

Программно-методические материалы
для классных руководителей и
специалистов служб психолого-педагогического сопровождения

Учебно-методический комплект упражнений для развития ученического коллектива

посредством профилактики и коррекции нарушений, выявленных с помощью диагностического инструментария, разработанного в рамках реализации ОЭР лицея - Комплект диагностического материала по оценке уровня развития коллектива как субъекта воспитания и выявление противоречий его развития



**«Собратся вместе есть начало.
Держаться вместе есть прогресс.
Работать вместе есть успех»**
Генри Форд

АННОТАЦИЯ

Данный комплект представляет собой подборку упражнений, игр, техник и занятий, объединенных общими целями и задачами, и **является продуктом второго этапа** реализации работы по ОЭР на тему: «Гармонизация воспитательных влияний на обучающихся в современной школе».

Ключевая идея нашей работы - развитие классного ученического коллектива как субъекта воспитания. Для реализации данной идеи и разработки ступенчатых, взаимодополняющих продуктов мы разделили работу на три этапа:

- 1- На первом этапе (1 год работы) мы собрали теоретическую базу, описывающую механизмы и параметры жизнедеятельности и развития коллектива, как живой открытой динамической социально- детерминированной системы, имеющей свои закономерности, этапы развития, а также дисфункции.
- 2- На втором этапе (1 год работы) мы разработали комплект диагностического материала, предназначенный для определения уровня развития и качества функционирования ученического коллектива посредством оценки его параметров (характеристик), описанных на первом теоретическом этапе нашей работы, а также для диагностики развития личности ребенка в системе коллективных отношений.
- 3- На третьем этапе (2 год работы) мы разработали **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ**, который представляет собой комплексную нелинейную коррекционно-развивающую программу для работы с учебным коллективом, как единым механизмом (системой).
 - ✓ Особенностью данного комплекта является четкое соответствие представленного инструментария выявленным на втором этапе параметрам коллектива, нуждающимся в развитии, профилактике или коррекции.
 - ✓ Еще одной отличительной чертой данного комплекта – является возможность нелинейной реализации. Если выявляются, к примеру, только два определенных нарушения в функционировании учебного коллектива, то в соответствии с «содержанием» **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКТА** можно выбрать именно те упражнения, которые предназначены для прицельной работы именно с теми параметрами, которые ведут к дисфункциям системы данного коллектива. Вместе с этим, при отсутствии нарушений в системе коллектива можно выбрать только те упражнения, которые будут способствовать развитию или профилактике.

Здесь Вы найдете собственные разработки авторов представляемого продукта, а также техники и инструменты, которые общеизвестны, в которых мы увидели потенциал для проработки нарушений функционирования учебного коллектива по какому-либо конкретному параметру, а также методики других авторов.

*Все упражнения, игры, техники и занятия данного комплекта объединяет **общая цель:***

содействие классному руководителю и/или специалисту службы сопровождения:

- в работе над развитием ученического коллектива до уровня субъекта воспитания
- в профилактике нарушений в пространстве учебного коллектива
- в создании возможностей коррекции дисфункциональных параметров учебного коллектива

Задачи, решаемые с помощью приведенных ниже упражнений, игр, техник и занятий можно обобщить так:

1. Способствовать развитию оптимального баланса коллективизма/индивидуализма, скорректировать излишнюю тенденцию к конформизму/нонконформизму в классном коллективе, профилактика буллинга/протестных течений в классе - (на основе диагностики «ОКНО»).
2. Способствовать развитию оптимальной системы отношений в классе, скорректировать деструктивную ролевую конкуренцию, профилактика формирования отверженности коллективом, исключенности из жизнедеятельности класса - (на основе диагностики «Корабль-класс»).
3. Способствовать развитию навыка коллективного выполнения задач, скорректировать нарушение коллективного взаимодействия, предотвратить формирование конфликтных отношений (на основе диагностики «Классный автомобиль»).
4. Способствовать развитию интегративности (сплоченности) класса (на основе диагностики «Интегративность класса»)
 - 4.1. Способствовать развитию целостности класса
 - 4.2. Способствовать развитию организованности класса
 - 4.3. Способствовать развитию сработанности класса
 - 4.4. Способствовать развитию схожести ценностных ориентиров
 - 4.5. Способствовать развитию традиций класса
5. Способствовать развитию референтности класса (на основе диагностики «Референтность класса»)
 - 5.1. Способствовать развитию внутренней причастности к коллективу
 - 5.2. Способствовать развитию значимости коллектива
 - 5.3. Способствовать развитию гордости за коллектив
 - 5.4. Способствовать развитию важности коллектива
6. Способствовать развитию благоприятного социально-психологического климата в классе (на основе диагностики «Микроклимат класса»)
 - 6.1. Способствовать развитию доброжелательности во взаимодействии одноклассников
 - 6.2. Способствовать развитию комфортной психологической обстановки в классе
 - 6.3. Способствовать развитию атмосферы принятия в классе, благодаря которой становится возможным безопасно выразить свое мнение.
 - 6.4. Способствовать развитию регулировать негативные проявления
7. Способствовать развитию самоуправления в классном коллективе (на основе диагностики «Самоуправляемость класса»)
 - 7.1. Способствовать развитию дисциплинированности
 - 7.2. Способствовать развитию интрагрупповой активности
 - 7.3. Способствовать развитию интергрупповой активности
 - 7.4. Способствовать созданию легитимного авторитетного центра класса
8. Способствовать утверждению роли классного руководителя как доброжелательного авторитетного вызывающего доверие значимого наставника.
9. Способствовать развитию активной позиции родительского коллектива в жизни класса.

Каждое упражнение, игра, техника и занятие представлены следующим образом:

Название/автор	
Вид работы	
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: Параметр:
Мишень развития/профилактики, коррекции	
Цель	
Смысловая канва	
Форма работы	
Возраст обучающихся	
Продолжительность	
Реквизит	
Инструкция	
Ход занятия	
Рефлексия	

Единообразие в представлении методик поможет быстрее освоиться в изучении материала и послужит для лучшей наглядности в подготовке к работе с группой.

Также мы хотим отметить, что список упражнений и техник данного комплекта не является неизменным и строго утвержденным. Каждый специалист, желающий поработать с классным коллективом, может наполнять программу своими или любыми авторскими более созвучными ему методиками. Ориентиром для модификации является список блоков и задач, представленных в аннотации. Блоки и задачи соответствуют диагностическим параметрам, которые выявляются при проведении диагностического комплекта. Зная задачу, которую нужно решить, каждый специалист может находить упражнения, которые помогут в ее решении или разрабатывать такие упражнения самостоятельно.

В работе с данным комплектом следует учитывать психологические правила ведения группы. Т.к. все представленные в комплекте упражнения, игры, техники и занятия являются «помогающими», а не «обучающими», их стоит проводить, придерживаясь психотерапевтических принципов и этических правил работы группы, принятых в психологическом сообществе. С ними Вы можете ознакомиться в **Приложении 1** к комплекту.

Если в учебном учреждении принимается решение комплексного сопровождения класса, то работу с оптимальнее вести классным руководителям, а не педагогу-психологу. В этом случае мы рекомендуем провести подготовительный семинар для классных руководителей, в рамках которого педагог-психолог подробно сможет ознакомить педагогов с отличиями психологического занятия от классического урока (**Приложение 2**). Такого рода подготовительная работа с педагогами, на наш взгляд, будет способствовать более эффективной и результативной работе с классами.

Мы искренне верим, что работа с классным коллективом поможет создать благоприятное пространство не только для учебы, но и для становления гармоничной, активной, результативной личности и индивидуальности каждого ребенка, а также помочь педагогу, классному руководителю в создании атмосферы класса, в которой он сможет умножать свой педагогический опыт и потенциал.

Желаем успехов в работе с классным коллективом!

