звездное небо» (можно на примере одного из участников):
 - Как вы сейчас относитесь к своим целям?
 - Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем?
 - Какие препятствия вам предстоит преодолеть?
 - На какую помощь вы можете рассчитывать?
 - Какие местности вам придется пересечь на своем пути: цветущие и плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места?
 - Будете ли вы добиваться своих целей в одиночестве или с кем-нибудь?
 - Насколько они сочетаются друг с другом?
 - Где вас подстерегают опасности?
 - Откуда вы будете черпать силы для того, чтобы достичь желаемого?

Обсуждение: Понравилось ли вам это упражнение? Что было трудно выполнять? Почему?

Время: 40–45 минут.

Оборудование: листы формата А3 и А4, стикеры в форме звезды, ручки, карандаши, линейка, игра «День вождей».

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 5

Разминка: упражнение/игра «Головоноги»

В начале игры карты необходимо положить стопкой на центр стола (кон) рубашкой вверх. Каждый игрок по очереди берет из этой колоды по одной карте, показывая ее всем участникам. Открытые карты следует складывать на кон в новую стопку лицом вверх.

Каждому новому выложенному «головоногу» нужно придумать имя. Делает это тот игрок, который его открыл. Причем имя может быть абсолютно любым, совсем не обязательно связывать его с внешним видом «головонога». В том случае, если выложен «головоног», для которого имя уже придумано, участники должны выкрикнуть это имя. Игрок, который первый правильно его произнесет, забирает всю колоду открытых карт с кона, формируя из них свою «победную» кучу. Складывать карты в «победную» кучу следует стопкой рубашками вниз.



Рис. 5. Игра «Головоноги»

Упражнение «Пластилиновая методика»

Ход упражнения. Участникам дается инструкция: «Я знаю, что у вас есть много положительных качеств, выберите и назовите только пять из них». Далее участникам необходимо подобрать к каждому качеству свой цвет. После чего необходимо слепить фигуру человека из пластилина, только тех цветов, которые были выбраны. Условие: фигура человека должна быть в полный рост и в положении стоя.

На втором этапе необходимо слепить этому человечку подарок. Используя уже любое количество пластилина и любого цвета.

Третий этап: всем участникам необходимо поставить свои фигурки на одну общую поверхность.

Обсуждение. Каждый из участников (по желанию) рассказывает о своем человечке: какие он использовал цвета, какие определил качества, какой подарок он слепил и т.д.

Время: 40–50 минут.

Оборудование: пластилин, бумага формата А4, шариковые ручки, игра «Головоноги».

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 6

Разминка: упражнение/игра «Лобстер» (см. выше)

Упражнение/игра «Форма, цвет, размер»

Ход упражнения:

1. Знакомство с фигурами игры. Участники определяют, в чем сходство, в чем отличие фигур.

2. Ведущий раскладывает на поле фигуры (от 2 до 5 шт.). Участникам дается 10 сек., чтобы запомнить разложенные фигуры, и далее необходимо по памяти их нарисовать.
3. Логические задачи: участникам необходимо подобрать следующую фигуру в логическом ряду.
4. Разложить на поле все фигуры по своим местам.



Рис. 6. Игра «Форма, цвет, размер»

Время: 50–65 минут.

Оборудование: игра «Форма, цвет, размер».

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 7

Упражнение «Раскрашивание мандал»

Ход упражнения. Участники выбирают мандалы-раскраски (количество не ограничено). Задание участникам: раскрасить мандалу на свое усмотрение. В процессе занятия включается спокойная музыка.

Время: 50–65 минут.

Оборудование: мандалы-раскраски.

Занятие № 8

Разминка: упражнение/игра «Ку-ква-ре-муу!» (см. выше)

Упражнение «Рассерженные шарики»

Ход упражнения. Ведущий раздает детям надувные шарики (заранее надутые): «Ребята, представьте, что надувной шарик — это тело человека, а находящийся в нем воздух — чувства раздражения, гнева, напряжения. Скажите, может ли сейчас (дети держат завязанные шарики) воздух входить и выходить из него? Что случится, когда чувство раздражения, напряжения переполнит человека? (Шарик лопнет, а у человека — произойдет эмоциональный срыв или он совершит какой-либо агрессивный поступок.) А может ли человек, который переживает психоэмоциональное напряжение или раздражение, оставаться спокойным, продуктивно думать, что-то качественно, хорошо выполнять?»

Ведущий лопаёт свой шарик. «Что случилось с шариком? Что вы почувствовали, когда лопнул шарик? Может ли такой способ выражения раздражения, снятия эмоционального напряжения быть безопасным? Почему? Ребята, если шарик — это человек, то лопающийся шарик означает какой-нибудь агрессивный поступок, например, споры, конфликты, недовольство другими и собой. А теперь давайте надуем еще один шарик (ведущий надувает шарик), но не будем завязывать его, а просто будем крепко держать его в руке, не выпуская воздух. Вы помните, что шарик — это человек, а воздух внутри него — это чувство раздражения, тревоги, напряжения. А теперь выпустим из шарика немного воздуха и снова его зажмем. Вы заметили, что шарик уменьшился? Взорвался ли шарик, когда из него выпустили воздух? Можно ли такой способ выражения чувств считать более безопасным? Почему? Остался ли шарик целым? Напугал ли кого-нибудь? Какой вывод вы можете сделать после данного упражнения? На какие размышления оно вас натолкнуло?»

Обсуждение: в рамках упражнения.

Время: 10 минут.

Оборудование: надувные шарик.

Упражнение — рисуночная техника «Моя осень, мой стресс»

Цель: понимание участниками, что такое стресс как психофизиологический феномен; определение стрессогенных факторов, с которыми участники постоянно или периодически сталкиваются в различных областях жизнедеятельности; осознание участниками показателей (маркеров), по которым определяется состояние стресса.

Ход упражнения. Ведущий: «Что такое стресс? Стресс — это такое состояние эмоционального и физического напряжения, которое возникает у человека в определенных трудных ситуациях. При этом нет такого человека, который не испытывал стресса. Каждый из нас сталкивается с ним. Также очень часто человек испытывает подавленное состояние, раздражение, уныние именно в осенний период, когда на улице дождливо, пасмурно и серо.

Сделаем это следующим образом: вам необходимо будет сделать аппликацию из листьев деревьев на тему «Моя осень, мой стресс».

На своем рисунке вы можете изобразить образ, свое видение, понимание стресса. Это может быть что-то конкретное, может быть пример из жизни. Не спешите, подумайте некоторое время над тем, что вы изобразите, и приступайте рисовать. Каждый работает самостоятельно».

Обсуждение: Трудно ли вам было работать и понравилось ли вам создавать рисунок? Как вы относитесь к рисунку: он вам нравится, симпатичен (чем?), не нравится (что в нем не нравится), вы его боитесь и т.п.? Где вы на этом рисунке? Как вы взаимодействуете со своим стрессом (боретесь с ним, противостояте ему, убегаете от него, стресс овладел вами, вы в стрессе, вы приручили свой стресс, вы подружились с ним, он вам безразличен)? Изображены ли на рисунке факторы, влияющие на возникновение стресса? Каковы они?

Время: 20 минут.

Оборудование: листы формата А4, цветные карандаши, сухие листья деревьев.

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 9

Упражнение/игра «Форма, цвет размер»

Ход упражнения:

1. Знакомство с фигурами игры. Участники определяют, в чем сходство, в чем отличие фигур.
2. Необходимо на время разложить фигуры, указанные в карточке, по своим местам. Карточки составлены таким образом, что группировка фигур идет по признаку форма/цвет, размер/цвет.

Пример карточки: 6 красных фигур / 6 синих фигур; 3 больших квадрата / 3 маленьких круга / 3 больших круга.

Время: 50–65 минут.

Оборудование: игра «Форма, цвет, размер».

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 10

Разминка: упражнение/игра «Ку-ква-ре-муу!» (см. выше)

Упражнение «Лопание шариков»

Ход упражнения. Каждому участнику раздается по одному надувному шарик и шариковой ручке. Ведущий говорит: «Представьте, что к шарик прилепились все ваши плохие черты и качества. Напишите, пожалуйста, на шарике эти качества!»

Участникам необходимо написать не менее 3–5 качеств.

После выполнения задания ведущий предлагает детям «избавиться» от этих качеств — лопнуть шарик с помощью специальной игры. Можно предложить выбрать себе помощника (ориентироваться на желание участника!). Шарик необходимо лопнуть специальными палочками, но чтобы воспользоваться палочкой, взамен участнику необходимо придумать способы совладания со своими «плохими» качествами. Количество палочек определяет сам участник, но оно также зависит от того, лопнул шарик или нет.

Время: 20–25 минут.



Рис. 7. Игра для лопания надувных шариков

Оборудование: воздушные шарик, шариковые ручки, игра для лопания шариков.

Упражнение «Карточки с положительными качествами»

Ход упражнения: все участники садятся в круг. Ведущий раздает всем одинаковое количество карточек. На карточках написано по одному положительному качеству. Задача каждого участника — на свое усмотрение раздать все карточки другим участникам.

После завершения каждый участник вскрывает свои карточки и говорит, согласен он с этим качеством или нет (в формате обсуждения: почему нет? почему да? и т.д.).

Время: 15–20 минут.

Оборудование: карточки с названиями качеств.

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 11

Упражнение «Чувство времени»

Ход упражнения. Участникам группы предлагается угадать, сколько прошло времени. Ведущий: «Давайте проверим, насколько у каждого из вас развито чувство времени. Закройте, пожалуйста, глаза и постарайтесь после моей команды “начали” уловить тот момент, когда пройдет минута. При этом не надо считать про себя. Как только, с вашей точки зрения, минута пройдет, поднимите руку и откройте глаза. При этом продолжайте сидеть молча до тех пор, пока все не откроют глаза. Итак, начали».

На листе бумаги (с рисунком циферблата часов) ведущий отмеряет время, когда остается 20 секунд, Ведущий начинает отмерять указкой время на шкале часов. Таким образом, участники, открывшие глаза в тот момент, когда, по их мнению, закончилась минута, наглядно видят, на сколько секунд они ошиблись в ту или иную сторону, т.е. как работают их внутренние часы.

Обсуждение: Почему у кого-то получилось больше/меньше секунд? Как вы в жизни чувствуете время? Часто ли вы опаздываете? Умеете организовать свой день? Как? Что помогает?

Время: 5–7 минут.

Оборудование: секундомер.

Упражнение «Кто быстрее?»

Ход упражнения. Группа должна быстро построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры:

- квадрат;
- треугольник;
- ромб;
- букву;
- птичий косяк.

После завершения построения участникам необходимо оценить, за какое время они справились с заданием.

Обсуждение: Трудно было выполнять задание? Что помогло при его выполнении?

Время: 10–15 минут.

Оборудование: нет

Упражнение «Поиск сходства»

Ход упражнения. Все участники делятся на 2 команды. Каждая команда должна написать на листе черты сходства в своей команде и затем черты различия. Время ограничено (ориентироваться на участников). Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. Учитывается количество названных сходств и их качество.

Обсуждение. Надо постараться подвести участников к мысли, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

Время: 20–25 минут.

Оборудование: листы формата А4, карандаши.

Упражнение «Аплодисменты»

Занятие № 12 (подведение итогов)

Упражнение «Таблица Шульте»

Ход упражнения. Каждому участнику необходимо быстро и последовательно найти числа в таблице от 1 до 25. Каждый участник имеет три подхода, задача — улучшить свое время.

Обсуждение: Трудно или легко было выполнять задание? Какой подход показался легче? Волновались или нет при выполнении упражнения?

Время: 20–25 минут.

Оборудование: таблица Шульте, карандаш.

Упражнение «Чепуха»

Цель: получение обратной связи от участников.

Ход упражнения. Каждый участник получает лист бумаги и пишет на нем ответ на вопрос ведущего (отвечать нужно применительно к занятиям, которые были пройдены), после чего загибает лист таким образом, чтобы его ответ не был виден, и передает своему соседу. Тот письменно отвечает на следующий вопрос, вновь загибает лист и передает дальше. Когда вопросы закончились, каждый участник разворачивает лист, оказавшийся у него в руках, и вслух, читает записанные на нем ответы.

Перечень вопросов:

1. Кто?
2. Где?
3. С кем?
4. Чем занимались?
5. Как это происходило?
6. Что запомнилось?
7. Какое было настроение?
8. Что не получалось?
9. И что в итоге получилось?

Обсуждение: попросить участников высказаться, какой из получившихся текстов показался им наиболее интересным.

Время: 15–20 минут.

Оборудование: листы формата А4, шариковые ручки.

Упражнение «Письма-сердечки»

Ход упражнения. Участники вырезают из цветной бумаги письма-сердечки (или иные фигуры), на которых пишут благодарности группе и разные пожелания. Уходя, каждый вывешивает свое сердечко на ватман.

Время: 20–25 минут.

Оборудование: цветная бумага, ножницы, фломастеры.

Упражнение «Аплодисменты»

Прощание. Все берутся за руки. Ведущий желает группе успешного дня, удачи, хорошего настроения и благодарит за работу.

Глава 5. Помощь семье и поддержка родителей детей с хроническими соматическими заболеваниями

5.1. Коррекционно-психологическая помощь родителям детей с онкологическими заболеваниями на этапе ресоциализации (Щербакова А.М.)

Понятие родительской компетентности

Создание **оптимальных условий** для развития ребенка младшего школьного возраста требует от родителей определенной степени психолого-педагогической компетентности.

Владение родительской компетентностью предполагает умение объективно видеть личностные и возрастные особенности детей, распознавать их эмоциональные состояния, выбирать и реализовывать адекватные способы взаимодействия с ними. Особую роль здесь играет наличие таких способностей, как рефлексия и эмпатия (способность поставить себя на место другого, в данном контексте — ребенка) при учете возрастно-психологических особенностей детей.

