

Утверждаю  
директор МБОУ «СШ №10»

\* Пияева С. М.

2023



**Программа психологического сопровождения детей-сирот и  
детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной  
(семейной) жизни**

Составил: педагог-психолог  
первой категории  
Андреев В. Е.

2023-2024 г.

**2023-2024 г.**

### **Пояснительная записка**

Одним из тяжёлых проявлений кризиса современного российского общества стало увеличение числа детей-сирот, детей, оставшихся без родительского попечения. За последние годы в России устойчиво проявляется тенденция роста численности таких детей. Переход к рыночной экономике и связанные с этим процессы распада многих семей приводят к росту числа отвергнутых детей.

Исследования в связи с данной проблемой показывают наличие сложных проблем у лиц этой категории в адаптации к современным условиям жизнедеятельности. Низкий уровень подготовленности к самостоятельной жизни характеризует мотивы и установки большинства детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Замедленное интеллектуальное развитие, не сформированные чувства родного дома, причастности к семье, психическая надломленность, ухудшает их самочувствие. Разрушение родственных связей усугубляет чувство одиночества, незащищённости. Это в свою очередь разрушает установку на семейную жизнь.

Весьма сложны проблемы профессиональной ориентации и подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной трудовой деятельности. Они отличаются неадекватностью ожиданий по сравнению с характером и сложностью встречаемых проблем. Неготовность и беспомощность к их решению усугубляется низким уровнем развития художественных интересов, обеднённым содержанием досуга, неумением реализовать свои задатки. У каждого приемного ребенка есть своя «история», и каждая «история» накладывает свой отпечаток на жизнь и развитие ребенка. Ребенок, живя в кровной семье, видел модель поведения своих родителей, и эта модель поведения и жизни для него единственно правильная. От этой модели будут зависеть нормы поведения и успешность развития самого ребенка в приемной семье. На успешность адаптации и благополучность проживания ребенка в приемной семье могут влиять пережитые им насилие, агрессия, сенсорная депривация, социальная изоляция.

Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, на каждом этапе школьного обучения могут испытывать трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации. Таким образом, эта категория детей оказывается одной из самых социально уязвимых групп населения.

**Цель:** создание условий для формирования позитивного образа будущей самостоятельной семейной и профессиональной жизни.

**Задачи** (для воспитанников младшего школьного возраста):

- Знакомить с основными эмоциями (радость, печаль, гнев, обида, страх), учить распознавать их у себя и окружающих;
- Обучать способам саморегуляции, навыкам конструктивного выражения эмоций;
- Обучать способам эффективного общения, приёмам выхода из конфликта;
- Содействовать сплочению детского коллектива;
- Способствовать формированию образцов семьи (роли, функции);
- Содействовать формированию модели поведения мальчик – девочка;
- Содействовать профессиональному самоопределению.

**Задачи** (для воспитанников среднего и старшего школьного возраста):

- Актуализировать знания об основных эмоциях;
- Знакомить с эмоциями (волнение, тревожность, обида, стресс), учить осознавать их у себя, определять у окружающих;
- Знакомить с понятием стресс, способы борьбы с ним;
- Продолжать обучать способам саморегуляции, навыкам конструктивного выражения эмоций;
- Продолжать обучать способам эффективного общения, приёмам выхода из конфликта;
- Содействовать сплочению детского коллектива;

- Продолжать способствовать формированию образцов семьи (роли, функции);
- Содействовать формированию модели поведения юноша– девушка;
- Содействовать профессиональному самоопределению.

Занятия проводятся в подгрупповой форме, 1 раз в неделю с, обучающимися младшего и среднего звена.

#### Методы и приемы

- Упражнения.
- Игры (сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, игры-драматизации, психогимнастика).
- Просмотр и анализ видеоматериала.
- Элементы техник сказкотерапия, арттерапия, музыкотерапия, пескотерапии.
- Дискуссии, анализ проблемных ситуаций.
- Рефлексивные техники.

#### Материально-техническое обеспечение:

- Стол и стулья по количеству участников.
- Диван, два кресла.
- Стол для работы с песком.
- Музыкальное обеспечение.
- Настольно-печатные игры.
- Предметные игрушки.
- Мольберт, флип-чарт.
- Изоматериалы (цветные мелки, краски, карандаши, фломастеры, писчая и цветная бумага).
- Зеркало.

#### Тематическое планирование

Младший школьный возраст

| №                  | Темы занятий                   | К-во часов |
|--------------------|--------------------------------|------------|
| <b>I четверть</b>  |                                |            |
| 1                  | Я рада вас видеть (Вводное).   | 1          |
| 2                  | Я- мальчик, я- девочка.        | 1          |
| 3                  | Мой Мир.                       | 1          |
| 4                  | Понимать друг друга важно.     | 1          |
| <b>II четверть</b> |                                |            |
| 5                  | Радость.                       | 1          |
| 6                  | Способы выражения радости.     | 1          |
| 7                  | Грусть.                        | 1          |
| 8                  | Как помочь грустному человеку. | 1          |
| 9                  | Страх.                         | 1          |
| 10                 | Обида.                         | 1          |
| 11                 | Гнев.                          | 1          |
| 12                 | Последствия гнева.             | 1          |

| <b>III четверть</b> |   |   |
|---------------------|---|---|
| 13                  | Я и мои взаимоотношения с окружающими.                        | 1 |
| 14                  | Я и мои взаимоотношения в школе.                              | 1 |
| 15                  | Я и компьютер.  | 1 |
| 16                  | Дружба.   | 1 |
| 17                  | Лучший друг.  | 1 |
| 18                  | Давайте никогда не ссориться?!                                | 1 |
| 19                  | Способы разрешения конфликтов.                                | 1 |
| 20                  | Непростые ситуации<br>(моделирование, проигрывание ситуаций). | 1 |
| <b>VI четверть</b>  |   |   |
| 21                  | Что такое семья?  | 1 |
| 22                  | Что такое труд. Каким он бывает?                              | 1 |
| 23                  | Что такое профессия?  | 1 |
| 24                  | Заключительное.   | 1 |