Содержание:

I) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «ОКНО»

- Занятие «**И я тоже**» _____ 5
- Занятие «**А баба Яга против**» _____ 7
- Занятие «**Конформизм/Нонконформизм**» _____ 8
- Интерактивная дискуссия «**Платье Бессольцевой**» _____ 9

II) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Корабль-класс»

- Упражнение «**Скульптура класса**» _____ 11
- Упражнение «**Я или другой**» _____ 12
- Интерактивная дискуссия «**Вышка**» _____ 13

III) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Классный автомобиль»

- Тренинговое упражнение «**Конвейер**» _____ 15
- Творческое занятие «**Макет усадьбы класса**» _____ 16
- Игра «**Поведение в конфликте**» _____ 17

IV) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Интегративность»

- Арт-терапевтическая техника «**Дорожки в лесу**» _____ 19
- Упражнение «**Карabas**» _____ 20
- Упражнение «**Веревка**» _____ 21
- Занятие «**Мои ценности – ценности класса**» _____ 22
- Занятие «**Плакат: наши традиции**» _____ 23

V) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Референтность»

- Техника мандала «**Мандала 30-мы**» _____ 24
- Занятие «**Герб-бейдж, девиз, гимн класса**» _____ 27
- Занятие по изготовлению стенда «**Мы гордимся**» _____ 28
- Упражнение «**Письмо директору**» _____ 29

VI) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Микроклимат»

- Упражнение «**Триады Рассела**» _____ 30
- Упражнение «**Доверяю**» _____ 31
- Упражнение «**Никнейм**» _____ 32
- Упражнение «**Роза и чертополох**» _____ 34

VII) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Самоуправляемость»

- Упражнение «**Правила нашего класса**» _____ 36
- Игра «**Журналисты**» _____ 37
- Игра «**Журналисты 2**» _____ 39
- Ежеквартальное классное мероприятие «**Выборы**» _____ 40

VIII) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Роль классного руководителя»

- Набор кейсов «**Эмоциональный интеллект в управлении коллективом**» _____ 42
- Мозговой штурм «**Трудные моменты в управлении коллективом**», «**Эффективные решения в управлении коллективом**» _____ 43

IX) БЛОК для работы с детско-родительским коллективом

- Детско-родительский квест «**Вырасти родителей**» _____ 45

Приложение 1: принципы и правила психологической работы в группах

Приложение 2: отличия психологического занятия от классического урока

Г) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «ОКНО»



• Занятие «**И я тоже**»

Название/автор	«И я тоже»/Вавилова А.Д.
Вид работы	Занятие с элементами игры и дискуссии
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ОКНО» Параметр: КОЛЛЕКТИВИЗМ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Уровень коллективизма
Цель	Способствовать развитию оптимального уровня коллективизма
Смысловая канва	Это упражнение позволит не только задуматься о последствиях чрезмерного соглашательства в коллективе, но и осознать испытанные в игре собственные чувства, которые неизбежно возникают, когда приходится соглашаться с тем, что в корне противоречит собственной личности, здравому смыслу и этическим нормам, принятым в здоровом обществе.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Стулья, расставленные полукругом для групповой работы, флип-чарт, фломастеры, видео-ряд по сказке Сутеева «Утенок и цыпленок», листы бумаги, ручки.
Инструкция	1 этап: <i>«Посмотрите видео-ряд детского рассказа и попробуйте уловить, чему он учит».</i> 2 этап: <i>«Давайте порассуждаем и приведем примеры из своей жизни».</i> 3 этап: <i>«Возьмите листочке и втайне запишите утверждение, которое касается вас самих. Каждый по очереди подходит к одноклассникам и зачитывает утверждение. Задача участников соглашаться, говоря фразу «Я ТОЖЕ», и записать свои чувства на отдельном листе».</i> 4 этап: <i>«Давайте обсудим ваши чувства, когда приходилось соглашаться там, где это вызывало противоречие».</i>
Ход занятия	1 этап – просмотр видео-ряда по сказке Сутеева «Утенок и цыпленок» с обсуждением смысла произведения и чему оно учит малышей. 2 этап – дискуссия «всегда ли нужно соглашаться с большинством». Ведущий задает тему дискуссии и просит привести примеры, когда «слепое соглашательство» приводило к печальным последствиям. Ведущий дополняет дискуссию заранее заготовленными примерами: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Нескольким ученикам в классе не понравился новенький ученик и они подговаривают остальных не дружить с ним. ➤ Приятель решил, что больше не будет готовиться к контрольной работе

	<p>➤ Большинство в классе занимаются спортом, а ты любишь рисовать и т.д.</p> <p>3 этап –ИГРА: каждый на листочке, втайне от остальных записывает утверждение, которое касается его самого. По очереди каждый становится ведущим, подходя к каждому однокласснику он произносит свое утверждение, а его задача сказать - «Я ТОЖЕ», даже если это противоречит его ощущениям. При этом тот, кто соглашается должен отследить и записать у себя на листочке свои чувства. Каждый должен побыть в роли ведущего, таким образом каждый согласится с чужим мнением около 30 раз и столько же раз запишет свои чувства на своем отдельном листе.</p> <p>4 этап – Рефлексия</p> <p>5 этап – ТЕОРИЯ: ведущий рассказывает о крайней степени коллективизма – конформизме.</p>
Рефлексия	<p>Во время этапа рефлексии в круг обсуждаются чувства каждого участника, когда он соглашался с тем, что противоречило его чувствам.</p> <p>В завершении обсуждается правило «СКАЖИ НЕТ», в каких ситуациях использовать (ситуации фиксируются на флип-чарте ведущим).</p>

• Занятие «А Баба-Яга против»

Название/автор	«А Баба-Яга – против»/Вавилова А.Д.
Вид работы	Занятие с элементами игры и дискуссии
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ОКНО» Параметр: «ИНДИВИДУАЛИЗМ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Уровень индивидуализма
Цель	Способствовать развитию оптимального уровня индивидуализма.
Смысловая канва	Это упражнение позволит не только задуматься о последствиях чрезмерного бунтарства в коллективе, но и осознать испытанные в игре собственные чувства, когда очевидно, что кто-то отказывается от решения или обесценивает предложение только ради протеста, что противоречит здравому смыслу и выполнению коллективных задач.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Стулья, расставленные полукругом для групповой работы, флип-чарт, фломастеры, видео-ряд из нарезки по мультфильму «А Баба-Яга против», листы бумаги, ручки.
Инструкция	<p>1 этап: «Посмотрите видео-ряд детского мультфильма и попробуйте уловить, чему он учит».</p> <p>2 этап: «Давайте порассуждаем и приведем примеры из своей жизни».</p> <p>3 этап: «Возьмите листочки и втайне запишите предложение классу, которое вы считаете актуальным и важным. Каждый по очереди подходит к одноклассникам и зачитывает предложение. Задача участников отказаться, говоря фразу «А Я ПРОТИВ», тот,</p>

	<p>кто предлагает после каждого отказа записывает свои чувства на отдельном листе».</p> <p>4 этап: «Давайте обсудим ваши чувства, когда приходилось соглашаться там, где это вызывало противоречие».</p>
Ход занятия	<p>1 этап – просмотр видео-ряда из нарезки по мультфильму «А Баба-Яга против» с обсуждением смысла произведения и чему оно учит малышей.</p> <p>2 этап – дискуссия «Бессмысленное противоречие». Ведущий задает тему дискуссии и просит привести примеры, когда «бессмысленное противоречие» приводило к печальным последствиям. Ведущий дополняет дискуссию заранее заготовленными примерами:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Все повара в ресторанах носят колпаки, появляется новенький повар и говорит, что он против (привести аналогию с формой, принятой в организации -школе) ➤ Большинство в классе решили отмечать выпускной на кораблике, а пятеро против. ➤ Перед выступлением на школьном празднике команды вытянули жребий, кто под каким номером будет выступать. Команда, вытянувшая номер 4 начала протестовать. <p>3 этап –ИГРА: каждый на листочке, втайне от остальных записывает предложение классу, которое считает актуальным и важным. По очереди каждый становится ведущим, подходя к каждому однокласснику он произносит свое предложение, а его задача сказать - «А Я ПРОТИВ», даже если это предложение ему в душе понравилось. При этом тот, кто предлагает должен отследить и записать у себя на листочке свои чувства. Каждый должен побыть в роли ведущего, таким образом каждый столкнется с чужим протестом около 30 раз и столько же раз запишет свои чувства на своем отдельном листе.</p> <p>4 этап – Рефлексия</p> <p>5 этап – ТЕОРИЯ: ведущий рассказывает о крайней степени индивидуализма – нонконформизме.</p>
Рефлексия	<p>Во время этапа рефлексии в круг обсуждаются чувства каждого участника, когда он соглашался с тем, что противоречило его чувствам.</p> <p>Поиск ответа: чем причина бессмысленного противоречия? Чем оно отличается от отстаивания своего мнения? – признаки и отличия фиксируются на флип-чарте ведущим.</p> <p>В завершении обсуждается правило «СКАЖИ НЕТ»</p>

• Занятие «**Конформизм-Нонконформизм**»

Название/автор	«Конформизм-Нонконформизм»/ Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Дискуссионное занятие
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ОКНО» Параметр: «КОНФОРМИЗМ/НОНКОНФОРМИЗМ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Уровень конформизма/нонконформизма
Цель	Скорректировать излишнюю тенденцию к конформизму/нонконформизму