Компетентность характеризуется единством когнитивного, эмоционального и волевого аспектов деятельности, направленной на реализацию ценностных установок субъекта. Если говорить о родительской компетентности, то важнейшей установкой родителя является *ценностное отношение к ребенку как к «значимому Другому»*. От компетентного родителя требуется занятие воспитательной родительской позиции с учетом готовности к оценке и переоценке своего жизненного опыта, а также собственных актуальных возможностей. А.С. Спиваковская говорит о следующих требованиях к оптимальной родительской позиции:

1. Достаточный и необходимый уровень интеллектуального и духовного развития родителей — для передачи опыта, знаний, навыков, традиций, культурных ценностей детям
2. Направленность на удовлетворение основных потребностей детей в материальном и духовном плане
3. Адекватность оценки и принятие психических и физических возможностей и особенностей ребенка
4. Умение выстраивать и поддерживать комфортные внутрисемейные взаимоотношения
5. Формирование стиля воспитания таким образом, чтобы в его основе лежало сбалансированное сочетание заботы, контроля, уважения к ребенку и его особенностям, понимание этих особенностей, постоянный уровень требовательности по отношению к ребенку, дисциплины
6. Гибкость стиля воспитания (способность родителей изменять формы и методы общения и воздействия на ребенка применительно к изменяющимся ситуациям и условиям жизни в семье)
7. Прогностичность — направленность воспитательных и образовательных усилий в будущее ребенка, в его дальнейшую жизнь

Психологические проблемы родителей детей с онкологическими заболеваниями, влияющие на успешность реинтеграции в социум после продолжительного лечения

Тяжелое инвалидизирующее заболевание ребенка, постановка ему онкологического диагноза — серьезное испытание для родителей. Помимо того, что эта ситуация требует от них моральных и физических усилий, финансовых затрат, это еще и чрезвычайно сильное психотравмирующее событие. Если же инвалидность оказывается тяжелой и необратимой, а нужды ребенка высоки, перед родителями встает необходимость переосмысления всего образа жизни с учетом нужд и потребностей тяжелобольного ребенка.

По уровню переживаемый при этом стресс можно сравнить с ситуацией потери близкого. Ведь родителю ребенка с инвалидностью приходится прощаться со сформированным ранее представлением о ребенке, его будущем, своей жизни с ним.

В разработке проблематики онкологического заболевания в детском возрасте и вопросов психологической помощи в этой ситуации долгое время на первый план выходили психологические трудности

заболевших детей, вопросы же психологического здоровья их родителей оставались в стороне. Однако несомненно, что для успешной реадaptации ребенка к социуму, его оптимального развития в рамках имеющихся возможностей ему требуется проводник — взрослый, как правило, родитель. Очевидна необходимость учитывать психологическое состояние, в котором этот родитель находится, и, при необходимости, оказывать психологическую помощь ему.

Принципиальной особенностью такой психологической работы является невозможность возврата к психологическому состоянию родителя и его образу жизни, характерному для периода «до диагноза». Родители находятся под влиянием сильнейшей тревоги и чувства беспомощности, сталкиваются со стигматизацией, сложностями в семейной и профессиональной сферах, проблемами в питании ребенка, нехваткой сна и времени для повседневных домашних дел. Вследствие длительности лечения детей от онкологического заболевания они часто слишком истощены, чтобы быть требовательными, терпимыми и эмоционально доступными.

Психологические последствия заболевания и процесса лечения, сказывающиеся на ребенке, затрагивают и других членов семьи: родителей, прародителей, сиблингов. Родитель же, находившийся в стационаре вместе с ребенком, переживает практически те же социально-психологические последствия, что и сам больной:

- теряются социальные связи, что вызывает ощущение покинутости, возрастают неуверенность в себе, замкнутость;
- необходимая забота преобразуется в гиперопеку по отношению к ребенку, возникает симбиотическая связь с ним;
- постоянное желание контролировать любую сферу жизни ребенка и невозможность реализации этого порождает чувство беспомощности;
- искажается представление о реальных возможностях ребенка (особенно в случае его инвалидизации).

На этапе ремиссии семья продолжает испытывать последствия перенесенного стресса. Посттравматические стрессовые реакции, осложненные «Дамокловым синдромом» (включающим чувство неопределенности в отношении здоровья ребенка и опасения рецидива болезни), характеризуются снижением настроения, сохранением страха за здоровье и жизнь, боязнью снова попасть в больницу. Такое состояние может сохраняться многие годы после острого периода заболевания. Ощущение особой уязвимости и ранимости, безусловно, накладывает глубокий отпечаток на внутрисемейное взаимодействие, а также на качество и темпы ресоциализации. Все вышесказанное свидетельствует о критическом снижении ресурсов родителей, в то время как семья призвана стать реабилитационной средой для ребенка. Очевидно, что ближайшие родственники не меньше, чем дети, перенесшие онкологическое заболевание, нуждаются в программах психосоциальной реабилитации, направленных на повышение их реабилитационного потенциала.

Психологический реабилитационный потенциал понимается как готовность личности использовать имеющиеся возможности (ресурсы) для восстановления.

Отсюда целью ресурсноориентированной коррекционно-психологической работы является содействие обретению родителями детей младшего школьного возраста с онкологическими заболеваниями способностей и качеств, способствующих повышению успешности реинтеграции в социум после продолжительного лечения ребенка, а именно облегчить как родителю, так и самому ребенку процесс ресоциализации в постстационарном периоде.

Методические указания к работе по психологической поддержке родителей детей с онкологическими заболеваниями

Специфика проблем родителей детей с онкологическими заболеваниями определяет порядок, содержание и методы работы с ними.

Перечислим наиболее существенные проблемы, на решение которых следует направить внимание.

1. *Утрата* (или ослабление) *навыка открытой коммуникации* в семье. Актуальной становится работа со страхом общения.

2. *Симбиотическая созависимость* в системе «ребенок-родитель», сопряженная с сохранением эмоциональной замкнутости родителя и ребенка друг на друге. Такое положение дел влечет искажение представления о себе у ребенка, может затруднять процесс формирования его «Я», влиять на самооценку. Актуальна работа с готовностью родителя принять необходимость сепарации ребенка.

3. *Гиперопека*, определяемая страхом родителя перед расширением сфер жизнедеятельности ребенка вследствие устойчивого представления об опасности окружающего мира. Ребенок, не сумевший вернуться в социум или не отпущенный туда родителем, вынужден «перестать» быть ребенком, заблокировать свою потребность во взаимодействии с другими детьми, как будто превратиться во взрослого. В этой ситуации важна работа с прояснением реалистичного представления родителя о возможностях ребенка, снижением чувства опасности окружающего мира.

4. *Ригидность в способах решения задач*, неспособность соотнесения эффективности избираемых стратегий с актуальными условиями жизни: стратегия, адаптивная в стационаре, без критики переносится во внестационарное пространство, а там она уже не работает, что вызывает фрустрацию. Работа по повышению открытости новому опыту требует обращения к такому компоненту жизнестойкости, как «принятие риска».

5. *Неумение (и/или нежелание) говорить с ребенком о его болезни*. Нужно ли детям знать диагноз? И как сообщить им об этом, в какой форме? Исследования адаптации детей с онкологией в ситуации лечения показали существенное значение для эмоционального состояния ребенка не только знания о болезни, но и информирования о симптомах болезни, локализации опухоли, возможных функциональных нарушениях, методах и перспективах лечения. Подобная «открытость» взрослых позволяет избежать любого детского тревожного фантазирования на тему «что же на самом деле со мной происходит?», помочь ребенку направить все силы на исполнение предписания врачей, стать активным участником процесса лечения и реабилитации не только в стационарном, но и в постклиническом периоде.

Нужно отметить, что сложность обсуждения темы болезни в постстационарный период состоит еще и в том, что многие родители сами желают поскорее «забыть» пережитое, поэтому в избегании таких сложных разговоров есть не только забота об эмоциональном спокойствии ребенка, но и собственный страх соприкосновения со сложными чувствами, боязнь не совладать с подавляемыми эмоциями. Здесь психологическая работа должна включать помощь родителям в выявлении собственных переживаний, передачу способов регуляции эмоционального состояния, а также формирование способности поддерживать диалог с ребенком в доступной тому и щадящей манере.

Личностному росту родителей во встрече с обозначенными сложнейшими проблемами способствует групповая форма психокоррекционной работы (рекомендуемый состав группы — 6–8 человек).

Преимущества групповой формы психологической работы:

1. Группа представляет собой социум в миниатюре.
2. Групповой опыт противодействует переживанию отчуждения, помогает решению межличностных проблем.
3. В группе человек может обучаться новым умениям, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров.
4. Группа дает возможность получения обратной связи.
5. В группе участники получают поддержку не только от психолога-тренера, но и друг от друга в силу схожести проблем.
6. Группа облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания.

Преимущество отдается развивающим групповым психокоррекционным методикам, ориентированным на потенциальные ресурсы личности, обеспечивающим личностный рост и развитие. В ходе занятий закрепляются навыки конструктивного, содержательного общения, а также распознавания, объективной оценки и регуляции своих чувств. Эффективным является обращение к арт-средствам, помогающим определить образ обсуждаемых проблем.

В качестве диагностического материала на входе и выходе из программы могут быть использованы Госпитальная шкала тревоги и депрессии, методика И.М. Марковской «Взаимодействие родителя и ребенка», авторская техника выявления индивидуального содержания сложных понятий (А.М. Щербакова). При необходимости проведения диагностических мероприятий программа расширяется до 7–8 занятий.

Наиболее важным условием проведения психокоррекционной работы становится установление доверительного контакта с родителями, отношений сотрудничества, актуализация мотивации само- и взаимопомощи на основе эмпатического сопереживания участникам, переполненным сложными чувствами, страхами, неуверенностью и болью.

Диагностика в широком смысле, фиксация исходного уровня проблем, определение конкретных и достижимых целей позволяют отследить даже минимальные позитивные изменения, что способствует предупреждению разочарования, реалистичной оценке проведенной работы.

Список литературы

1. *Спиваковская А.С.* Психотерапия: игра, детство, семья. Т. 2. М.: ООО «Апрель Пресс»: Издательство «ЭКСМО-Пресс», 1999. 462 с.
2. *Щербакова А.М.* Отношение подростков с девиантным поведением к лицам с ограниченными возможностями здоровья // Известия Иркутского государственного университета (серия «Психология»). 2017. Т. 20. С. 91–102. URL: <http://izvestiapsy.isu.ru/ru/article?id=622>
3. *Щербакова А.М.* Психологические аспекты реабилитационной среды // Другое детство: сборник научных статей. М.: МГППУ, 2009 С. 239–249. URL: http://psyjournals.ru/files/64068/sbornik_drugoe_detstvo.pdf
4. *Щербакова А.М., Василькова Е.А.* Пути формирования совместной продуктивной деятельности родителя и ребенка с нарушением развития // Вопросы психического здоровья детей и подростков, 2021. № 3 (21). С. 27–36. URL: <https://www.psychildhealth.ru/2021-03.html>
5. *Щербакова А.М., Тадевосян Н.Н.* Реабилитационный эффект программы Therapeutic Recreation для ее участников, перенесших онкологические и гематологические заболевания // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2018. Т. 18. № 3. С. 62–75. URL: <http://psychildhealth.ru/2018-03.pdf>

5.2. Программы психологической реабилитации и поддержки родителей

5.2.1. Программа психологической поддержки матерей младенцев перед родственной трансплантацией печени (Куртанова Ю.Е., Козлова К.А.)

Целями программы является повышение субъективного благополучия матерей младенцев перед родственной трансплантацией печени, а также формирование у них адекватного отношения к болезни ребенка.

Задачи программы:

- эмоциональная поддержка матерей;
- помощь в адаптации к актуальной ситуации, в которой находятся матери и их дети;
- создание безопасного пространства, где матери могут говорить о своих чувствах и проблемах;
- формирование у матерей позитивного образа будущего.

Структура программы: 6 встреч, каждая из которых посвящена отдельной теме, но соответствует задачам программы; длительность каждой встречи — 30 минут.

Форма работы: групповая, мини-группы по 3–5 человек.

Каждое занятие по программе состоит из нескольких упражнений, которые ведущий (психолог) предлагает выполнить мамам. В случае, если мамы отказываются выполнить определенное упражнение, оно может быть заменено или исключено, в своей работе ведущий ориентируется на состояние мам и их готовность к выполнению заданий.

Тематический план программы психологической поддержки матерей младенцев перед родственной трансплантацией печени

Программа психологической поддержки матерей младенцев перед родственной трансплантацией печени	
Встреча 1. Введение и знакомство	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, распечатанные и разрезанные или вырезанные из журналов картинки с изображениями различных предметов (машина, дерево, животное, предмет, пейзаж, слово, фотография человека, абстракция и др.)
Содержание встречи	1. Ведущий представляется, объясняет, что наши встречи — это группа психологической поддержки, где каждая участница и ее история важны, где не будет критики, наставлений, но будет участие и внимание.

	<p>2. Упражнение «Круг-знакомство» Ведущий озвучивает задание: «Каждая участница по очереди называет свое имя и одно качество, которое ее характеризует, на первую букву своего имени». Пример: «Я Анна, я — активная». Мяч передается по кругу.</p> <p>3. Упражнение «Я похож на...» Ведущий объясняет задание: «Выберите одну картинку, назовите, что это и чем вы на этот предмет похожи». Задание выполняется по кругу, всеми участниками по очереди, можно пройти несколько кругов и выбрать несколько карточек.</p> <p>4. Круг-беседа «Моя история» Ведущий предлагает участницам по очереди рассказать в узком кругу поддержки свою историю — почему их дети находятся в больнице, как давно они здесь, что для них самое сложное, какие радости есть в их жизни. Каждая участница может рассказать другим только то, что сама готова озвучить.</p> <p>5. Упражнение «Подарок» После историй, рассказанных мамами друг другу и ведущему, необходимо восстановить ресурсное состояние. Ведущий предлагает всем участникам тренинга по очереди сделать другим участникам (лично каждому, кому-то отдельно или всем вместе) подарок — назвать его на словах или обыграть жестом, движением. Подарок может быть нематериальным, например: «Я дарю тебе большую коробку с удачей». Он может быть забавным: «Дарю тебе целый бассейн с золотыми рыбками». Или какой-то другой. Тот, кому дарят подарок, может поблагодарить, ответить.</p> <p>6. Заключение: «Круг-рефлексия» Ведущий пускает по кругу мягкую игрушку и просит мам поделиться своими ощущениями от первой встречи, а также ожиданиями по поводу будущих встреч.</p>
Встреча 2. Антистресс	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, небольшие листочки бумаги (можно разрезать лист А4 на 4 части), фломастеры или ручки, мусорная корзина / ведро / коробка
Содержание встречи	<p>1. Приветствие «Зажимы по кругу» Цель: снятие мышечных зажимов, напряжения. Участницы сидят на стульях, расставленных в круг. По команде психолога напрягают левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, обе ноги, поясницу, все тело. Напряжение в каждом отдельном случае должно быть сначала слабым, потом постепенно нарастать до предела. В таком состоянии предельного напряжения участники остаются несколько секунд (15–20), потом по команде психолога сбрасывают напряжение — полностью расслабляют напряженный участок тела.</p> <p>2. Упражнение «Мусорная корзина» Цель: избавление от негативных эмоций. Ведущий раздает мамам листочки и ручки (фломастеры), в центр круга ставится мусорная корзина. Ведущий обращается к мамам с просьбой написать на бумаге те негативные эмоции, которые имеются в настоящий момент у участников (каждый указывает свои эмоции). Ведущий спрашивает, кто хочет поделиться и рассказать другим участницам содержание своей записки, дает высказаться тем, кто хочет это сделать. После этого бумажки выбрасываются в мусорную корзину. В конце упражнения корзина убирается в сторону (но на видное место).</p> <p>3. Упражнение «Дом» Ведущий дает мамам задание: нарисовать дом, в котором каждый член семьи будет частью этого дома. Ведущий поддерживает мам, говорит, что можно начать рисовать, а потом придумать образы — кем будет сама мама — может, стеной, а может, дверью, — кем будут другие члены семьи, кем будет ее ребенок. Потом мамы садятся вместе, показывают рисунки и по очереди рассказывают, кто из членов семьи какую</p>