### **Средний, старший школьный возраст.**

| №  | Темы занятий                           | Количество часов |
|----|--|------------------|
| 1  | Я рада вас видеть (Вводное).           | 1                |
| 2  | Я подросток. Какой Я?                  | 1                |
| 3  | Мои «сильные», «слабые» стороны.       | 1                |
| 4  | Я глазами других.                      | 1                |
| 5  | Мой внутренний мир.                    | 1                |
| 6  | Обида.                                 | 1                |
| 7  | Гнев.                                  | 1                |
| 8  | Как поднять себе настроение?           | 1                |
| 9  | Стресс.                                | 1                |
| 10 | Тревожность.                           | 1                |
| 11 | Причины неуправляемого поведения.      | 1                |
| 12 | Ценность жизни.                        | 1                |
| 13 | Важность дружбы.                       | 1                |
| 14 | Значение взаимопомощи.                 | 1                |
| 15 | Дружба между юношей и девушкой.        | 1                |
| 16 | Конфликты и как им противостоять       | 1                |
| 17 | Компьютер. Правила использования.      | 1                |
| 18 | Виртуальный мир.                       | 1                |
| 19 | Я и мои взаимоотношения с окружающими. | 1                |
| 20 | Правила общения.                       | 1                |

|    |                           |   |
|----|---------------------------|---|
| 21 | Семья. Зачем нужна семья? | 1 |
| 22 | Счастливая семья.         | 1 |
| 23 | В мире профессий.         | 1 |
| 24 | Важность профессии.       | 1 |

### **Предполагаемый результат реализации программы**

*Младший школьный возраст:*

Распознают эмоции радости, грусти, страха, злости, обиды.

Имеют представление о причинах возникновения этих чувств.

Осознают их у себя и у окружающих.

Знают о нормах и правилах общения.

Способны называть причины конфликтов и знают как можно их избежать.

Владеют информацией о правилах использования компьютера и опасностях, которые могут существовать в интернете.

Знают о ролях, функциях членов семьи.

Знакомы с некоторыми видами профессий человека.

Знают о модели поведения девочки и мальчика.

*Средний, старший школьный возраст:*

Распознают эмоциональное состояние свое и других.

Знакомы со способами управления своими отрицательными эмоциями

Знают позитивные и негативные эмоции человека.

Распознают собственные личностные качества и качества окружающих.

Владеют информацией о правилах использования компьютера и опасностях, которые могут существовать в интернете

Знают как избежать конфликтов и ссор.

Знают о модели поведения девушки и юноши.

Знают о важности семьи для человека.

Знают о ролях и функциях членов семьи.

Знают для чего нужна профессия человеку

Результативность программы проверяется с помощью диагностического обследования, направленного на изучение особенностей эмоционально – личностной сферы и беседы с воспитанниками, получение обратной связи по итогам занятий.

### **Список литературы**

1. Агарков С. Интимный мир молодой семьи // Воспитание школьников, 1995, №1, с. 38-41.
2. Арсеньев Н. Духовные традиции русской семьи // Воспитание школьников, 1998, №3, с. 31-34.
3. Басюк В. С. Модель организации службы социально-психологического сопровождения в условиях детского дома: теоретико-практический аспект. – М.: Полиграф сервис, 2001. – 132 с.
4. Н.А.Гусева «Тренинг предупреждения вредных привычек у детей» род ред.Л.М.Шипицыной.-2008
5. Бунина О. Ф., Нечипорук З. С., Сайко С. К. Домоводство. Учебник для 5-7 классов восьмилетней школы. – Киев: Изд-во “Рядянська школа”, 1963. – 192 с.
6. Вардугин В. О чем должны знать молодые люди до того, как потеряют невинность // Воспитание школьников, 1998, №3, с. 34-35.
7. Е.Лютова, Г.Монина «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.-2011

8. М.Ю.Михайлина, М.А.Павлова «Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, консультирование, занятия, тренинги».-2009
9. Вильчанская Л.Н. Сотворите свое будущее (практикум для школьников старших классов по подготовке к успешному вхождению в реальную послешкольную жизнь) // Класный руководитель, 2001, №6, с. 40-81.
10. Выпускнику образовательного учреждения / Сидорова Л. К. – М.: ТОО «СИМС», 1996. – 32 с.
11. Диалоги о воспитании: Книга для родителей / Под ред. В. Н. Столетова. – М.: Педагогика, 1982. – 336 с.
12. Е.Л. Набокина «Сказки и игры с «особым» ребенком».-2006
13. Л.В.Пасечник «Реабилитация депрессивного состояния у детей».-2007
14. Е.Е.Смирнова «Познаю себя и учусь управлять собой»(программа уроков психологии для младших подростков 10-12 лет.-2007
15. Ю.В.Филиппова «Общение. Дети 7-10 лет.-2002
16. Г. С. Чеснокова и др. В помощь школьному психологу «Воспитание лидера» (тренинги с подростками).-2009.