Смысловая канва	<p>Демонстрация социального эксперимента о врожденной склонности людей к подражательству с последующим обсуждением этого явления позволит наглядно информировать участников группы о механизмах возникновения тенденций к конформизму, акцентировать внимание, что такое поведение часто является бессознательным, а также общечеловеческим, свойственным большинству людей, и ни в коем случае не является показателем слабости личности. Таким образом, тенденции к конформизму смогут быть осознаны для формирования навыка саморегуляции при обнаружении в самом себе или в жизни класса таких тенденций.</p> <p>Демонстрация отрывка фильма об обратной стороне неконформизма с последующим обсуждением этого явления позволит глубже погрузиться в осознание последствий экстремальных форм неконформизма, о последствиях деструктивного противопоставления себя обществу, нормам, правилам, традициям и устоям, которые могут быть проявлены как на уровне общества, так и на уровне разрушения личности.</p>
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	13-18
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство класса, стулья для работы кругом, флип чарт, видео нарезка социальных экспериментов.
Инструкция	<p><i>1 этап: «Просмотрите известный эксперимент, запомните свои мысли и чувства для последующего обсуждения»</i></p> <p><i>2 этап: «Посмотрите отрывок из фильма»</i></p>
Ход занятия	<p>1 этап: Ведущий предлагает к просмотру два социальных эксперимента «Сигнал встать».</p> <p>Обсуждение в группе увиденных закономерностей, обсуждение чувств, примеров из жизни. Где помогает конформизм, где мешает?</p> <p>2 этап: Просмотр отрывка из фильма «Жанна д'Арк» (эпизод «все было не так»).</p> <p>Обсуждение признаков неконформизма главной героини, экстремальные формы неконформизма, такие как ассоциальность, фанатизм, криминальность, признаки нездорового неконформизма. Выход к осознанию важности баланса между коллективизмом-индивидуализмом, профилактика выхода к крайним формам – конформизму, неконформизму.</p> <p>Углубление теоретических знаний о понятиях конформизм/неконформизм.</p>
Рефлексия	<p>Можно начать с оглашения результатов по уровню конформизма/неконформизма по классу (результаты по методике «ОКНО»).</p> <p>Формулирование выводов из занятия, как можно применить полученные знания в реальной жизни класса.</p>

- **Интерактивная дискуссия «Платье Бессольцевой»**

Название/автор	«Платье Бессольцевой»/Каштанова М.Н., Вавилова А.Д
Вид работы	Интерактивная дискуссия
Соответствие диагностической методике и	<p>Диагностическая методика: «ОКНО»</p> <p>Параметр: КОНФОРМИЗМ</p>

диагностическому параметру	
Мишень развития/профилактики, коррекции	Экстремальные формы конформизма
Цель	Профилактика буллинга
Смысловая канва	Демонстрация отрывка фильма «Чучело» позволит глубже погрузиться в осмысление особой формы неконформизма «все против одного», которая ведет к такому травматичному коллективному явлению как буллинг. На наш взгляд, сцена с уничтожением платья героини является наиболее эмоционально заряженной и наглядной, чтобы испытанные при просмотре эмоции смогли продвинуть дискуссию группы к осознанию недопустимости такого рода ситуаций в пространстве классного коллектива.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья для работы кругом, флип чарт, видео-отрывок из фильма «Чучело» - «Платье Бессольцевой»
Инструкция	<i>«Посмотрите отрывок из фильма - Ваша задача – угадать тему/проблему»</i>
Ход занятия	<p>Ведущий дает инструкцию и предлагает к просмотру заранее подготовленный отрывок из фильма.</p> <p>После просмотра, ведущий предлагает ответить на вопрос, данный в инструкции: «Как Вы думаете, какая тема/проблема зашифрована в этом отрывке?»</p> <p>Далее ведущий мотивирует участников группы к дискуссии по заранее подготовленным вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как вы считаете, о чем этот отрывок и почему мы его сегодня вам показали? - Как можно назвать то, что мы увидели на экране? -Как вы считаете, что в этот момент чувствует героиня? -Что чувствуют другие участники сцены? -Сталкивались ли вы с похожей ситуацией, на какой стороне вы были? -Что приводит к травле человека коллективом? -Какие конструктивные правила самозащиты в таких ситуациях вы знаете? <p>Далее ведущий дает теоретическую часть о проблеме буллинга, рассматривает не только агрессоров и жертву, но и травму наблюдателей.</p>
Рефлексия	<p>Выведение в осознание, что проблема буллинга тесно связана с экстремальными формами конформизма, которые разрушительны не только для жертвы, но и для всех участников.</p> <p>В конце занятия можно показать один из заключительных отрывков фильма, когда сами агрессоры осознают свою собственную травму и обсудить причины, приводящие человека к такому поведению.</p>



II) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Корабль-класс»

• Упражнение «Скульптура класса»

Название	«Скульптура класса»/Кафедра семейной психотерапии Мечникова, модификация Вавиловой А.Д.
Вид работы	Тренинговое упражнение телесноориентированной направленности
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «КОРАБЛЬ-КЛАСС» Параметр: СИСТЕМА ОТНОШЕНИЙ В КОЛЛЕКТИВЕ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Оптимальной система отношений в коллективе
Цель	Способствовать формированию оптимальной системы отношений в коллективе
Смысловая канва	Это упражнение позволит через построение телесного образа класса не только осознать, но и тактильно почувствовать сильные и слабые стороны взаимодействия участников в пространстве коллектива, проработать дисфункциональные паттерны и некомфортные условия для создания и развития оптимальной системы отношений.
Форма работы	1 этап – работа в малых группах 2 этап – работа с целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство класса, стулья, ковер, подушки, флип-чарт, фломастеры.
Инструкция	1 этап – <i>«Разбейтесь на группы по 5-6 человек, с которыми в классе вы чаще всего общаетесь. С помощью пространства комнаты и вас самих создайте скульптуру вашего общения, которая без слов смогла бы показать то, как обстоят дела в общении и взаимодействии внутри вашей группы»</i> 2 этап – <i>«А теперь создайте скульптуру класса»</i>
Ход занятия	1 -этап: После инструкции ведущего участники группы делятся на малые группы по предпочтениям. После этого каждая группа создает телесную скульптуру взаимоотношений и застывает в ней. Ведущий просит сохранять скульптуру неподвижной некоторое время, а сам задает трудные жизненные ситуации: <ul style="list-style-type: none"> • Внешнее воздействие (кидает скомканные бумажки в скульптуру, проверяет ее на возможность отразить атаки) • Задает цель (выигрыш в конкурсе), ставит символ цели на дальнем расстоянии и просит, не меняя положение, придвинуться к символу цели (проверка на подвижность)

	<ul style="list-style-type: none"> Усиливает (просит в местах соприкосновения участников усилить давление – проверка на комфортность принятого формата отношений для участников и т.д. <p>После прохождения препятствий происходит обсуждение: Что было комфортно? Что выбивало из колеи? Где было трудно? Что мешало достичь цели? Была ли конструкция подвижна?</p> <p>2- этап: Создание скульптуры класса (осуществляется по аналогии), однако, у участников уже есть опыт.</p> <p>3-этап: Поиск идеальной структуры (Ведущий может показать в конце идеальную структуру – участники стоят соприкоснувшись левыми руками в одной точке, правые руки свободны для выполнения задач, тело свободно для перемещения).</p>
Рефлексия	<p>В конце занятия происходит обсуждение выраженных телесно взаимоотношений в классе. Честно обсуждаются трудности и слабые места, происходит поиск ресурсов и сильных сторон класса. Ставятся цели по изменению и развитию отношений в классе. Ведущий поощряет всех участников высказаться о том, что было некомфортно и о том, как они видят работу по улучшению взаимоотношений.</p> <p>В завершении – обсуждение идеальной модели и принятие решения в трудные периоды жизни класса воссоздавать эту структуру.</p>

• Упражнение «Я или другой»

Название/автор	«Я или другой»/модификация Каштановой М.Н.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «КОРАБЛЬ-КЛАСС» Параметр: РОЛЕВАЯ СТРУКТУРА КОЛЛЕКТИВА
Мишень развития/профилактики, коррекции	Деструктивная ролевая конкуренция
Цель	Скорректировать деструктивную ролевую конкуренцию
Смысловая канва	Упражнение помогает осознанию необходимости снижения эгоцентрической направленности членов коллектива для достижения общих задач, корректирует установку на «победу любой ценой», позволяет задуматься над вопросом «оправдывает ли цель средства», позволяет актуализировать ценность другого, тренирует морально-этический потенциал членов коллектива.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья для работы кругом, флип чарт, ширма два каната.
Инструкция	<i>«Перед вами две ширмы с канатами, на другом конце одного из канатов висит человек, другой канат свободен. Представьте, что</i>

	<i>вы участвуете в соревновании по скалолазанию, вам нужно добраться до вершины, на которой вас ожидает приз, а также кубок за преодоление препятствия. Вы уверены в своих силах, потому что знаете, что превосходите соперников по подготовке и силе характера. И если вы выберете пустой канат, то точно победите. Если вы выберете канат, на котором висит человек, вы тоже выиграете, но тот человек может разбиться о скалы, пока вы поднимаетесь. Однако, если вы выбираете пустой канат, все останутся живы и здоровы, а вы становитесь победителем. Я прошу каждого по очереди подойти к ширмам и сделать свой выбор: или вы отказываетесь от участия, или рискуете и выбираете канат. Если Вы выбираете участвовать, то прошу взять в руки тот конец каната, который вы выбираете».</i>
Ход занятия	Ведущий спрашивает, понятно ли задание, при необходимости отвечает на возникшие вопросы. После этого просит каждого по очереди подойти к ширмам и сделать свой выбор. После каждого выбора, ведущий напоминает, что важно запомнить свои мысли и чувства во время выполнения упражнения. Если участник берет в руку один из канатов, то ведущий просит потянуть канат на себя и проверить, есть ли на другом конце человек. После того, как все участники сделают свой выбор, группа садится в круг для обсуждения, каждый делится своими мыслями и чувствами, своими осознаниями правильности выбора, своими мотивами.
Рефлексия	В конце упражнения группа соотносит опыт, полученный в упражнении с реальной жизнью коллектива, обсуждается важность альтруизма и бережное отношение к чужой жизни.