	<p>роль в доме выполняет. Ведущий делает акцент на том, какой частью дома «является» ребенок. Ведущий спрашивает: какую роль в доме выполняет эта часть дома? Почему ребенок «стал» именно этой частью дома? Ведущий делает акцент на том, что ребенок уже сейчас — важная часть семьи, что он уже вместе со своей семьей, что у него есть свое важное место, позитивное влияние. Ведущий говорит, что операция — это возможность поддержать свой дом, вылечить его, и после операции он станет еще крепче.</p> <p>4. Введение ежедневной практики «Дневник благодарности» Ведущий предлагает мамам начать вести дневник, в котором они каждый день записывают по крайней мере одну вещь, за которую они благодарны. Это может помочь им фокусироваться на положительных аспектах жизни, даже в сложные моменты. Для пробы, мамы по кругу, передавая игрушку, говорят о том, за что они благодарны сегодня.</p> <p>5. Рефлексия: чувства после тренинга, новые мысли, какая практика понравилась больше всего.</p>
Встреча 3. Мир чувств	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, листы А4, половинки А4 (можно разрезать), ручки, кисти, краски гуашь, стаканчики для воды
Содержание встречи	<p>1. Приветствие «Замечательный день» Ведущий приветствует мам и предлагает продолжить фразу, перекидывая друг другу игрушку и обращаясь ко всем участникам: «Привет, сегодня замечательный день, потому что...» Следующая участница повторяет высказывание предыдущей и придумывает свое продолжение.</p> <p>2. Методика «Новая игра — новая радость» Ведущий предлагает участницам вместе придумать новую игру, в которую можно играть с ребенком в больнице. Это может быть идея для создания новой игрушки из подручных материалов, идея для простой игры в палате, идея для сложной игры, в которой могут принимать участие несколько мам. На обсуждение у мам есть 15 минут. Потом они презентуют новую игру для ведущего. Ведущий предлагает попробовать реализовать эту идею.</p> <p>3. Упражнение «Пейзаж эмоций» Ведущий предлагает заняться рисованием. Мама берет первый листок, краски, на нем они должны нарисовать пейзаж, который отражает их эмоциональное состояние в самое непростое время, когда они узнали о болезни ребенка, когда что-то не получилось так, как хотелось. Мама кладет свои работы на стул посередине круга и могут, по желанию, рассказать о своем пейзаже, почему они выбрали именно это место, время года, такую погоду. После этого мамы снова садятся рисовать и рисуют пейзаж, который связан с самым светлым, радостным чувством, когда все удалось, пришла помощь, решилась сложная проблема. Мама с ведущим обсуждают позитивные рисунки, делятся светлыми событиями. Ведущий желает мамам как можно чаще оказываться в светлом, прекрасном месте со второго пейзажа.</p> <p>4. Рефлексия: чувства после тренинга, новые мысли, какая практика понравилась больше всего.</p>
Встреча 4. Мой ребенок	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, листы А4, кисти, краски гуашь, стаканчики для воды, пластилин
Содержание встречи	<p>1. Приветствие: «Мне кажется, в детстве ты была...» Ведущий называет тему занятия и предлагает в самом начале побывать в своем собственном детстве. Мама кидает друг другу игрушку, говорят при этом «Мне кажется, в детстве ты была...» и предлагают свои варианты: «Мне кажется, в детстве ты была отличницей / спортсменкой / непростым ребенком...», — а та, кому бросили мячик, может ответить, так ли это и как было на самом деле.</p>

	<p>2. Рисунок «Мой ребенок — мой цветок» Ведущий говорит мамам, что их детство было забавным, интересным или сложным, а теперь они взрослые и они сами — мамы. Ведущий предлагает мамам нарисовать на листах картину «Мой ребенок — мой цветок», изобразив своего уникального, как все цветы, особенного ребенка. После мамы рассказывают друг другу о своих цветах-детях.</p> <p>3. Лепка на тему «Подарок моему ребенку» Ведущий говорит, что каждый из детей в чем-то очень-очень нуждается. Мама могут взять пластилин и вылепить фигурку, которая будет значить «подарок моему ребенку», то, что они хотят подарить. Можно слепить что-то материальное, можно подарить ребенку «здоровье», «силу», «любовь». Мама могут рассказать о своих подарках.</p> <p>4. Рефлексия: чувства после тренинга, новые мысли, какая практика понравилась больше всего.</p>
Встреча 5. Мои ресурсы	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, листы А4, кисти, краски гуашь, стаканчики для воды
Содержание встречи	<p>1. Приветствие «Я сегодня лучше, чем вчера» Мама передают мяч по кругу и каждая приветствует другую, начиная с фразы «Я сегодня лучше, чем вчера, потому что..»</p> <p>2. Сказкотерапия «Сказка о моем ребенке» Вместе с ведущим каждая мама сможет написать сказку о своем ребенке, записав его историю и придумав к ней счастливый финал. Ведущий предлагает мамам написать сказку об их детях, описать их историю как есть — отразить в сказке болезнь, борьбу с болезнью и будущую победу, но переложив на сказочный лад. Ведущий дает мамам шаги, по которым каждая сможет написать сказку. Шаги для написания сказки (нужно написать ответы на вопросы): 1) Когда это случилось? 2) Где все это происходило? 3) Кто главный герой? (Можно придумать метафору про ребенка, например, «зайчонок» или «одна маленькая девочка» и др.) 4) Что с ним случилось? (Можно придумать метафору болезни.) 5) Как поступил главный герой? 6) Кто ему помог? 7) Чем все закончилось? После ведущий предлагает прочитать ребенку эту сказку. (Можно читать ее сейчас, пока он в больнице, и потом, когда ребенок подрастет и будет лучше понимать смысл слов.)</p> <p>3. Упражнение «Три кита» Ведущий предлагает мамам взять кисти и краски и нарисовать трех китов. Они могут плавать в океане, лететь по небу или даже отдыхать на траве, быть любого цвета и размера. После ведущий рассказывает, что в древнем мире люди считали, что Земля держится на трех китах. Киты символизировали опору, основу, поддержку. Дайте своим китам имена, которые будут означать тот ресурс, ту поддержку и основу, которая является надежной опорой в вашей жизни. Потом мамы рассказывают о своих китах, называют их «имена». Ведущий предлагает мамам чаще обращаться к своим «трем китам».</p> <p>4. Рефлексия: чувства после тренинга, новые мысли, какая практика понравилась больше всего.</p>
Встреча 6. Мое будущее в моих руках	
Материалы	Мягкая игрушка для передачи по кругу, заготовленный плотный мешочек, в котором лежат различные фигурки, маленькие вещи (количество больше, чем число участ-

	<p>ников), например, игрушечная машинка, фигурка собачки, цветной камушек, бусы, ракушка и другое), листочки, ручки, конверты (по количеству мам)</p>
<p>Содержание встречи</p>	<p>1. Приветствие «Никто не знает, что я...» Ведущий говорит, что мы уже давно знакомы, но у каждой участницы наверняка есть еще секрет, загадка, которая касается, возможно, сегодняшнего дня, может быть, самого человека, а может быть, всей его жизни. Мамы по кругу приветствуют друг друга и говорят «Никто не знает, что я...» — и дополняет фразу, например: «...записалась на танцы».</p> <p>2. Упражнение «Волшебный мешочек — добрый знак» Ведущий по кругу предлагает мамам вытянуть из мешочка по одному предмету и сохранить его у себя в руках. Этот предмет — какой-то символ, какой-то добрый знак на будущее. После того, как каждая вытащила свой знак, мамы по кругу рассказывают, что они вытащили, как они трактуют свой «добрый знак», что они в нем видят.</p> <p>3. Письмо себе в будущее Ведущий предлагает мамам взять ручку и листочек и написать письмо себе в будущее. Дату «будущего» они могут выбрать сами — они могут послать себе письмо в будущее на любой период, «через год/месяц или на определенный день». Дату открытия они позже подпишут на конверте. Ведущий предлагает им сохранить конверты.</p> <p>4. Рефлексия: чувства после занятия, после всего тренинга, обратная связь. Ведущий говорит завершающее слово.</p>
<p>Дополнительные упражнения, которыми можно заменить представленные в программе (в случае, если мамы откажутся от выполнения каких-либо упражнений)</p>	<p>1) Актуализация ресурсов Ведущий дает каждой маме листок бумаги А4 и карандаш/ручку. Просит разделить листок на 3 столбика и записать в 1-м столбике — «Какие места наполняют меня ресурсом», во 2-м столбике — «Какие действия наполняют меня ресурсом», в 3-м столбике — «Какие люди наполняют меня ресурсом». Списками можно поделиться, прочитать их, обменяться идеями мест и действий, наполняющих ресурсом.</p> <p>2) Упражнение «Пять языков любви к ребенку» Ведущий рассказывает о том, что есть 5 основных языков, которыми мама может выразить любовь к своему ребенку. Ведущий предлагает каждой маме составить себе список идей, как она может выразить любовь к своему ребенку. Идеи обязательно должны быть выполнимы уже сейчас, в больнице, чтобы мамы могли в любой день их использовать. Ведущий предлагает мамам поделить лист А4 на 5 частей и назвать их языками любви:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прикосновение 2. Слова поощрения 3. Время 4. Помощь 5. Подарки <p>В каждом столбике нужно записать по 2 свои идеи: что можно сделать, чтобы применить этот язык любви. Например, в столбик «Время» — поиграть вместе с ребенком в его игрушки после обеда, в столбик «Прикосновение» — поиграть с ребенком в тактильные игры («по кочкам, по кочкам») или сделать ему легкий массаж ручек и ножек. Мамы пишут в течении 5–10 минут, после зачитывают списки и обмениваются «идеями». Можно дописать себе «чужую» идею.</p> <p>3) Практика «Дыхание по квадрату» Ведущий объясняет мамам значение дыхательных практик: «Управляя своим дыханием, можно управлять своими чувствами, побеждать гнев, раздражение, стресс». Вместе с ведущим мамы изучают (или вспоминают) технику дыхания по квадрату. Можно потренироваться сидя или стоя.</p>

Дыхание по квадрату: на счет 1-2-3-4 вдох, на 1-2-3-4 задержка дыхания, на 1-2-3-4 выдох, на 1-2-3-4 задержка дыхания, повторить. 4) Сказкотерапия Ведущий предлагает мамам послушать сказку. Потом ведущий предлагает обсудить ее — о чем она для них (ведущий может помочь, сказка — о вкусе к жизни, как вернуть радость в жизнь).

Текст сказки «Мышонок в сырной лавке»

Я собираюсь рассказать Вам детскую, местами смешную историю. Жил-был любопытный Мышонок. Ему очень повезло, потому что жил он в подвале сырной лавки, где варили и настаивали самые разные сыры. По ночам, когда все уходило, Мышонок вылезал из своей норки и отправлялся в путешествие. Ему нравилось вынюхивать, находить сыры и пробовать их. Ему нравились самые разные вкусы, и каждый раз он думал: «У меня самая лучшая нюхалка на свете и самая лучшая пробовалка». И он считал себя самым замечательным Мышонком на свете. Так проходили дни. Мышонок продолжал путешествовать по ночам, и все казалось новым, необычным, захватывающим. Но вскоре он стал замечать, что ему все труднее находить удовольствие в сыре. Он пробовал вроде тот же самый сыр, но уже не мог различить сорта.

Однажды ночью, он выбрался из своей норки и горько заплакал. Вкусы и запахи совсем поблекли для него. Глазами он видел разные сорта сыра, но когда он пробовал — все было безвкусно, все пресно. Это была самая печальная ночь в его жизни. Он и не заметил, как рядом оказался хозяйский Кот.

— Почему у тебя такой печальный вид? — спросил Кот.

— С нюхалкой и пробовалкой что-то не так. Сыр теперь весь безвкусный. Может быть, ты знаешь, как мне помочь?

— Ммм, — лениво задумался Кот, — я слышал, это бывает с мышами. Приходи на следующий вечер, и тогда я смогу дать тебе ответ.

Прошла ночь, и прошел день, Мышонку было так любопытно, что ему посоветует Кот, что он совсем повеселел. Когда Мышонок отправился в путешествие на следующую ночь, он думал, что готов услышать любой ответ.

— У меня есть ответ, но он тебе не понравится, — серьезно заявил Кот.

— Я готов на всё, — отважно заявил Мышонок.

— Ну, хорошо. Тебе нужно научиться готовить сыр самому.

— Это невозможно! — засмеялся Мышонок. — Это очень сложно, и никто из мышей не готовит сыр сам. Мы его едим!

— Как знаешь, — зевнул Кот.

Прошла неделя, Мышонок продолжал об этом думать. Крутил эту мысль и так, и сяк, как сахарный леденец крутят во рту. Даже стал выглядывать из норки и смотреть, как готовят сыр, что делают. И ему стало так любопытно, что по ночам он начал повторять то, что видел днем. Под вечер он так уставал, что ночью спал крепко-крепко. Потом просыпался и опять учился приготовлению сыров. Готовить сыр оказалось трудно, но интересно.

И пришла ночь, когда он набрался храбрости и снова заговорил с Котом:

— Я начал делать, как ты сказал, я готовлю сыр сам. У меня уже что-то получается. Да, нюхалка стала лучше нюхать, и пробовалка лучше пробовать, но всё это не совсем так, как мне хотелось.

— Не переживай, — успокоил его Кот. — Лучше устраивайся поудобнее, и я расскажу тебе историю. Раньше я жил в саду, хозяином которого был печальный художник. Каждый день мне приходилось обходить сад, и я собирал печаль, как тоненькую паутинку. Так продолжалось долгое время, пока художник не поведал мне удивительную вещь. «Я хочу открыть тебе маленькую тайну — тебе только кажется, что сад печальный. Паутинки — это контур, который можно раскрасить разными цветами. И ты сам можешь это сделать». И тогда я стал искать краски. Каждый раз, обходя сад, я искал цвет. Сначала нашел немножко зеленого и раскрасил листья деревьев, которые тут же благодарно зашелетели в ответ. Потом разрыл в земле коричневый цвет и раскрасил кору деревьев. Голубой цвет помог мне раскрасить небо. Потом я поймал искорки желтого цвета, и раскрасил теплые солнечные лучики... Сад оживал, становился все более приятным и легким. Постепенно наш сад превратился в удивитель-

ное место. Там было и успокоение, и веселье, и светлая грусть, так что можно было выбирать разные места для прогулок. Такая история.

— Интересная история, — похвалил Мышонок.

— Как ты думаешь, о чем она? — спросил Кот.

— Не знаю, — вздохнул Мышонок.

— А тебе и не обязательно знать, — улыбнулся Кот.

Когда Мышонок возвращался, он заметил, что все выглядит по-другому, что-то сдвинулось. Нюхалка нюхала, пробовалка пробовала. А что было дальше, мы не знаем.

5.2.2. Программа психологической и социальной реабилитации матерей, воспитывающих детей жизнеугрожающими заболеваниями, с использованием традиционных видов народного творчества (Зорина Е.С., Макарова О.В.)

В качестве реабилитационных мер для матерей детей с жизнеугрожающими заболеваниями нами была разработана программа психологической и социальной реабилитации с использованием народных видов творчества, а именно — ткачества на дощечках.

Ткачество — старинный вид рукоделия, который существовал повсеместно и являлся неотъемлемой частью жизни каждой женщины. Еще в начале XX века в домашних условиях женщины ткали полотно для одежды, бытового и обрядового текстиля. С помощью различных техник ткачества украшали предметы. В современном мире необходимость в повсеместном ручном труде с целью создания ткани для одежды отпала, однако сегодня традиционная культура вновь интересна не только исследователям и искусствоведам. Многие жители нашей страны интересуются своим наследием, своими корнями, историей своей семьи. Многие еще помнят своих бабушек или прабабушек, которые ткали дорожки, или помнят ткацкий станок в деревенском доме, который остался от бабушки.

В сфере ручного творчества и прикладного искусства активно просыпается интерес к традиционным видам рукоделия. А ткачество, как неотъемлемая часть традиционной культуры и нематериального наследия, интересует многих, независимо от рода деятельности и возрастной группы. Одной из наиболее распространенных техник ручного ткачества является традиционное ткачество на дощечках. С помощью этой техники повсеместно на Руси изготавливали пояса и тесьму — от самых простых тоненьких будничных до широких ярких, богато украшенных поясов, а также большое количество тесьмы, которую использовали при шитье традиционной одежды.

Процесс создания русского народного костюма до сих пор имеет глубокое психологическое и сакральное значение. Знаменитый художник, создатель произведений, посвященных природе, культуре и величию Руси, Иван Яковлевич Билибин, писал о красоте народного костюма так: «Бывает красота движения и красота покоя. Русский костюм — костюм покоя». Традиционный костюм немислим без пояса. На Руси говорили: «Без пояса, как без креста». Пояс носили и в будни, и по великим праздникам, пояс сопровождал человека от рождения до самой смерти.

Сегодня технику ткачества на дощечках все так же используют для ткачества традиционных поясов — это востребовано среди фольклорных коллективов и людей, занимающихся реконструкцией традиционного костюма. Однако время не стоит на месте, развиваются новые текстильные направления, изменяется мода, появляется большое количество авторского текстиля. И техника ткачества на дощечках получила новое развитие в современном мире.

Применение тесьмы, изготовленной своими руками, может быть очень разнообразно, к примеру:

- авторские пояса активно используют как аксессуар к современному костюму;
- пояс, сотканный вручную и оформленный пряжкой, носят с джинсами;
- сотканная тесьма может использоваться как ремешок для сумки;
- небольшая сотканная тесьма, оформленная специальным зажимом, становится красивым браслетом;
- фрагмент сотканной тесьмы может стать сувенирным украшением — брелком, подвеской.

Разработанная нами программа посвящена обучению мам детей с жизнеугрожающими заболеваниями навыку ткачества на деревянных дощечках, но также содержит и терапевтический аспект. Сам процесс ткачества является терапевтичным: размеренная ручная работа позволяет снизить стресс и гармонизировать эмоциональное состояние, это занятие может быть рассмотрено как элемент арт-

терапии. Занятия по нашей программе проводятся двумя специалистами — мастером по ткачеству на деревянных дощечках, которая помогает мамам освоить технику ткачества, развить свои навыки и повысить скорость плетения, и психологом, который во время занятия беседует с мамами, сопровождает их на всем пути прохождения программы, рассказывает о значении передачи своим детям элементов традиционного костюма, который может стать для ребенка защитой, оберегом на психологическом уровне, а также обсуждает важную тему перспективы социальной реабилитации через освоение нового ремесла, которое может стать для них в перспективе источником дохода.

Цель программы — оказание реабилитационного воздействия на психоэмоциональное состояние матерей детей с жизнеугрожающим заболеванием, а также поддержка их социальной адаптации.

Задачи программы:

- обучение матерей новому виду творчества и ремесла (ткачеству на деревянных дощечках);
- раскрытие, поддержка и развитие творческих способностей матерей;
- формирование у матерей представлений о возможностях изготовления тканых изделий ручной работы на продажу (социальная реабилитация);
- организация пространства, где матери могут уделить время себе, своему творчеству и развитию;
- эмоциональная, психологическая поддержка матерей;
- предоставление матерям ресурса укрепления отношений со своими детьми.

Состав группы: от 4 до 12 участников.

Количество занятий: 4.

Продолжительность занятия: 3 часа.

Основной вид деятельности: ткачество на дощечках.

Срок реализации: 2 недели, по 2 занятия в неделю.

Материалы: дощечки для ткачества, челнок для ткачества, шнурок, канцелярские резинки, пояс «на себя» или «на ребенка», нитки 3–4 цветов, тетрадь в клетку, ручки, цветные карандаши, ножницы.

Тематическое планирование

Программа психологической и социальной реабилитации «Изготовление элементов традиционного русского костюма: ткачество на дощечках»		
№	Краткое содержание занятий	Цели
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностический блок 2. Историческая справка: просмотр презентации на тему «Русский традиционный костюм», просмотр кратких видеозаписей, обсуждение истории костюма и возможности его современной адаптации 3. Изучение работ русских художников и писателей, посвященных и вдохновленных русским традиционным костюмом, а также работ современных художников и дизайнеров, адаптировавших элементы русского костюма под современную моду 4. Изучение станка для ткачества на дощечках, пробы плетения 5. Объяснение плана изготовления изделий: пробного изделия (тканого браслета) и основного изделия (пояса) 6. Выбор ниток для изготовления пробного изделия 7. Рефлексия, беседа с психологом 8. Завершение встречи, ритуал эмоциональной поддержки 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка психоэмоционального состояния и социальной ситуации, в которой находятся мамы 2. Формирование у мам представлений об истории русского традиционного костюма, а также о технике ткачества на дощечках, устройстве станка
2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Практика ткачества на дощечках: изготовление пробного изделия (браслета) 2. Создание эскиза для основного изделия (пояса) 3. Рефлексия, беседа с психологом 4. Завершение встречи, ритуал эмоциональной поддержки 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение техники ткачества на дощечках, повышение качества и скорости изготовления изделия 2. Раскрытие творческого потенциала мам, креативности, художественного замысла

№	Краткое содержание занятий	Цели
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбор ниток для изготовления основного изделия (пояса) в соответствии с эскизом, корректировка эскиза с индивидуальной помощью мастера 2. Начало изготовления пояса, элемента традиционного народного костюма 3. Рефлексия, беседа с психологом 4. Завершение встречи, ритуал эмоциональной поддержки 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение техники изготовления пояса в технике ткачество на дощечках 2. Погружение в творческий, медитативный, терапевтический процесс работы над изделием
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Завершение изготовления основного изделия (пояса) 2. Обсуждение с психологом смысла этого изделия для каждого участника 3. Презентация на тему «Коммерческий потенциал изделий ручной работы в стиле традиционного русского костюма» 4. Рефлексия, беседа с психологом 5. Ритуал эмоциональной поддержки 6. Диагностический блок 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обретение полноценного изделия собственного производства — тканого пояса, элемента русского костюма 2. Наполнение эмоциональным ресурсом 3. Социальная реабилитация: обсуждение возможности монетизации современной адаптации народного творчества, изменения социального статуса за счет освоения новой профессии 4. Диагностика актуального психоэмоционального состояния и социальной ситуации, в которой находятся мамы после прохождения программы

В качестве ожидаемого результата при прохождении программы мы видим сразу несколько аспектов. Во-первых, в результате посещения занятий у матерей снизится уровень ситуативной тревожности, эмоциональный фон станет более позитивным. Восприятие болезни ребенка и той ситуации, в которой оказались матери, станет более реалистичным, матери будут в большей степени ориентироваться на позитивный исход в заболевании ребенка — стойкую ремиссию, и что еще более важно — на позитивный образ будущего после окончания реабилитации. Отдельно стоит отметить, что наша программа предполагает не только обучение навыку ткачества на дощечках, но и возможность продолжить сотрудничество с организаторами мероприятия, приобрести запись обучающих курсов по ткачеству и реализации изделий, выполненных в традиционном народном стиле, что может стать для матерей средством дополнительного дохода или даже профессией, изменить их социальное положение.

Заклучение

В современных условиях, когда численность детей с хроническими заболеваниями неуклонно растёт, перед медицинскими учреждениями и обществом встает вопрос о необходимости разработки системных мер по психологической поддержке и сопровождению этих детей. Часто медицинская помощь сосредоточена на физических аспектах лечения, в то время как психологические и социальные потребности детей остаются вне должного внимания. Дети, находящиеся в медицинских учреждениях длительное время, сталкиваются с многочисленными эмоциональными и социальными трудностями, которые могут значительно влиять на их личностное развитие, самооценку, мотивацию и общее психическое здоровье. В связи с этим необходимость разработки и внедрения специализированных программ сопровождения для детей с хроническими заболеваниями не подлежит сомнению.

Настоящие методические рекомендации служат ориентиром для психологов, педагогов, медицинских работников, а также других специалистов, которые занимаются сопровождением детей, находящихся на длительном лечении. В тексте представлена комплексная информация о психологических и педагогических особенностях детей с хроническими соматическими заболеваниями, что позволяет специалистам учитывать специфические потребности и индивидуальные особенности ребенка в каждом конкретном случае. Программы и методики, описанные в данных рекомендациях, охватывают различные возрастные группы — от дошкольников до подростков, что обеспечивает гибкость подхода и возможность адаптации под возрастные и личностные особенности детей. Так, в рекомендациях для дошкольников особое внимание уделяется сенсорному развитию, межполушарной координации и коррекции речи, в то время как для подростков акцент ставится на формировании навыков совладания со стрессом, адаптации к изменившейся социальной роли и поддержании мотивации к обучению. Модульный принцип построения программ позволяет гибко комбинировать и адаптировать методы и цели в зависимости от потребностей ребенка, этапа лечения и степени его включенности в учебный процесс. Цели и содержание программ охватывают коррекцию когнитивных дефицитов, развитие эмоционального интеллекта, поддержание коммуникативных навыков и подготовку к возвращению в учебные заведения.

Кроме того, рекомендации включают богатый арсенал диагностических методик, направленных на исследование памяти, внимания, пространственных представлений, словесно-логического мышления и межполушарного взаимодействия. Подбор методик с учетом возрастных и когнитивных особенностей детей, подвергающихся длительному лечению, позволяет специалистам точно выявлять трудности, связанные с состоянием здоровья и особенностями нервной системы, а также отслеживать их динамику в процессе лечения. Это особенно актуально, так как медицинские процедуры, включая химиотерапию, лучевую терапию и хирургические вмешательства, могут вызывать отдаленные последствия для психического и физического развития. Включение отсроченной проверки запоминания, коррекционных заданий для тренировки внимания и предложений по работе с памятью и концентрацией делает диагностику более комплексной и позволяет интегрировать результаты в корректирующие и развивающие программы.

Эти программы направлены на коррекцию эмоциональных и поведенческих трудностей, снижение уровня тревожности и страхов, стабилизацию эмоционального состояния и развитие адаптационных навыков. Так, например, программа формирования положительного самовосприятия у подростков с онкологическими заболеваниями помогает ребятам укрепить самооценку и адаптироваться к жизненной ситуации, тогда как арт-терапевтические методы способствуют раскрытию эмоциональной сферы младших школьников, улучшая их общее психическое состояние.

Психологическое сопровождение детей, находящихся на длительном лечении, требует особого внимания не только к самим детям, но и к их семьям. Родители таких детей нередко испытывают сильный эмоциональный стресс, чувство беспомощности и тревогу за будущее ребенка. В рекомендациях содержатся программы поддержки родителей, которые включают психологическую реабилитацию и помощь в адаптации к новым жизненным условиям. Такие меры помогают снизить психоэмоциональное

напряжение и создать для ребенка максимально благоприятные условия, способствующие его выздоровлению и психологическому благополучию.

Таким образом, предлагаемые методические рекомендации заполняют значительный пробел в психологическом сопровождении детей с хроническими заболеваниями, обеспечивая основу для профессионального и систематического подхода к работе, направленной на достижение как физического, так и психологического благополучия. Внедрение этих рекомендаций в практику медицинских учреждений и образовательных организаций с целью поддержки детей и их семей в непростых условиях длительного лечения позволит ожидать долгосрочных последствий для улучшения качества их жизни.

Ценность данных методических рекомендаций заключается в их ориентированности на формирование у детей навыков совладания с трудностями, на развитие положительного самовосприятия и устойчивости к стрессам. Эффективное применение включенных в рекомендации техник и приемов позволит повысить адаптацию детей к условиям госпитализации, будет способствовать гармоничному развитию их личности, а также поддержит родителей, которые играют важную роль в процессе лечения и реабилитации.

Приложения

Приложение 1

Стимульный материал и протокол для методики «Запоминание 10 слов»

№	Кот	Ель	Дом	Зима	Игла	Мост	Брат	Конь	Очки	Стул	Привнесения
1											
2											
3											
4											
5											
Отсроченное воспроизведение через ___ мин.											