- Интерактивная дискуссия «**Вышка**»

Название/автор	«Вышка»/Каштанова М.Н.
Вид работы	Интерактивная дискуссия
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «КОРАБЛЬ-КЛАСС» Параметр: ПРИНЯТИЕ ГРУППОЙ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Отверженность коллективом/Исключенность из жизни коллектива
Цель	Профилактика формирования отверженности коллективом, исключенности из жизнедеятельности класса
Смысловая канва	Демонстрация отрывка фильма «Вышка» поможет актуализировать проблему принятия группой, затронуть чувства участников группы и побудить поразмышлять о чувствах человека, которого группа не принимает, попытаться поставить себя на его место.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья для работы кругом, флип чарт, отрывок фильма «Вышка» (реж. Звягинцев)
Инструкция	««Посмотрите отрывок из фильма - Ваша задача – угадать тему/проблему»
Ход занятия	Ведущий дает инструкцию и предлагает к просмотру заранее подготовленный отрывок из фильма.

	<p>После просмотра, ведущий предлагает ответить на вопрос, данный в инструкции: «Как Вы думаете, какая тема/проблема зашифрована в этом отрывке?»</p> <p>Далее ведущий мотивирует участников группы к дискуссии по заранее подготовленным вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Что происходит с героем фильма в этом отрывке? -Что он чувствует? Только это? Есть еще что-то, что может почувствовать парень в такой ситуации? -Почему другие юноши настаивают, чтобы он прыгнул? - Почему так важно для подростка соответствовать мнению группы? К чему это может привести? -Где грань между собственным мнением/индивидуальностью и желанием быть таким, как все? <p>Далее ведущий дает теоретическую часть о проблеме принятия группой.</p>
Рефлексия	В завершении дискуссии члены группы формулируют выводы, а ведущий записывает их на флип-чарте.

III) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Классный автомобиль»



• Тренинговое упражнение «Конвейер»

Название/автор	«Конвейер»/гештальт упражнение по созданию домика, модификация Вавиловой А.Д.
Вид работы	Тренинговое упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «КЛАССНЫЙ АВТОМОБИЛЬ» Параметр: КОЛЛЕКТИВИЗМ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Навык коллективного выполнения задач
Цель	Способствовать развитию навыка коллективного выполнения задач
Смысловая канва	Известное гештальт-упражнение по созданию домика является индивидуальным и помогает осознанию проблем и ресурсов личности. Мы модифицировали его для работы с коллективом. В упражнении привнесем принцип конвейера, когда каждый отвечает за свой этап работы. Данное упражнение помогает сплочению коллектива в процессе общей деятельности, а также дает возможность лучше осознать трудности и ресурсы класса в продвижении к общей цели.
Форма работы	1 этап – работа в мини-группах 2 этап - работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока)
Реквизит	Пространство класса, парты, расставленные по 4 штуки, для формирования зон, арт-материалы (чем больше, тем лучше), запечатанные конверты с обозначением задач цеха, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Представьте, что вы строительная бригада, которая занимается строительством загородных домов. Сегодня вы получили заказ на строительство дорогого красивого дома. Клиент очень капризный, он хочет получить красивый качественный дом, при этом очень быстро. Для того, чтобы уложиться в сроки ваш бригадир принял решение работать цехами по принципу конвейера. Вам необходимо разделиться на бригады по 5-6 человек и пройти к своей рабочей зоне. Здесь вы увидите конверт, в котором находится список задач. Вам необходимо разделить работу внутри группы и сделать ее как можно быстрее, от скорости и слаженности в выполнении будет зависеть общий результат. Когда работа цеха будет закончена, нужно как можно быстрее договориться с соседними бригадами о монтаже дома целиком. У вас есть 45 минут, по истечению этого времени готовый дом должен быть передан прорабу».</i>
Ход занятия	Участники разделяются на мини-группы и получают конверты с заданием, разделенным на подзадачи: фундамент, стены, крыша, окна, печь, забор. Ведущий напоминает, что для того, чтобы уложиться в сроки работа должна идти по типу конвейера: один делает доски, другой их соединяет, третий красит и т.д.

	Когда задания цехов выполнены, класс объединяется и монтирует целый дом.
Рефлексия	На втором уроке ведущий организует подробное обсуждение процесса: что получалось, что не с, какого было работать вместе по четкому алгоритму и в сжатые сроки, есть ли удовлетворение процессом, результатом, какие предложения для улучшения работы в будущем. В завершении обсуждается ценность развития навыка работы командой, где в реальной жизнедеятельности класса может пригодиться этот навык.

• Творческое занятие «Макет усадьбы класса»

Название/автор	«Макет усадьбы класса»/ Вавилова А.Д.
Вид работы	Творческое занятие (продолжение упражнения конвейер)
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «КЛАССНЫЙ АВТОМОБИЛЬ» Параметр: КОЛЛЕКТИВИЗМ В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Коллективное взаимодействие
Цель	Скорректировать нарушение коллективного взаимодействия
Смысловая канва	Данное занятие является логическим продолжением упражнения «Конвейер» по изготовлению домика от класса. Участникам предлагается дополнить изготовление домика созданием макета усадьбы класса. В этот раз строить они будут не для заказчика, а для своего коллектива. В начале занятия уделяется время смыслу понятия «усадьба» как символического благоприятного для всех пространства коллектива. Отдельно делается акцент, что теперь работа не на скорость, а на качество, которое должно понравиться каждому участнику. В этом задании преобладает творческий принцип: четких задач нет, главное, чтобы каждый добавил в усадьбу то, что хочет, предварительно согласовав с коллективом. Кто-то может захотеть, чтобы в усадьбе класса был колодец, кто-то добавит макеты животных, кто-то разобьет сад или фонтан. Однако согласование важно, т.к., если будет пять колодцев – и ни одного дерева, то усадьба будет не совсем пропорциональной. Проектирование общего пространства с последующим сохранением макета в зоне видимости всех одноклассников поможет не только скорректировать нарушения во взаимодействии, но и параллельно послужит сплочению.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока)
Реквизит	Изготовленный ранее домик класса, арт-материалы (чем больше, тем лучше), доска для формирования макета, парты, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Разместите домик в центр усадьбы и дополните усадьбу своего класса так, как вам это представляется, не забывая согласовывать свои идеи с коллективом»</i>
Ход занятия	Участники размещают изготовленный ранее домик в центр заготовленной доски, которая станет основой макета. Далее наполняют усадьбу во взаимодействии друг с другом.

Рефлексия	<p>Когда макет готов группа переходит к обсуждению. Важно обсудить трудности, моменты творческого поиска, тип взаимодействия при выполнении задачи, удовлетворенность процессом.</p> <p>Важно оставить проект открытым для дополнения. Можно обсудить объекты каждого, почему один выбрал создавать сад, а другой гамак в саду, каким образом выбранные объекты освещают роль в классе.</p> <p>В завершении обсудить чего не хватает и можно дать домашнее задание с последующим размещением новых объектов на макете.</p> <p>Макет следует разместить в кабинете класса. Если несколько классов выполняют эту работу – можно устроить выставку с презентацией макетов от каждого класса на видном месте в школе.</p>
-----------	---

• Игра «Поведение в конфликте»

Название/автор	«Поведение в конфликте»/интернет-ресурсы
Вид работы	Игра (кейс)
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	<p>Диагностическая методика: «КЛАССНЫЙ АВТОМОБИЛЬ»</p> <p>Параметр: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАЧ В КОЛЛЕКТИВЕ</p>
Мишень развития/профилактики, коррекции	Конфликтное взаимодействие
Цель	Профилактика конфликтов
Смысловая канва	<p>Упражнение помогает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформировать понятие о видах поведения в конфликте -показать основные психологические факторы, определяющие конфликт -научиться выбирать адекватные стили поведения в конфликте в системе межличностного взаимодействия.
Форма работы	Работа в группах
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока)
Реквизит	Пространство класса, разделенное на зоны для работы в малых группах, пять карточек, флип-чарт
Инструкция	<i>«Разделитесь на пять групп, выберите представителя, получите конверт, в котором зашифрован один из стилей взаимодействия в конфликте, придумайте и подготовьте сценку с указанным видом взаимодействия»</i>
Ход занятия	<p>Ведущий делит всех участников на пять групп, в каждой выбирается ее представитель, которому ведущий дает одну из пяти карточек с названием определенного стиля поведения в конфликте с соответствующим девизом:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Стиль «Конкуренция»: «Чтобы я победил, ты должен проиграть». -Стиль «Приспособление»: «Чтобы ты выиграл, я должен проиграть». -Стиль «Компромисс»: «Чтобы каждый из нас что-то выиграл, каждый из нас должен что-то проиграть». -Стиль «Сотрудничество»: «Чтобы выиграл я, ты тоже должен выиграть».

	<p>-Стиль «Избегание»: «Мне все равно, выиграешь ты или проиграешь, но я знаю, что в этом участия не принимаю».</p> <p>Каждая группа обсуждает и готовит сценку, в которой демонстрируется предложенный ей вид поведения в конфликте.</p>
Рефлексия	<p>Обсуждение: проводится в форме ответов на вопросы:</p> <p>Как данный вид поведения в конфликте повлиял на эмоциональное состояние, на чувства его участников?</p> <p>Могли ли другие виды поведения в этой ситуации быть более полезными для участников?</p> <p>Что заставляет людей выбирать тот или иной стиль поведения в конфликте?</p> <p>Какой стиль самый конструктивный для взаимоотношений людей?</p>

IV) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики
«Интегративность»



- Арт-терапевтическая техника «Дорожки в лесу»

Название/автор	«Дорожки в лесу»/Киселева М.В.
Вид работы	Арт-терапевтическая техника
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ИНТЕГРАТИВНОСТЬ» Параметр: ЦЕЛОСТНОСТЬ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Целостность коллектива
Цель	Способствовать развитию целостности коллектива, профилактика и коррекция нарушений целостности коллектива
Смысловая канва	Упражнение помогает развитию, коррекции и профилактике нарушений чувства целостности в коллективе. Кроме того, помогает снизить психологическое напряжение у участников, помогает развивать творческий потенциал. За счет коллективной творческой работы над созданием общего творческого продукта формируется состояние объединения у участников группы.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока)
Реквизит	Пространство класса, парты, 4 ватмана, краски, кисти, восковые мелки.
Инструкция	<i>«Представьте, что вы пришли в красивый лес и гуляли там много часов. До вас в лесу не было дорожек, а после того, как вы закончили прогулку – их стало множество. Вы гуляли не по прямой, а ходили так, как хотели. Теперь с помощью мелков воссоздайте маршруты своих тропинок. Главное правило -тропинка должна идти от одного края леса и заканчиваться в другом. Теперь вы видите, что между дорожками появились островки. Закрасьте их такими цветами, какими хочется. А теперь разукрасьте островки любыми узорами»</i>
Ход занятия	Парты сдвигаются в центр класса, на них расположены 4 ватмана, которые необходимо склеить заранее вместе. Каждый участник по очереди с помощью воскового мелка чертит извилистую линию от одного края ватмана до другого. Начинать можно с любого края, вести линию до любого края. После того, как дорожки расчерчены, участникам группы предлагается закрасить красками островки в любые цвета и оттенки. После того, как островки закрашены, участники украшают их любыми простыми узорами, тоже красками.
Рефлексия	В конце занятия получившийся общий арт-объект предлагается обсудить. На что это похоже? Какие чувства вызывает? Комфортно ли было работать вместе? Возникали ли какие-то трудные ситуации? Как их преодолевали? После этого задача группы – придумать общее название.

	Далее обсуждается место размещения арт-объекта, желательно на видном месте в классе.
--	--

• Упражнение «**Карabas**»

Название/автор	«Карabas»/ пространство интернета
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ИНТЕГРАТИВНОСТЬ» Параметр: ОРГАНИЗОВАННОСТЬ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Организованность в выполнении коллективных задач
Цель	Способствовать развитию организованности класса, профилактика и коррекция нарушений организованности.
Смысловая канва	Данное упражнение развивает внимание и быстроту реакции. Обсуждение упражнения позволяет участникам осознать, что для выполнения общей задачи необходимо быстро ориентироваться в намерениях, тактике, состоянии других участников, согласовывать свои действия с действиями других. Чаще всего встают более общительные, стремящиеся к лидерству ребята. Те, кто встает позже – менее решительны. Есть те, кто сначала встает, затем садится – это «2совесть» группы. Безынициативной является та группа, которая не встает вообще.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	11-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья, флип-чарт для записи осознаний в процессе рефлексии.
Инструкция	<i>«Сядьте в круг на стулья. Когда я буду называть число – должны встать столько человек, сколько я называю. Задание выполняется молча, обсуждать и договариваться нельзя»</i>
Ход занятия	Для проведения игры участники располагают по кругу. Ведущий произносит число и участники должны, не договариваясь встать со стульев, количество человек должно соответствовать названной ведущим цифре. Садятся после того, когда ведущий сказал - «СПАСИБО». Выполнять задание нужно молча. Тактику выполнения задания участники вырабатывают в процессе упражнения, ориентируясь друг на друга. В начале лучше называть числа 5-7, в середине 1-2. В конце можно называть числа больше. Ведущий блокирует попытки обсудить и принять какую-либо форму алгоритмизации работы.
Рефлексия	При обсуждении можно говорить о проявлении инициативы и проблеме принятия на себя ответственности за то, что происходит в группе.

• Упражнение «Веревка»

Название/автор	«Веревка»/ пространство интернета
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ИНТЕГРАТИВНОСТЬ» Параметр: СРАБОТАННОСТЬ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Сработанность в выполнении коллективных задач
Цель	Способствовать развитию сработанности класса, профилактика и коррекция нарушений сработанности.
Смысловая канва	Упражнение показывает важность самоорганизации для достижения сработанности коллектива. Позволяет обнаружить лидеров, позволяет оценить способность группы координировать свои действия.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	11-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья, флип-чарт для записи осознаний в процессе рефлексии.
Инструкция	<i>«встаньте в круг плотно и возьмитесь руками за веревку. Закройте глаза и образуйте квадрат (круг, ромб, трапецию, многоугольник, звезду (по возрасту)).</i>
Ход занятия	Участники становятся в круг, держась обеими руками за общую веревку, после чего веревку затягивают и завязывают так, чтобы участники стояли плотно друг к другу. Ведущий просит закрыть глаза. Задание участникам – образовать квадрат. Глаза можно открыть всем вместе после того, как группа решит, что квадрат получился. Тот, кто открыл глаза раньше – выбывает из игры и может стать наблюдателем, который поможет группе обсудить упражнение. Далее можно выстроить круг, ромб, трапецию, многоугольник, звезду (по возрасту).
Рефлексия	Обсуждение после выполнения упражнения включает вопросы от ведущего: - Что было наиболее трудным в решении задачи? - Какой прием компенсировал отсутствие зрительного контакта? -Каким образом появился лидер/лидеры? - Как лидерам удалось объединить усилия для выполнения общей задачи? Удалось ли поставить общую цель – выполнить задание выше стремления быть главным? (если несколько лидеров).

• Занятие «Мои ценности – ценности класса»

Название/автор	«Мои ценности – ценности класса»/ Каштанова М.Н., Вавилова А.Д
Вид работы	Занятие в стиле «мозговой штурм»
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ИНТЕГРАТИВНОСТЬ» Параметр: ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

методике и диагностическому параметру	
Мишень развития/профилактики, коррекции	Пространство ценностных ориентиров
Цель	Способствовать развитию схожести ценностных ориентиров, профилактика и коррекция расхождения ценностей в коллективе.
Смысловая канва	Упражнение помогает осознанию ценностной сферы как отдельной личности, так и общих, коллективных ценностей.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	11-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья кругом, флип-чарт, листы бумаги, ручки, канцелярские планшеты, ватман.
Инструкция	<i>«Подумайте и назовите сферы жизни человека, которые вы знаете. Запишите свои ценности по каждой из сфер. Прочитайте вслух то, что получилось по очереди, а я буду записывать на флип-чарте. Давайте обведем общие ценности и запишем их отдельно на ватмане»</i>
Ход занятия	<p>1 этап -Ведущий предлагает подумать и назвать какие сферы можно выделить в жизни человека. На флип-чарте создается список. Ведущий дополняет, если список ощущается не полным.</p> <p>2 этап -Участникам раздаются листы бумаги. Задача – самостоятельно написать список того, что ценно для каждого. Учесть все сферы жизни: учеба, дружба, семья, собственная личность, будущая профессия, развитие, успех и т.д.</p> <p>3 этап – По очереди участники оглашают вслух свои ценности, а ведущий записывает и на флип-чарте. Те ценности. Которые совпадают у участников, ведущий обводит.</p> <p>4 этап – На ватмане создается общий для класса список ценностей, который при желании дополняется в обсуждении и располагается на стене кабинета, закрепленного за классом. Название можно дать такое «НАШИ ОБЩИЕ ЦЕННОСТИ/ЦЕННОСТИ НАШЕГО КЛАССА»</p>
Рефлексия	<p>ВАЖНО! Ценности должны быть не только материальные, но и социальные, духовные (дружба, взаимопонимание). Задача ведущего подвести класс к этому на основе опыта прохождения прошлых упражнение. Например, если в упражнении «веревка» выяснилось, что ребятам сложно координировать действия для общего результата, можно об этом напомнить, т.к. список создается общих ценностей, а не индивидуальных.</p> <p>Также задача ведущего акцентировать внимание, как много личных ценностей, которые на самом деле общие.</p> <p>Также важно проговорить, что индивидуальные ценности тоже очень важны, и если для кого-то ценно заботиться о животных, а никто в классе больше этого не назвал, то это не значит, что нужно отказываться от того, что не совпадает с мнением большинства.</p> <p>Главное баланс – коллективного и индивидуально. При этом напомнить, что уверенный в себе человек, преданный своему делу может свои ценности распространить в коллективе, например</p>