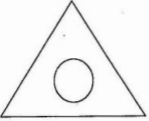











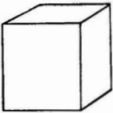
Приложение 2

Стимульный материал и протокол для методики «6 слов»

№	Рыба	Печать	Дрова	Рука	Дым	Ком	Привнесения
1							
2							
3							
4							
Отсроченное воспроизведение							

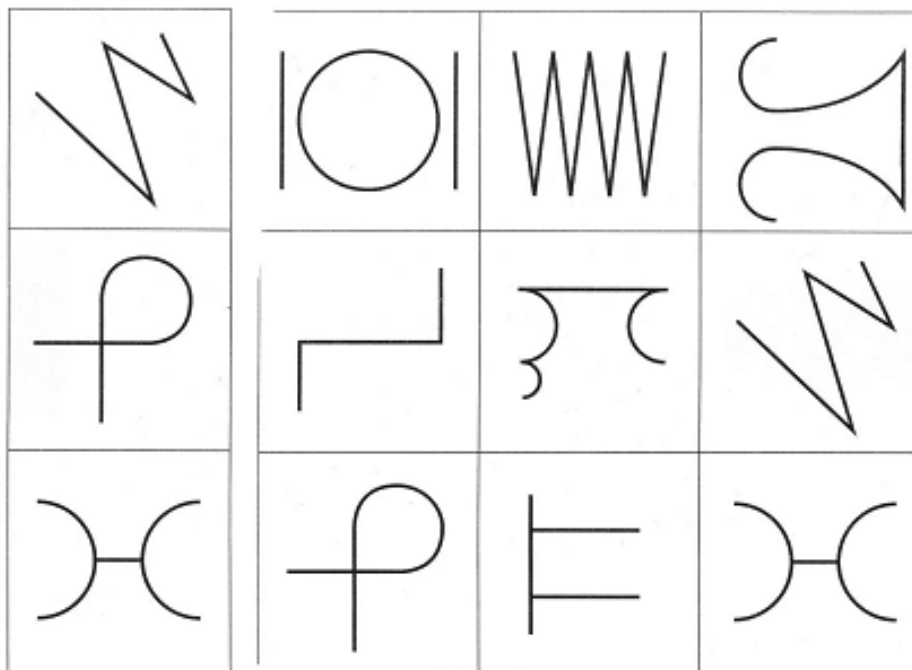
Приложение 3

Стимульный материал для методики «Образная память»

	2		В
			
			
CO₂			

Приложение 4

Стимульный материал для методики Семаго М.М.



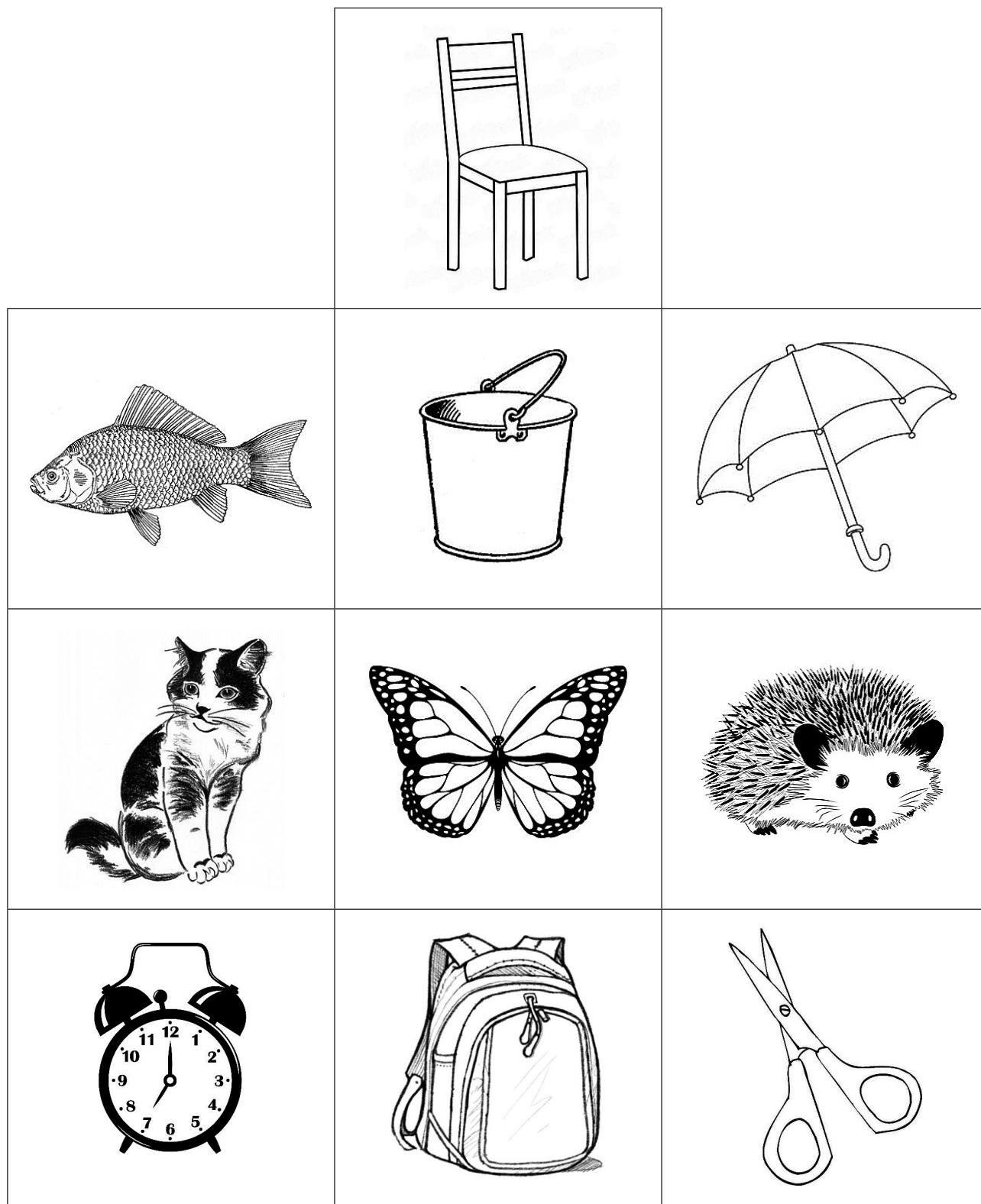
Приложение 5

Стимульный материал для методики «10 предметов»

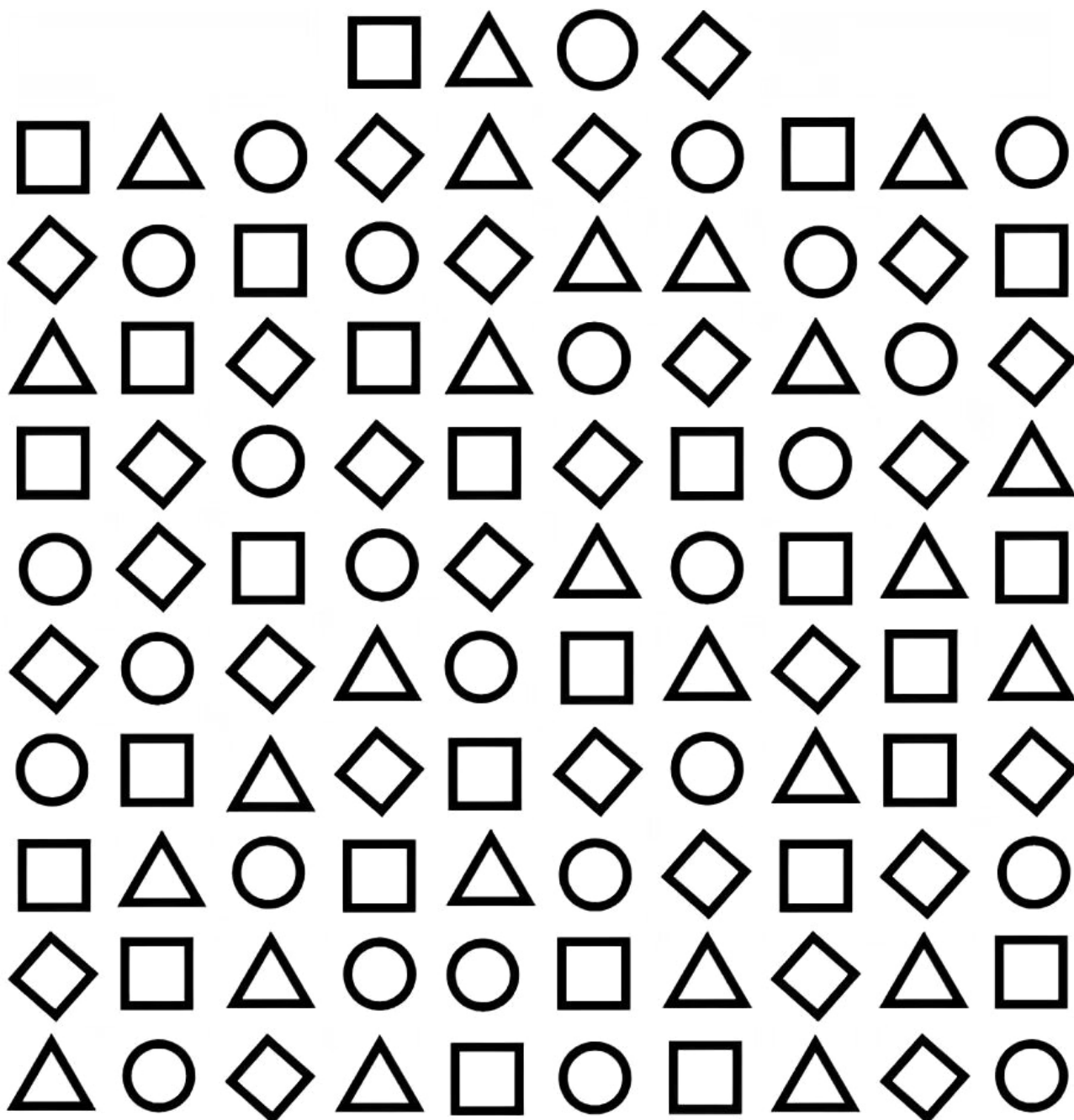


Приложение 6

Стимульный материал для методики «10 картинок»



Стимульный материал для методики Пьерона-Рузера



Приложение 8

Таблицы Шульте

11	4	13	5	20
17	8	12	2	22
1	14	21	16	9
18	3	7	19	24
10	23	15	6	25

7	14	6	19	2
11	1	16	12	20
13	18	4	8	22
3	23	24	21	25
10	15	5	17	9

2	16	19	10	6
7	21	3	15	24
11	23	1	18	22
14	17	8	20	13
5	9	4	25	12

8	16	1	14	9
21	6	22	13	3
2	19	15	24	10
17	11	4	12	18
5	25	23	7	20

9	5	11	23	20
14	25	17	19	13
3	21	7	16	1
18	12	6	24	4
8	15	10	2	22

14	8	7	24	21
22	1	10	9	6
16	5	18	20	11
23	2	25	3	15
19	13	17	12	4

Корректурная проба Бурдона

К Х Н С А В С Н А Х К А С Е С Н А И С Е С Х К В А И С Н А С А В
К Х С Х Н Е И С Х И Х Е В И К В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х Н В И
Х К Х Е Н В И Е С А И С Н А И Н Е К Х Н С С Н К А Н К Н В Е И Н
К В Х А К Е И В И С Н А К А Х В Е И В Н А Х Н Е Н А И К В И Е И
С Н А И С Н К В И Е Н А С Н А И С В К Е В Е В Х К Х С И Х Н В И
Х К Х Е Н В И Н Е К Х Н С С Н Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Н Х Е
К Х Н С И А Х Н А И С В Н К Х А В И С Н А Х Е К Е Х С Н А К С В
Е Е В Е А И С Н А С И В К Е В К Х К Е К Н В И С Н К Х В Е Х С Н
А С К Е С Н К Н А Е С Н К Х К В И Х К А К С А И С Н А Е Х К В Е
Н В Х К Е А И С Н К А Н К Н В Е И Н К В Х А К Е И В И В И Х К Х
Е Н В И Н Е К Х Н С А К А Е К Х Е В С К Х Е К Х Н А И С Н К В Е
В Е С Н А Н С В К Х Е К Н А И С И И С Н Е И С Н В К Е Х К В Х Е
И В Н А К И С Х А Е И В К Е В К И Х Е И С Н А И В Х С Н А И К Х
Е Х Е И С Н А Х К Е К Х В И С Н А И Х В И К Х С Н А И С В Н К Х
А В И С Н А Х Е К Е Х С Н А К С В Е Е В Е А И С Н А С Н К И В К
Х К Е К Н В И С А И Е Н Е К Х А В И Х Н В И Х К Х Е Н В И Е С А
И С Н А И Н Е К Х Н С С Н К А Н К Н В Е И Н К В Х А К Е И В И С
Н А К А Х В Е И В Н А Х Н Е Н А И К В И В Н А Х Н Е Н А И К В
И Е И С Н А Е Н В И Н В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х В И Н А И Е Н
Е К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И С В Х В Х Е Н
А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К К А С Е С Н
А И С Е С Х К В А И С Н А С А В К Х С Х Н Е И С Х И Х Е В И К В
И Н А И А И С Н К В Е В К Х А В И В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х Х
К Х И В К Е В К В В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х К Х А В И И Х Н В
И Х К Х Е А И С Н К В Е В И Х Н В И Х К Х Е А И С Н К В Е В К А
С Е С Н А И С Е С Х К В А И С Н А С А В К Х С Х Н Е И С Х И Х Е
В И К В И Н А И К Х Е Х Е И С Н А Х К С Х Е В И Х Н А И С Н Х В
К С Н А И С В Х В Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А
В С Н А Е К К Х А В И И Х В И К Х Н Е Н А И К В И Е Н А И С Н К
В Х В Е К Е В К В Н А Н С Н А И С Н К С В Н Е К С Н Е К Х Н С А
В С К В Х К Х И В К Е В В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х В С Н А Е К
К А И Х Н Н А С А В К К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К
С Н Х Н В И Х К Х Е В И К В И Н К А С Е С Н А И С Н А С А В К К
А С Е С Н А И С И Х Н К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С

Приложение 10

**Стимульный материал субтестов на словесно-логическое мышление
из ПДК Л.И. Перслени**

Краткий вариант для старших дошкольников / младших школьников

Задание 1

1. В году ...
24 мес., 3 мес., 12 мес., 4 мес., 7 мес.
2. Месяц зимы ...
сентябрь, октябрь, февраль, ноябрь, март.
3. Отец старше своего сына ...
часто, всегда, никогда, редко, иногда.
4. У дерева всегда есть ...
листья, цветы, плоды, корень, тень.
5. Пассажирский транспорт ...
комбайн, самосвал, автобус, экскаватор, тепловоз.

Задание 2

1. Тюльпан, лилия, фасоль, ромашка, фиалка.
2. Река, озеро, море, мост, пруд.
3. Кукла, прыгалки, песок, мяч, юла.
4. Стол, ковер, кресло, кровать, табурет.
5. Тополь, береза, орешник, липа, осина.
6. Курица, петух, орел, гусь, индюк.
7. Окружность, треугольник, четырехугольник, указка, квадрат.
8. Саша, Витя, Стасик, Петров, Коля.
9. Число, деление, сложение, вычитание, умножение.
10. Веселый, быстрый, грустный, вкусный, осторожный.

Задание 3

- | | | |
|----|-------------------|--|
| 1. | Огурец
овощ | Гвоздика
сорняк, роса, садик, цветок, земля |
| 2. | Огород
морковь | Сад
забор, грибы, яблоня, колодец, скамейка |
| 3. | Часы
время | Градусник
стекло, больной, кровать, температура, врач |
| 4. | Машина
мотор | Лодка
река, маяк, парус, волна, берег |
| 5. | Стол
скатерть | Пол
мебель, ковер, пыль, доски, гвозди |

Задание 4.

1. Окунь, карась,
2. Огурец, помидор,
3. Шкаф, диван,
4. Июнь, июль,
5. Слон, муравей,

Вариант для подростков

1. Какое слово подходит к приведенной части фразы?

1. Эволюция — это... порядок, постоянство, случайность, развитие.
2. Бодрое и радостное восприятие мира — это... грусть, стойкость, оптимизм, сентиментальность, равнодушие.
3. Одинаковыми по смыслу являются слова «биография» и... случай, подвиг, жизнеописание, книга, писатель.
4. Совокупность наук, изучающих язык и литературу, — это... логика, социология, филология, эстетика, философия.
5. Противоположным к слову «отрицательный» будет слово... неудачный, спортивный, важный, случайный, положительный.
6. Отрезок времени, равный 10 дням, называется... декада, каникулы, неделя, семестр, квартал.
7. Век — это... история, событие, столетие, прогресс, тысячелетие.
8. Интеллектуальный — это... опытный, умственный, деловой, хороший, удачный.
9. Иронический — это... веселый, критикующий, насмешливый, ехидный, презрительный.
10. Объективный — это... беспристрастный, полезный, сознательный, верный, главный.

2. Из пяти приведенных слов одно лишнее, его надо найти.

1. Лист, почка, чешуя, сук, кора.
2. После, раньше, иногда, сверху, позже.
3. Грабеж, кража, землетрясение, поджог, нападение.
4. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный.
5. Неудача, волнение, поражение, провал, крах.
6. Глобус, меридиан, полюс, параллель, экватор.
7. Круг, треугольник, трапеция, квадрат, прямоугольник.
8. Береза, сосна, дуб, сирень, ель.
9. Секунда, час, год, вечер, неделя.
10. Темный, светлый, голубой, яркий, тусклый.

3. Между первым и вторым словами есть определенная связь.

Между третьим и другими словами существует такая же связь. Найди это слово.

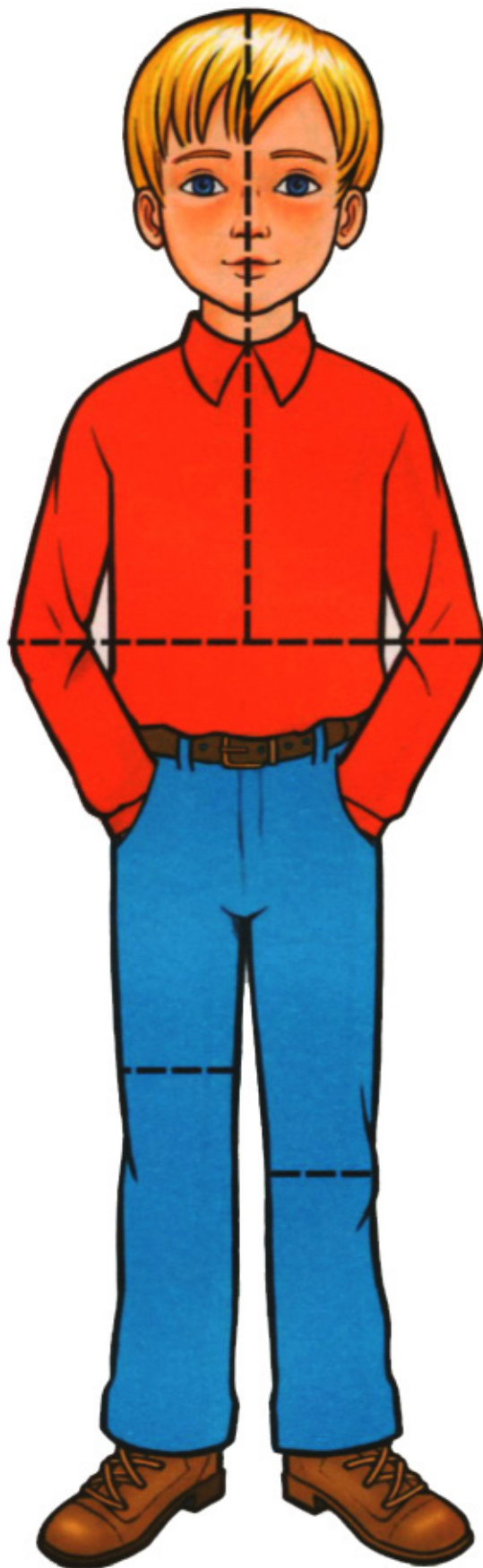
- | | | |
|----|--------------------------|--|
| 1. | <u>Добро</u>
зло | <u>День</u>
солнце, ночь, неделя, среда, слухи |
| 2. | <u>Рыба</u>
сеть | <u>Муха</u>
решето, комар, паук, жужжать, паутина |
| 3. | <u>Хлеб</u>
пекарь | <u>Дом</u>
вагон, город, жилище, строитель, дверь |
| 4. | <u>Вода</u>
жажда | <u>Пища</u>
пить, есть, голод, еда, хлеб |
| 5. | <u>Вверху</u>
внизу | <u>Слева</u>
сзади, справа, впереди, сбоку, рядом |
| 6. | <u>Утро</u>
ночь | <u>Зима</u>
мороз, день, январь, осень, сани |
| 7. | <u>Школа</u>
обучение | <u>Больница</u>
доктор, пациент, учреждение, лечение, больной |

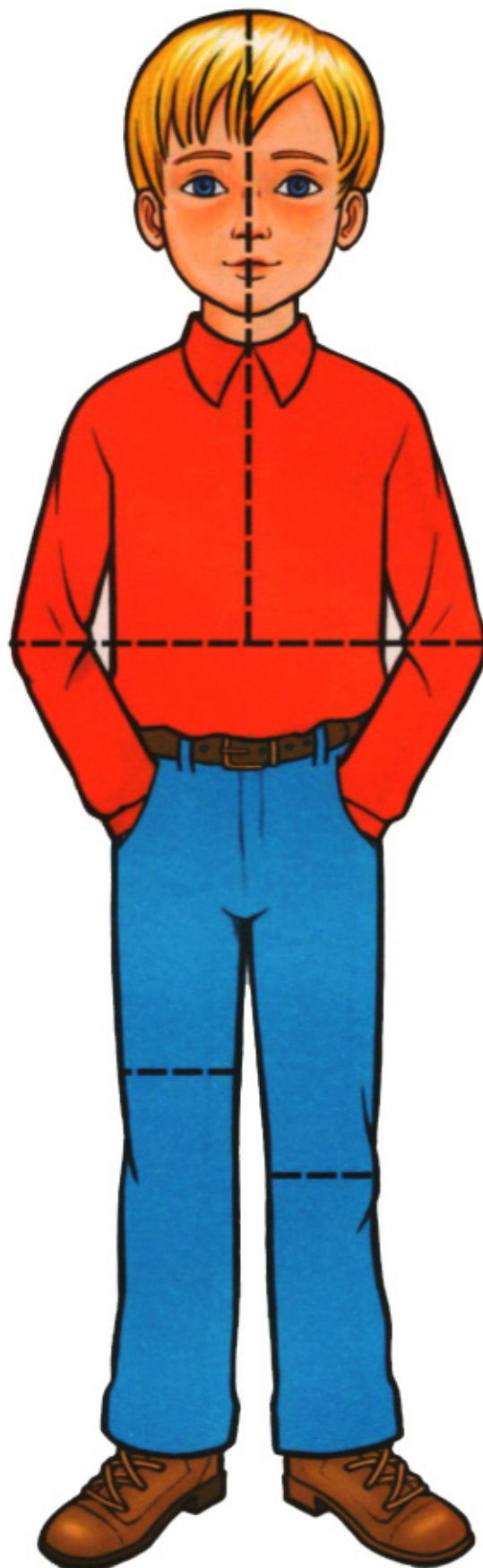
8.	<u>Коса</u> трава	<u>Бритва</u> сено, волосы, острая, сталь, инструмент
9.	<u>Бежать</u> стоять	<u>Кричать</u> молчать, ползать, шуметь, звать, плакать
10.	<u>Слово</u> буква	<u>Предложение</u> союз, фраза, слово, запятая, тетрадь

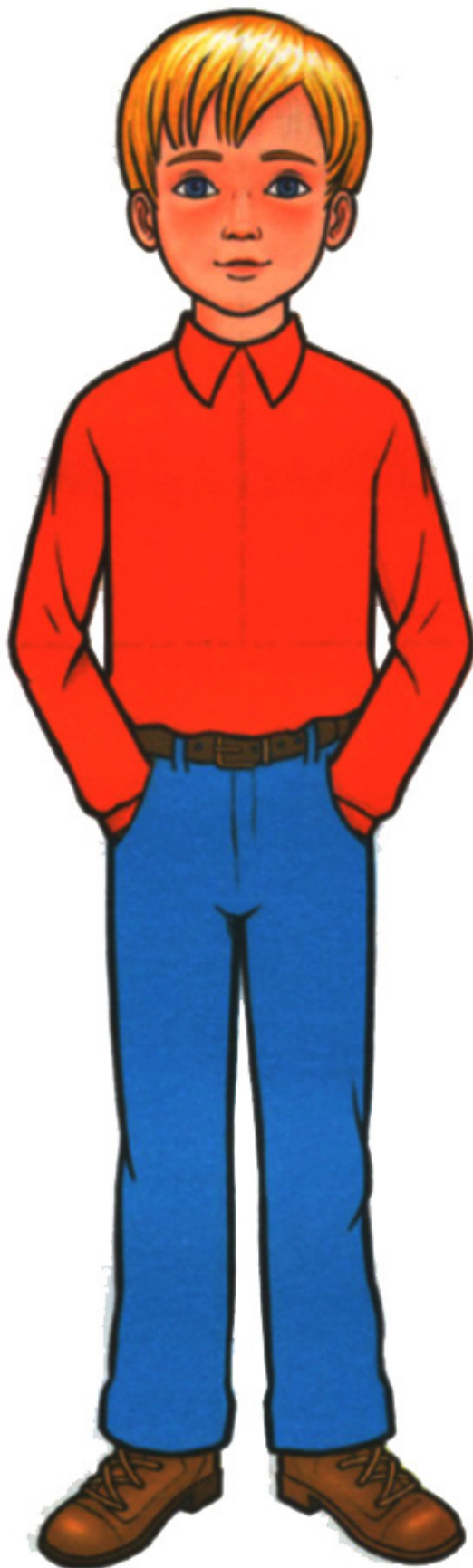
4. Приведены два слова. Определи, что между ними общего; подбери обобщающее слово или словосочетание.

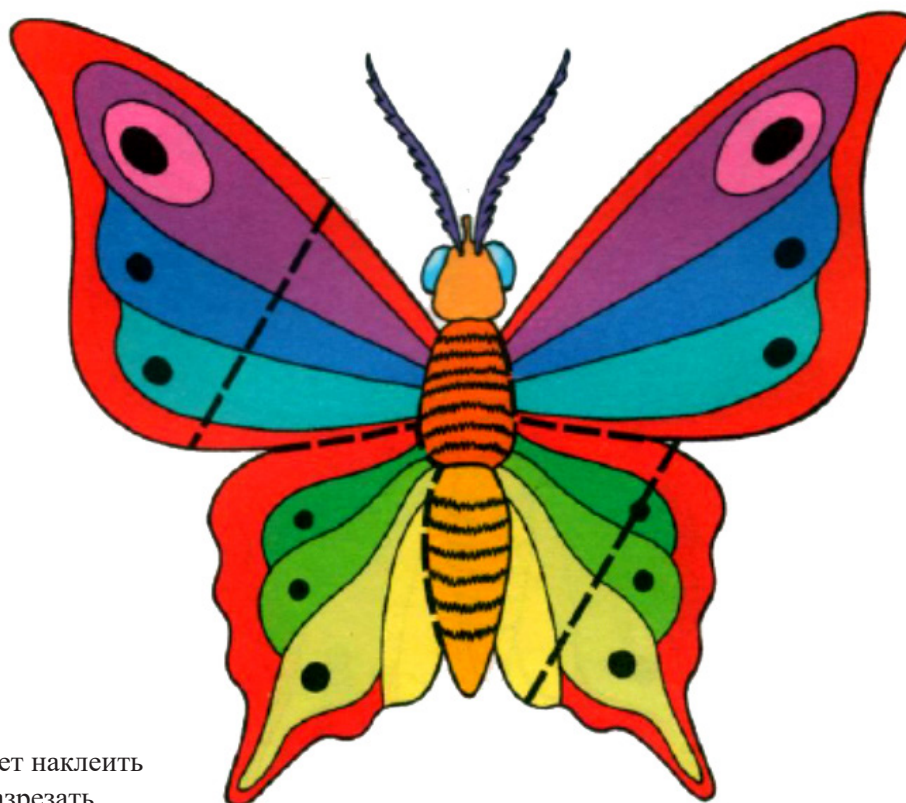
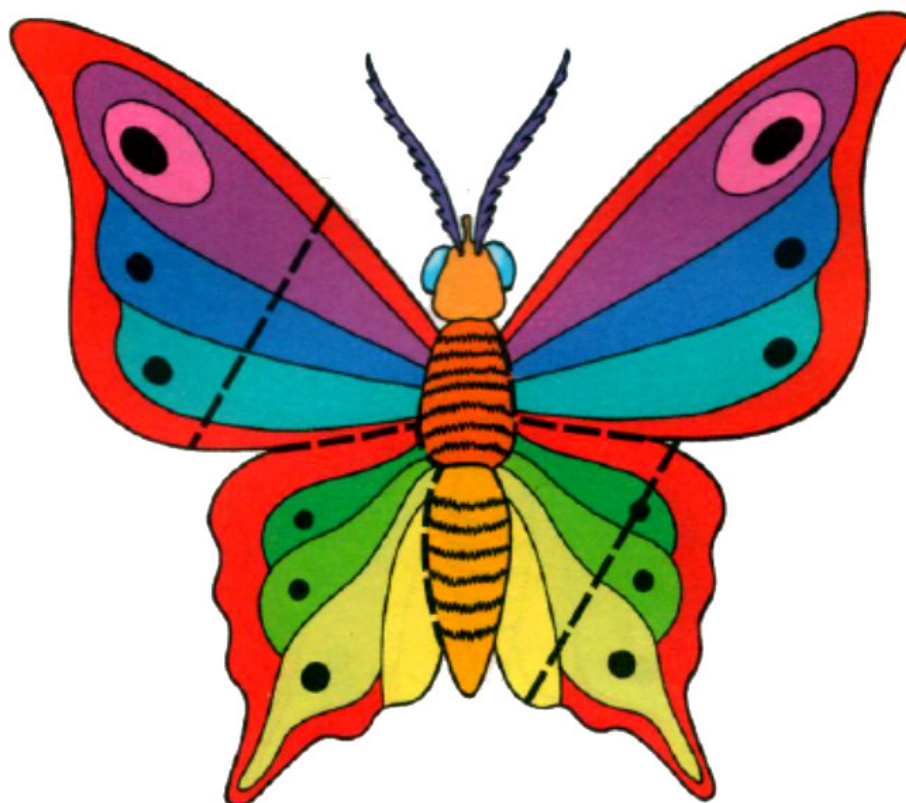
1. Любовь, ненависть.
2. Герб, флаг.
3. Барометр, термометр.
4. Крокодил, черепаха.
5. Землетрясение, смерч.
6. Рим, Вашингтон.
7. Умножение, вычитание.
8. Повесть, рассказ.
9. Африка, Антарктида.
10. День, ночь.