	<p>пригласить одноклассников поработать волонтерами или предложить попробовать свой вид спорта товарищам.</p> <p>Все эти темы обсуждаются после завершения работы со списком ценностей класса.</p>
--	--

• Занятие «**Плакат: наши традиции**»

Название/автор	«Плакт: наши традиции»/ Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Занятие
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «ИНТЕГРАТИВНОСТЬ» Параметр: НАЛИЧИЕ ТРАДИЦИЙ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Система норм, представлений, правил и образцов, которой руководствуется коллектив в своей жизнедеятельности.
Цель	Способствовать развитию традиций в классе, коррекция отсутствия традиций.
Смысловая канва	Упражнение помогает осознанию важности наличия традиций, помогает понять смысл этого важного признака коллектива, а также дает основу для создания собственных традиций класса, которые закладываются в процессе этой работы.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	11-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья кругом, флип-чарт, листы бумаги, ручки, канцелярские планшеты, ватман
Инструкция	<i>«Вспомните и напишите существующие традиции в вашем классе»</i>
Ход занятия	<p>1 этап – мини-лекция ведущего о понятии традиций по заранее подготовленному конспекту (Что такое традиции, примеры, когда зародились в обществе людей, признаки, зачем они нужны, как помогают, что бывает, когда традиции отсутствуют в коллективе, бывают ли деструктивные традиции)</p> <p>2 этап – на листах бумаги участники пробуют вспомнить и написать уже сложившиеся традиции класса</p> <p>3 этап – каждый по очереди зачитывает то, что удалось написать, а ведущий фиксирует на флип чарте</p> <p>4 этап – обсуждение общего списка, есть ли те традиции, который изжили себя и которые стоит отменить. Какие традиции нужно добавить – предложения.</p> <p>5 этап формирование нового списка и занесение его на ватман под названием «НАШИ ТРАДИЦИИ»</p>
Рефлексия	В завершении занятия принимается решение о датах, которые можно назначить для реализации традиций. Также стоит договориться о ближайшей дате, чтобы закрепить одну из традиций. Можно проговорить, что список мы оставляем открытым и традиции могут дополняться.



V) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Референтность»

- Техника мандала «**Мандала 30-мы**»

Название/автор	«Мандала 30-мы»/модификация Вавилова А.Д.
Вид работы	Техника мандалотерапии
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РЕФЕРЕНТНОСТЬ КЛАССА» Параметр: ВНУТРЕННЯЯ ПРИЧАСТНОСТЬ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Ощущение внутренней причастности к коллективу, профилактика и коррекция нарушений чувства причастности к коллективу среди его членов.
Цель	Способствовать развитию внутренней причастности к коллективу, профилактика и коррекция нарушений внутренней причастности к коллективу.
Смысловая канва	<p>Как и любые техники мандалотерапии, помогает затронуть бессознательные процессы личности человека и запустить изменения на глубинных уровнях.</p> <p>На всем протяжении истории человечества цвет использовался для выражения чего-либо, озарения или целительства. Считалось, что цвета стимулируют внешнее зрение таким образом, чтобы пробудить внутреннее зрение.</p> <p>Наиболее известной формой священного искусства является <u>мандала</u>. Мандалы — это нечто большее, чем просто рисунки, выполненные на бумаге, ткани или песке, это есть способ объединения того, что было разобщено в единое целое. <u>Мандала</u> содержит в себе сущность определенной мысли или концепции и благодаря своей композиции или цветовой схеме она активно притягивает сознание к этой концепции.</p> <p>В чем-то <u>мандалу</u> можно сравнить с картой сокровищ, или картой желаний, с той лишь разницей, что в <u>мандале</u> преимущественно используются цветовые вариации и символы, а не предметы. Хотя, никто не мешает вам создавать карту сокровищ в форме круга, и она автоматически становится при этом мандалой.</p> <p>Круг - символ единства и целостности, которых мы пытаемся достичь в своих устремлениях.</p> <p>Каждая мандала стимулирует внутренние творческие силы в особой манере, характерной для ее композиции. Ее можно создать, чтобы пробудить любую внутреннюю силу или устремление.</p> <p>Мандалу очень часто используют в целительстве, или создают с целью притянуть что-либо в свою жизнь. Композиция символов и цветов, заключенная в мандале, становится преобразователем, изменяя наше электромагнитное поле и помогая установить связь с</p>

	<p>нашей недостающей частью, вызывая изменения на физическом плане.</p> <p>Мандала работает наилучшим образом, если она создана самим человеком. Создание и раскрашивание мандалы - само по себе несет мощный целительный эффект, а работа с ней дает вам ключ к изменению жизни.</p> <p>Мандалы пробуждают скрытые ресурсы личности человека.</p> <p><u>Характеристики Мандал:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -управляются человеческой мыслью (т.е. вами самими), поэтому, чем положительнее информация, тем больше энергии она привлекает к себе через этот канал; -сами они не являются источниками энергии, они только ее проводят, притягивают из единого энергоинформационного пространства; -их энергия мгновенно распространяется на любые расстояния, пронизывая все препятствия; взаимодействие человека с ними происходит непрерывно, и интенсивность этого обмена постоянно увеличивается; -на работу с ними настройка производится мысленно, вне зависимости от их местонахождения, поскольку они хранятся в любом месте. Пользоваться ими можно в любое время суток; -их можно класть, ставить так, как вы захотите - действие от этого не ослабнет. -работать с ними можно ежедневно, по индивидуальной потребности, например, по 15-30 минут. <p>Мы модифицировали технику для работы по формированию внутреннего единства коллектива.</p> <p>ВАЖНО! Использовать эту технику необходимо с особой осторожностью, учитывая главный принцип: «не навреди», т.к. она работает с бессознательным. Приступая к данной технике ведущему необходимо проработать свое собственное внутреннее состояние, быть положительно настроенным, иметь в запасе достаточное количество времени, грамотно провести подготовительный этап, создать атмосферу принятия и доверия. Если ведущий ощущает, что на данном этапе нет возможности создать необходимое пространство и состояние – лучше пропустить эту технику.</p>
Форма работы	Работа целым классом вместе с классным руководителем. Это упражнение желательно проводить психологу, чтобы классный руководитель смог создать центральную мандалу для композиции общей мандалы класса.
Возраст обучающихся	11-18 лет
Продолжительность	135 минут (Зурка по 45 минут)
Реквизит	<p>Пространство класса, парты сдвинуты в центре класса для образования общего стола (допустимо работать на полу, если есть в наличии такое помещение), флип-чарт, листы бумаги 10 на 10 см для каждого участника, лист 20 на 20 см для классного руководителя, краски, кисти, баночки для воды, масляная и сухая пастель, арт-материалы для украшения (звездочки, блестки, стразы и т.д.) канцелярские планшеты, 4 ватмана, склеенные вместе, клей, ножницы, слайды с примерами мандал, музыка для релаксации.</p>

Инструкция	<p><i>«Вы теперь знаете, что такое мандала, зачем она нужна и как она создается. А теперь на своем листе создайте свою мандалу, которая будет отражать то состояние, ресурс или пожелание классу от вас. Важно, чтобы то состояние, которое вы зашифровываете принадлежало вам, это должно быть то, что вы сами транслируете, умеете и чем готовы поделиться или научить одноклассников.»</i></p>
Ход занятия	<p>1 этап – участники садятся за парты, сдвинутые вместе в центре кабинета. На общем столе располагаются заранее подготовленные материалы. Ведущий проводит подготовительный этап, рассказывает о мандалотерапии, ее принципах, возможностях, структуре построения мандал.</p> <p>2 этап – участники создают свою собственную мандалу на листах 10 на 10 см. Классный руководитель создает свою на листе 20 на 20 см. Перед созданием, каждый участник зашифровывает свой ресурс (состояние, пожелание), которое хочет передать классу. ВАЖНО: время на сколько возможно должно быть не ограничено, процесс должен быть плавным, на этом этапе допустимо использование релаксационной музыки фоном.</p> <p>3 этап – участники презентуют свои мандалы классу и рассказывают о состоянии, которое они зашифровали. Кто-то хочет привнести в пространство коллектива позитив, кто-то добавить активности, кто-то привнесет дружелюбие или общительность. Важно, чтобы это качество было в самом авторе мандалы, то, чем реально он может поделиться с одноклассниками, чему может научить. ВАЖНО: мандалы не переносят негатива, этот момент стоит обсудить заранее, состояние должно быть ресурсное. Если у участника группы негативный настрой, ему в самом начале нужно подойти психологу для беседы по выходу в ресурс. Если даже после индивидуальной беседы не удастся достичь гармоничного состояния, психолог предлагает понаблюдать, как работают другие и забрать домой свой чистый лист, чтобы доработать дома и позже наклеить свою мандалу на общую работу.</p> <p>4 этап – Когда презентация всех мандал заканчивается и озвучены зашифрованные состояния, на общем ватмане создается коллективная мандала. Работа классного руководителя приклеивается в центр, а мандалы участников вокруг.</p> <p>5 этап – Коллективная мандала класса дорабатывается, украшается. Можно обозначить связи друг с другом красивыми линиями или другими фигурами.</p>
Рефлексия	<p>Здесь ведущий мотивирует на осознание общего состояния, которое транслирует коллективная мандала. Обсуждаются чувства в процессе работы, ассоциации, принимается решение, в каком месте кабинета можно разместить изображение.</p> <p>Также, ведущий рассказывает, как можно взаимодействовать, чтобы в будущем иметь возможность заряжаться от мандалы и использовать ее ресурс (медитация).</p> <p>В конце по очереди можно поделиться, чья мандала может быть полезна и для кого. Например, если кто-то создал мандалу «активности», ее может оценить тот, кто часто ленится и т.д.</p>

	Если ведущий знаком с техниками медитации, можно дополнить рефлексию телесной практикой «наложения рук», когда участники могут приложить руку к чье-либо мандале и, закрыв глаза, понаблюдать образы и чувства, которые возникают при прикосновении.
--	--

• Занятие «Герб-бейдж, девиз, гимн класса»

Название/автор	«Герб -бейдж, девиз, гимн класса»/ общеизвестные техники для объединения, модификация Каштанова М.Н. Вавилова А.Д.
Вид работы	Занятие на основе техник арт-терапии.
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РЕФЕРЕНТНОСТЬ КЛАССА» Параметр: ЗНАЧИМОСТЬ КОЛЛЕКТИВА
Мишень развития/профилактики, коррекции	Внутреннее ощущение значимости коллектива
Цель	Способствовать развитию значимости коллектива, профилактика и коррекция нарушений ощущения и понимания значимости коллектива для его членов.
Смысловая канва	Разработка герба, девиза, гимна способствует формированию коллективного пространства, общности, повышению значимости группы. Это занятие обязательно проводится вместе с классным руководителем.
Форма работы	Работа целым классом с разделением на группы по задачам в процессе выполнения.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут) с дополнительным домашним заданием.
Реквизит	Пространство класса, столы, составленные вместе, масляная пастель, фломастеры, карандаши цветные и простые, ручки, линейка, циркуль, флип-чарт.
Инструкция	<u>Инструкцию дает классный руководитель:</u> <i>«Сегодня мы начнем работу над разработкой и созданием герба, девиза и гимна нашего класса. Главное правило – активное участие всех. Я прошу высказывать свои идеи, предлагать решения, честно говорит, если вы с чем-то не согласны в корректной форме для того, чтобы в процессе высказывания аргументов наш коллектив смог создать продукты отличия нашего класса, которые стали бы значимыми для каждого из нас»</i>
Ход занятия	1 этап: Создание герба класса после обсуждения ресурсов и возможностей, стремлений и целей данного коллектива. Герб разрабатывается и наносится на заранее подготовленный плотный лист акварельной бумаги. Далее вставляется в красивую рамку и вешается на видном месте в кабинете. Домашнее задание для классного руководителя: сделать скан герба, перенести его в формат бейджа и в ближайшее время раздать всем ученикам. Сделать общее фото с бейджами-гербами для последующего использования его на стенде, аватарке группы класса.

	<p>2 этап: на основе герба обсуждается и формулируется девиз класса. Далее выбирается рабочая группа (тех, кто умеет красиво писать, владеет техниками оформления и нанесения шрифта). Для этой группы дается домашнее задание – оформить текст девиза, чтобы можно было вывесить его в классе.</p> <p>3 этап: сочинение гимна класса. В общем обсуждении формулируются тезисы, которые важно внести в текст. Далее выбирается рабочая группа (кто любит сочинять, пишет стихи). Для этой группы дается домашнее задание – оформить тезисы для гимна в готовый текст.</p> <p>4 этап: выбирают рабочую группу (те, кто увлечен/занимается музыкой). Домашнее задание для них подобрать или сочинить мелодию для гимна.</p> <p>5 этап: выбирают рабочую группу (те, кто не вошел в предыдущие группы). Их задача – разместить герб, девиз на стенах класса, а также организовать репетиции коллективного исполнения гимна класса, проследить, чтобы гимн был выучен всеми одноклассниками и заснять на видео исполнение. Чтобы все ученики класса и классный руководитель были в кадре, можно привлечь для съемки родителей.</p>
Рефлексия	Рефлексия проводится позже, когда все этапы выполнены. На классном часе просматривается видео с исполнением гимна, обсуждаются чувства, акцент делается на значимости коллектива.

- Занятие по изготовлению стенда «**Мы гордимся**»

Название/автор	«Мы гордимся»/ общеизвестная техника повышения гордости за достижения в коллективе, модификация Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Занятие
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РЕФЕРЕНТНОСТЬ КЛАССА» Параметр: ГОРДОСТЬ ЗА КОЛЛЕКТИВ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Внутреннее ощущение гордости за коллектив, профилактика и коррекция нарушений чувства гордости за коллектив.
Цель	Способствовать развитию гордости за коллектив
Смысловая канва	Изготовление стенда достижений, на котором можно размещать материальные символы успехов и важных событий класса, поможет фиксировать, осознавать, запоминать и закреплять мотивацию к достижению и формировать гордость за коллектив.
Форма работы	Работа целым классом с разделением на группы по задачам в процессе выполнения – девушки и юноши. К работе можно привлечь нескольких родителей – пап с инструментами и мам с дизайнерскими способностями.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, столы, сдвинутые в двух концах кабинета, заготовка для стенда, материалы для работы и установки стенда, арт-материалы, канцелярские материалы.

Инструкция	<i>«Сегодня мы будем создавать стенд для размещения достижений нашего класса своими руками. Сначала мы обсудим общий проект все вместе, а затем юноши и папы смастерят основу стенда, а девушки и мамы создадут дизайнерские элементы для наполнения, а также подумают и выразят наглядно несколько последних достижений класса, чтобы стенд начал наполняться».</i>
Ход занятия	1 этап: Общее обсуждение проекта стенда достижений: форма, размер, зоны, что предполагается размещать, оформление, цвета, украшения. 2 этап: Юноши и папы создают основу стенда, девушки и мамы выполняют подготовку наполнения 3 этап: Размещение стенда на стене класса.
Рефлексия	Обсуждение хода работы, комфортно ли было работать вместе, за счет чего получалось взаимодействовать, договариваться. Обсуждается то, что в ближайшее время может быть вывешено на стенд.

• Упражнение «**Письмо директору**»

Название/автор	«Письмо директору»/ Вавилова А.Д.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РЕФЕРЕНТНОСТЬ КЛАССА» Параметр: ВАЖНОСТЬ КОЛЛЕКТИВА
Мишень развития/профилактики, коррекции	Внутреннее ощущение важности коллектива
Цель	Способствовать развитию важности коллектива, профилактика и коррекция нарушений осознания коллектива, как важного и значимого.
Смысловая канва	Упражнение помогает актуализировать мотивацию к осознанию важности коллектива для каждого его участника. Написание письма помогает собрать и выразить в творческом задании мнение каждого о том, что важного уже сделал или собирается сделать коллектив класса.
Форма работы	Работа целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, листы бумаги, ручки, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Представьте, что директор нашей школы выбирает один класс для участия во всероссийском конкурсе ЛУЧШИЙ КЛАСС СТРАНЫ. Было принято решение, что желающие участвовать классы должны написать письмо-презентацию на имя директора, в котором нужно аргументировать, доказать, что именно ваш класс достоин того, чтобы его выбрали на этот престижный и важный конкурс. Приз за победу – поездка в любую точку нашей страны целым классом на неделю каникул. Ваша задача прямо сейчас всем вместе составить такое письмо-презентацию, в котором нужно грамотно, последовательно изложить, почему директор должен выбрать для участия именно ваш класс».</i>

Ход занятия	Участники садятся в круг и начинают обсуждение, вырабатывает алгоритм (сначала обсуждают-потом пишут, каждый пишет сам, потом соединяют лучшее, обсуждают-и одновременно фиксируют тезисы), группа работает так, как решает сама. Через 25 минут письмо должно быть готово.
Рефлексия	Обсуждает выбранный алгоритм работы, удалось ли всем высказаться, что было трудно, какие чувства вызывает готовое письмо, удалось ли почувствовать, что коллектив класса много добился, важен для участников.