Разрезные картинки из ПДК Л.И. Переслени

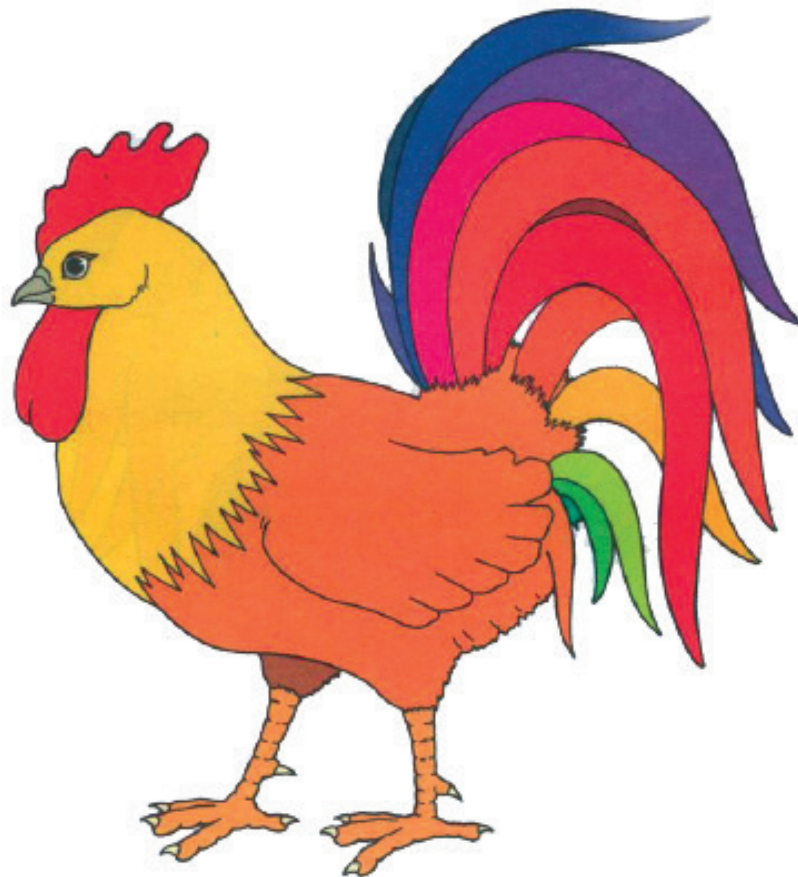
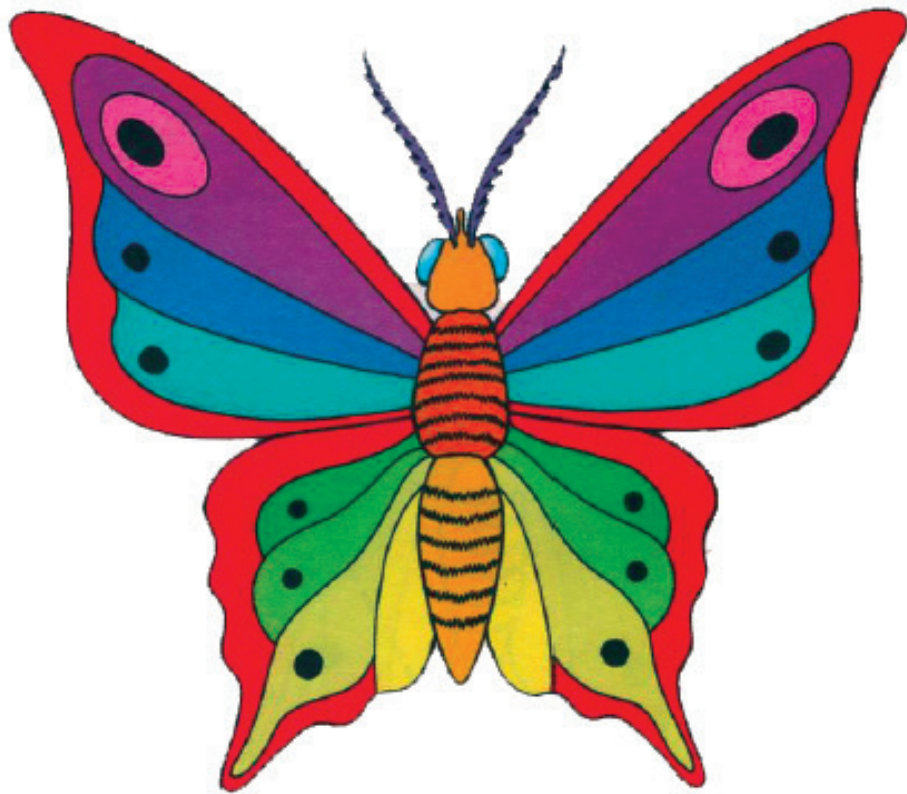


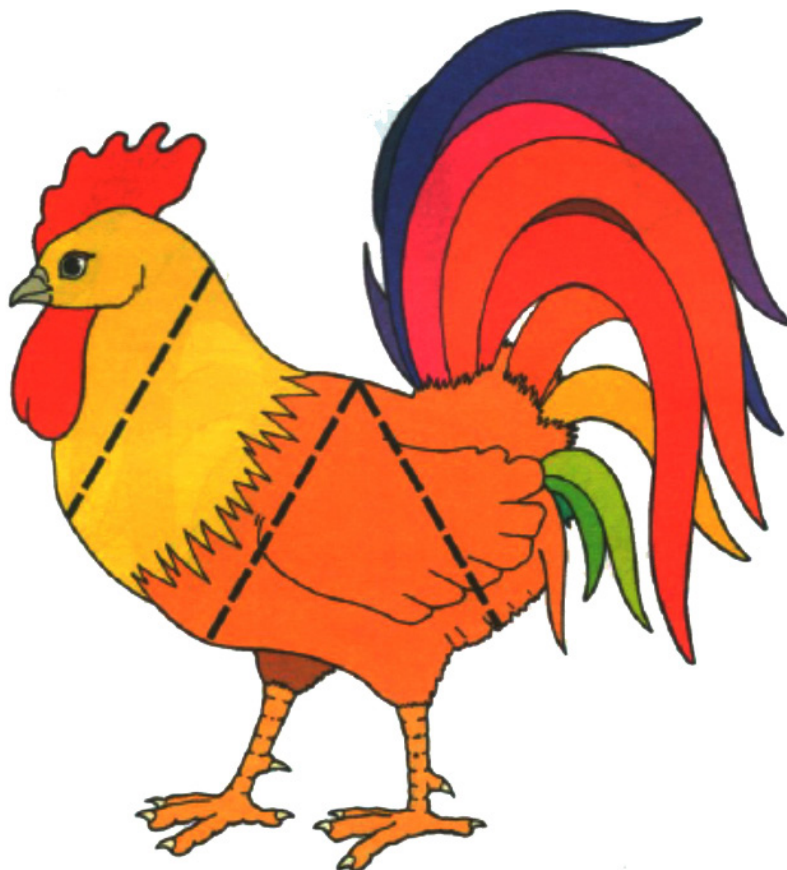






Фигуру следует наклеить на картон и разрезать по пунктирным линиям



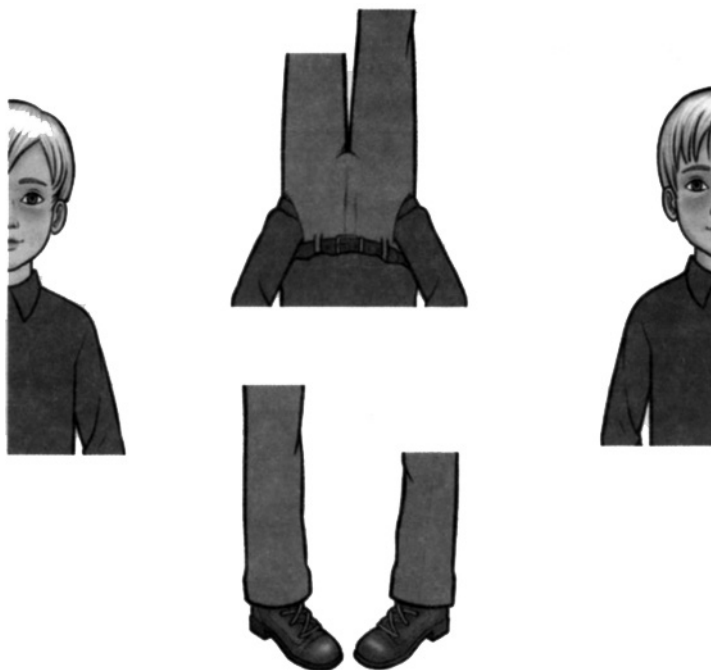


Фигуру следует наклеить
на картон и разрезать
по пунктирным линиям

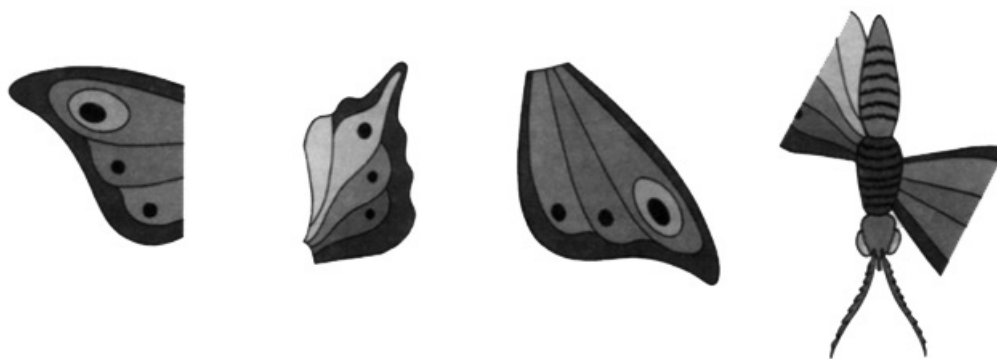
Расположение частей разрезных картинок

РАСПОЛОЖЕНИЕ ЧАСТЕЙ КАРТИНОК

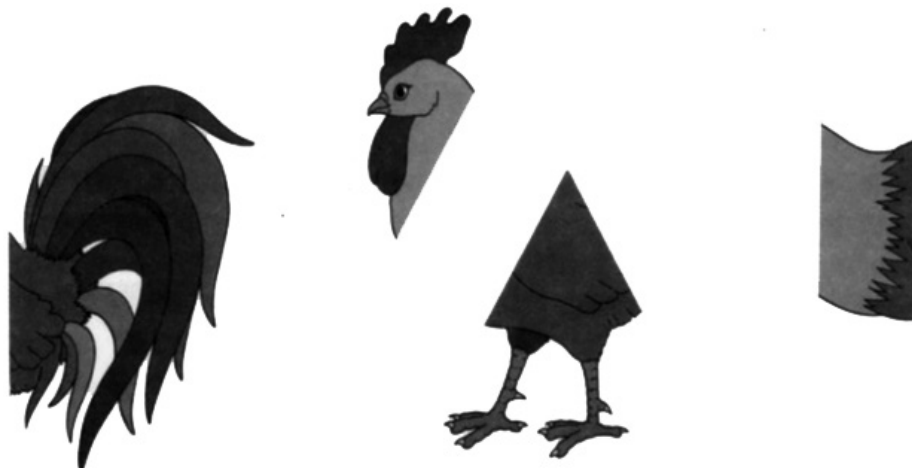
1. Мальчик



2. Бабочка

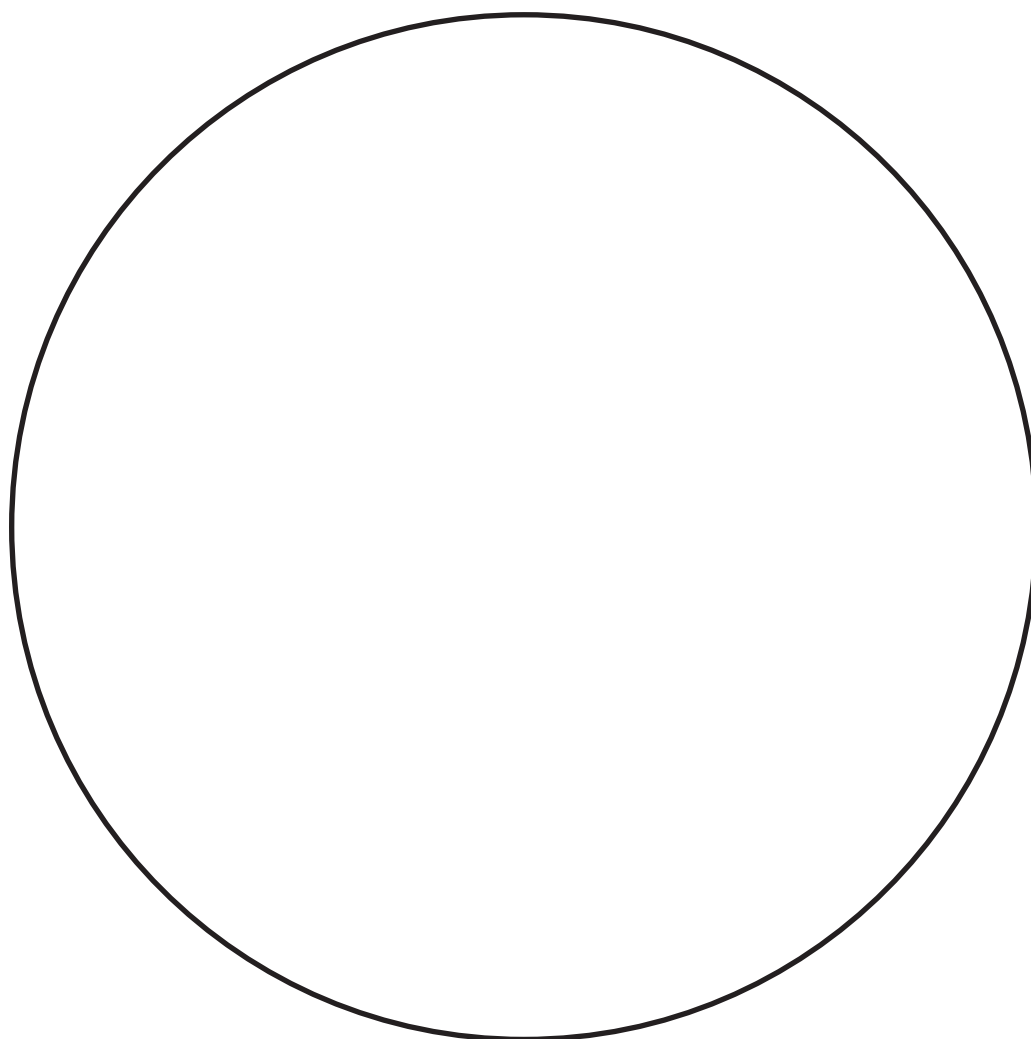


3. Петух

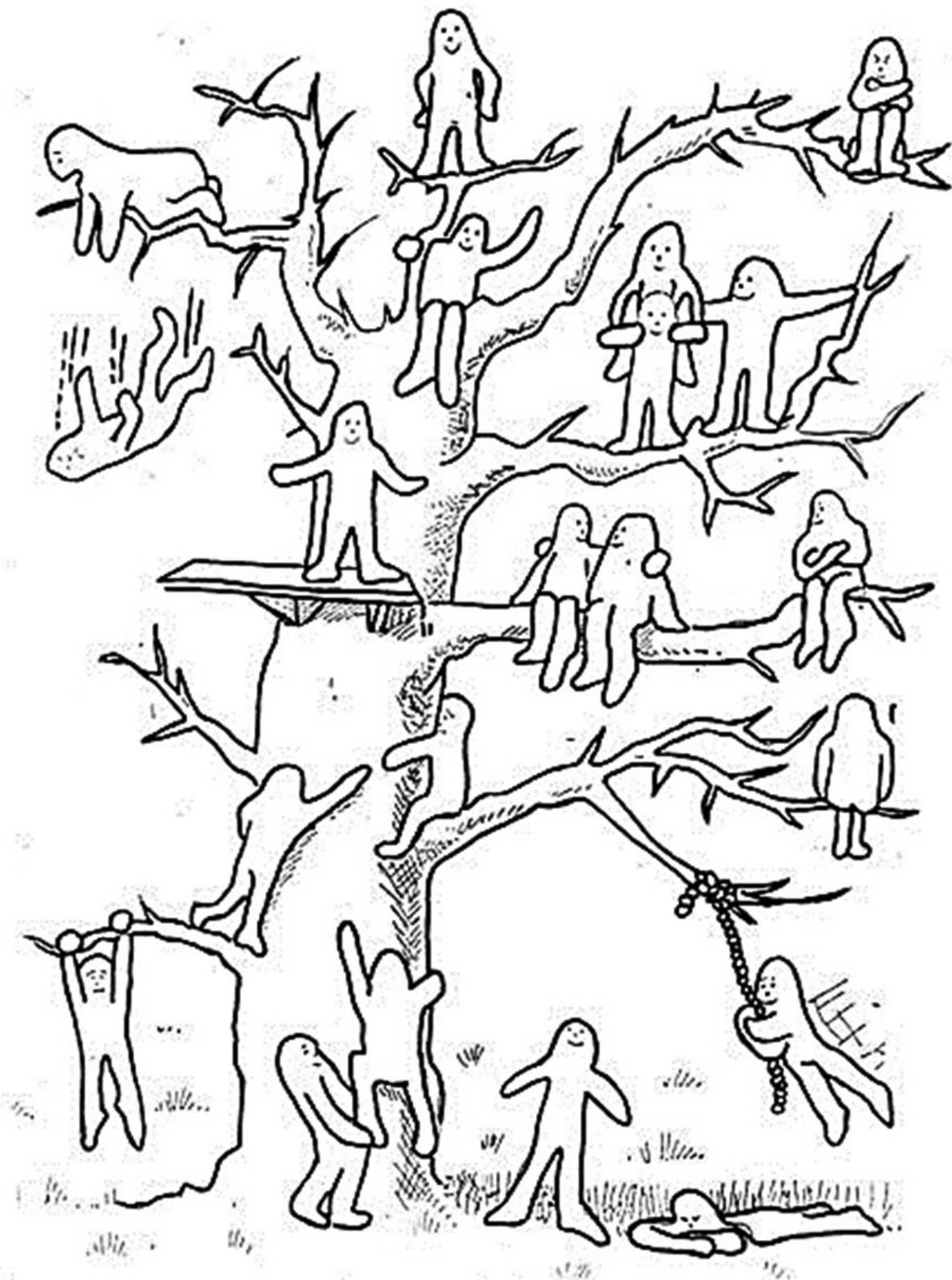


Приложение 13

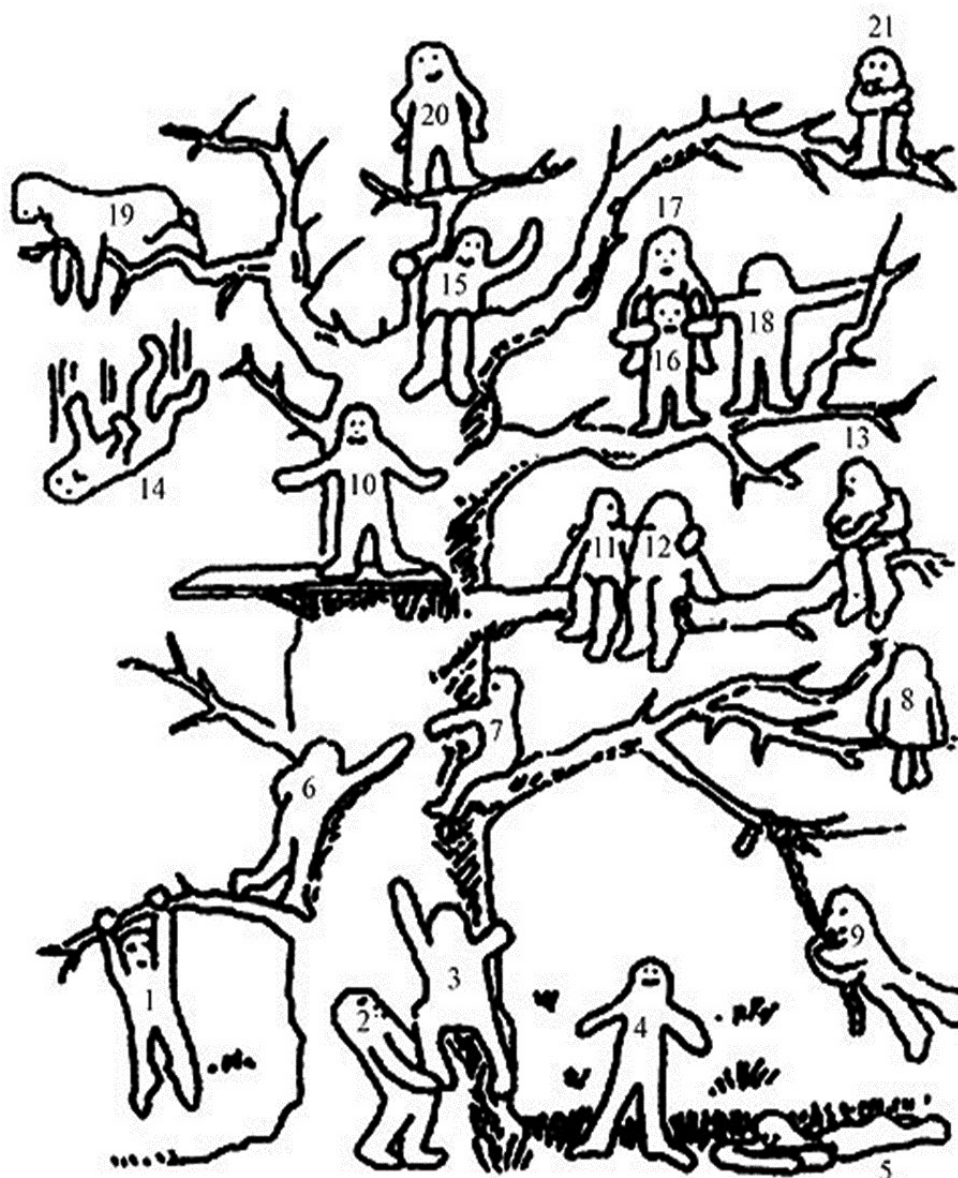
Стимульный материал для методики «Социограмма»



Стимульный материал для теста «Дерево»



Обработка результатов теста «Дерево»



№ фигурки	Характеристика
1, 3, 6, 7	Характеризует установку на преодоление препятствий.
2, 11, 12, 18, 19	Общительность, дружеская поддержка.
4	Устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).
5	Утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.
9	Мотивация на развлечения.
13, 21	Отстраненность, замкнутость, тревожность.
8	Отстраненность от учебного процесса, уход в себя.
10, 15	Комфортное состояние, нормальная адаптация.
16	Устал от жизни и необходимости поддерживать других.
17	Любит быть в центре внимания; не способен самостоятельно справиться со своими проблемами; уверен, что его всегда поддержат.
14	Кризисное состояние, «падение в пропасть».
20	Часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство.

Методика изучения социализированности личности ребенка М.И. Рожкова

1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За что бы я ни взялся — добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро — это главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.
13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Приложение 16**Шкала явной тревожности CMAS в адаптация А.М. Прихожан**

1. Тебе трудно думать о чем-нибудь одном.
2. Тебе неприятно, если кто-нибудь наблюдает за тобой, когда что-нибудь делаешь.
3. Тебе очень хочется во всем быть лучше всех.
4. Ты легко краснееешь.
5. Все, кого ты знаешь, тебе нравятся.
6. Нередко ты замечаешь, что у тебя сильно бьется сердце.
7. Ты очень сильно стесняешься.
8. Бывает, что тебе хочется оказаться как можно дальше отсюда.
9. Тебе кажется, что у других все получается лучше, чем у тебя.
10. В играх ты больше любишь выигрывать, чем проигрывать.
11. В глубине души ты многого боишься.
12. Ты часто чувствуешь, что другие недовольны тобой.
13. Ты боишься остаться дома в одиночестве.
14. Тебе трудно решиться на что-либо.
15. Ты нервничаешь, если тебе не удастся сделать то, что тебе хочется.
16. Часто тебя что-то мучает, а что — не можешь понять.
17. Ты со всеми и всегда ведешь себя вежливо.
18. Тебя беспокоит, что тебе скажут родители.
19. Тебя легко разозлить.
20. Часто тебе трудно дышать.
21. Ты всегда хорошо себя ведешь.
22. У тебя потеют руки.
23. В туалет тебе надо ходить чаще, чем другим детям.
24. Другие ребята удачливее тебя.
25. Для тебя важно, что о тебе думают другие.
26. Часто тебе трудно глотать
27. Часто волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имело значения.
28. Тебя легко обидеть.
29. Тебя все время мучает, все ли ты делаешь правильно, так, как следует.
30. Ты никогда не хвастаешься.
31. Ты боишься того, что с тобой может что-то случиться.
32. Вечером тебе трудно уснуть.
33. Ты очень переживаешь из-за оценок.
34. Ты никогда не опаздываешь.
35. Часто ты чувствуешь неуверенность в себе.
36. Ты всегда говоришь только правду.
37. Ты чувствуешь, что тебя никто не понимает.
38. Ты боишься, что тебе скажут: «Ты все делаешь плохо».
39. Ты боишься темноты.
40. Тебе трудно сосредоточиться на учебе.

41. Иногда ты злишься.
42. У тебя часто болит живот.
43. Тебе бывает страшно, когда ты перед сном остаешься один в темной комнате.
44. Ты часто делаешь то, что не стоило бы делать.
45. У тебя часто болит голова.
46. Ты беспокоишься, что с твоими родителями что-нибудь случится.
47. Ты иногда не выполняешь свои обещания.
48. Ты часто устаешь.
49. Ты часто грубишь родителям и другим взрослым.
50. Тебе нередко снятся страшные сны.
51. Тебе кажется, что другие ребята смеются над тобой.
52. Бывает, что ты врешь.
53. Ты боишься, что с тобой случится что-нибудь плохое.

Научное издание

**Психологическое сопровождение детей, находящихся
на длительном лечении**

Методические рекомендации

Редакторы:

А.А. Марголис, Ю.Е. Курганова

Корректор: *В.А. Муратханов*

Компьютерная верстка *М.А. Баскакова*

Формат 60×90^{1/8}. Гарнитура «Times»

Электронное издание

Московский государственный психолого-педагогический университет
127051, г. Москва, ул. Сретенка, д. 29; тел.: (495) 632-90-77; факс: (495) 632-92-52