VI) БЛОК для работы по параметрам диагностической методики «Микроклимат»



• Упражнение «Триады Рассела»

Название/автор	«Триады Рассела», Кузьмин Г.С.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «МИКРОКЛИМАТ» Параметр: ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Доброжелательность во взаимодействии, профилактика и коррекция нарушений доброжелательного взаимодействия между членами коллектива.
Цель	Способствовать развитию доброжелательности во взаимодействии одноклассников, профилактика и коррекция недоброжелательности.
Смысловая канва	<p>Упражнение помогает осознать тонкую грань, между корректным высказыванием и высказыванием, которое может причинить эмоциональную боль другому человеку. Участники наглядно увидят, как одна и та же мысль может быть «упакована» в совершенно противоположную «обертку» фразы. Кроме осознания отличий таких фраз и обсуждения их влияния на собеседника, ребята смогут потренироваться менять фразу без изменения сути.</p> <p>Подростки склонны к максимализму, и порой они ранят друг друга не из жестокости, а потому что считают, что «Нужно говорить правду». Сам по себе «мотив правды/искренности» важен для многих юношей и девушек, которые в силу возраста имеют несозревшую «персону» (социальную маску) – и это совершенно естественно. Данное упражнение снимет внутренний конфликт, который звучит для многих из них так: либо говорить правду, но быть жестоким, либо пощадить другого, но быть лжецом.</p> <p>Во время упражнения произойдет тренировка «переодевания» фраз без потери сути (правды). На наш взгляд, такой навык поможет увеличить «градус» доброжелательности в коллективе. Если кто-то из ребят не сможет перестроиться сразу, все равно, зерно понимания, что такой способ существует у него останется, и при напоминании классным руководителем сути этого упражнения в будущем поможет закрепить результат в реальных жизненных ситуациях.</p>
Форма работы	Целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство класса, стулья кругом, канцелярские планшеты, листы бумаги, ручки, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Ваша задача написать примеры триад Рассела на своих листа, после этого мы послушаем все вместе, что получилось у каждого из вас, а в конце потренируемся использовать навык изменения высказывания на более доброжелательное».</i>
Ход занятия	1 этап: Ведущий дает теоретическую часть о сути Тριάд Рассела: 1. Она – высокомерная

	<p>Ты – предъявляешь людям высокие требования Я – знаю себе цену</p> <p>2. Враждующая страна – фальсифицирует данные Дружественная страна – следит за рейтингом Моя страна – формирует общественное мнение</p> <p>3. Враждующая страна – захватывает территории Дружественная страна – расширяет территории Моя страна – присоединяет принадлежащие по праву территории</p> <p>4. Чужой ребенок – ведет себя невыносимо Ребенок друзей – немного расшалился Мой ребенок – активный, живой ребенок</p> <p>5. Он – жаждет власти Ты – доминантен в общении Я – лидер</p> <p>2 этап: Участники составляют по три своих триады и записывают их на своих листах. После этого все по очереди записывают в круг то, что получилось. Делятся впечатлениями.</p> <p>3 этап: Участники по двое садятся в центр круга, обращаются друг к другу и пробуют в корректной форме озвучить заостренную черту партнера по паре. Ведущий следит за корректностью, в случае нарушений доброжелательности включается, поправляет, поддерживает, просит проговорить чувства, если кто-то подвергся не совсем корректному высказыванию – это тоже дает дополнительный эффект, т.к. тот, кто сформулировал фразу недоброжелательно тут же получает обратную связь к примеру: «когда ты сказал именно так, я разозлился/обиделся и даже было желание встать и уйти/сказать и тебе что-то неприятное. ВАЖНО! На этом этапе очень важна психотерапевтическая работа ведущего.</p>
Рефлексия	В конце занятия группа садится в круг и происходит подробное обсуждение чувств, осознаний, мыслей, применения опыта, полученного из этого упражнения в реальной жизни.

• Упражнение «Доверяю»

Название/автор	«Доверяю»/ общеизвестное телесноориентированное упражнение
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «МИКРОКЛИМАТ» Параметр: ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ОБСТАНОВКА
Мишень развития/профилактики, коррекции	Доверие между членами коллектива
Цель	Способствовать развитию комфортной психологической обстановки в классе, профилактика и коррекция недоверия между членами коллектива.
Смысловая канва	Доверие между членами коллектива является основой комфортной психологической обстановки.

Форма работы	Целым классом, вместе с классным руководителем, который тоже участвует в упражнении.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство всей школы. Желательно проводить во второй половине дня, чтобы коридоры были свободны, повязки для глаз, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Я предлагаю каждому из вас на время лишиться зрения, а остальным побыть его поводырями. Нужно взять человека за руку и аккуратно поводить его по школе, каждого должны поводить двое одноклассников и классный руководитель. Во время того, как вы будете находиться с завязанными глазами и следовать за вашим поводырем – отмечайте внутри себя чувства, мысли, ощущения, комфортно или некомфортно. Я попрошу тех, кто водит человек быть максимально осторожными, заботиться о его безопасности, соблюдать медленный темп».</i>
Ход занятия	<p>1 этап – Вводная теоретическая информация от ведущего о важности доверия для людей, о том, к чему приводит недоверие в коллективе. Мозговой штурм о признаках доверия (Как мы понимаем, что доверяем человеку?)</p> <p>2 этап – По очереди каждый (и классный руководитель тоже) оказывается с завязанными глазами. Задача других участников также взять его за руку и поводить по коридорам школы, лестница, поворотам. Каждого участника водят 2-3 человека + классный руководитель! Важно, чтобы все побывали с завязанными глазами, и все побывали поводырями.</p> <p>3 этап – обсуждение чувств, мыслей, осознаний</p>
Рефлексия	Вопросы для обсуждения на этапе рефлексии: Удалось ли почувствовать доверие? Как быстро удалось его достичь? Если не удалось, то какие чувства были? Есть ли те, кто с одними людьми почувствовал, а с другими нет? Что нового на осознание?

- Упражнение «**Никнейм**»

Название/автор	«Никнейм»/ Вавилова А.Д.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «МИКРОКЛИМАТ» Параметр: ПРИНЯТИЕ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Принятие в атмосфере коллектива
Цель	Способствовать развитию атмосферы принятия в классе, благодаря которой становится возможным безопасно выразить свое мнение.
Смысловая канва	Упражнение помогает потренировать навык безопасного проявления своей личности в коллективе. Когда человек создает свое уникальное индейское имя, он проявляет свою индивидуальность и внутренний мир через него. Последующее одобрение коллективом его имени – формирует пространство принятия личности каждого ученика.

Форма работы	Целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	120 минут (3 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство класса, стулья кругом, флип-чарт, канцелярские планшеты, листы бумаги, масляные цветные мелки.
Инструкция	
Ход занятия	<p>ВАЖНО! чтобы это упражнение проводил психолог.</p> <p>1 этап – Создание атмосферы. Погружение в атмосферу занятия путем визуализации легенды об индейцах, знакомство с инструкцией к созданию индейских имен.</p> <p>Психолог спрашивает участников, знают ли они кто такие индейцы. Проводит мозговой штурм: «Что вы знаете об индейцах, какие они, как вы к ним относитесь, какие сильные стороны есть у этого народа»</p> <p>Психолог рассказывает заранее подготовленные интересные ресурсные факты об особенностях индейского народа.</p> <p>Психолог рассказывает легенду об индейском народе.</p> <p>2 этап – Творческий процесс создания имен, рисунков-символов имен. Презентация имен в круг по очереди.</p> <p>Психолог переходит к теме индейских имен, их особенностей, связи с природой и качествами носителя имени. Рассказывает о том, как совместный просмотр фильма об индейцах с дочерью лег в основу этой методики. Делится личным опытом ресурсного воздействия имен.</p> <p>Психолог дает инструкцию по технике визуализации, предлагает закрыть глаза, представить, что вы забыли свое имя. Предлагает вспомнить свои важные качества, яркие черты характера и на основе этого придумать себе ИНДЕЙСКОЕ ИМЯ.</p> <p>Далее, имя записывается большими буквами на лист бумаги.</p> <p>Планшеты с листами раскладываются в круг одновременно (чтобы не было смущения начинать первым). Психолог напоминает, что одно из правил принимать мнение другого без осуждения и оценок. Также говорит, что чувства можно и нужно высказывать и может случиться так, что имя вызовет эмоции, тогда об этом нужно сказать здесь и сейчас, помнить о доброжелательности в высказываниях.</p> <p>Каждый по очереди знакомит группу с его новым именем. Затем подробно рассказывает, что повлияло на выбор имени.</p> <p>Далее, психолог коротко рассказывает, что часто в рисунках можно увидеть больше, чем в словах и предлагает каждому нарисовать свое вновь полученное имя. Дает инструкцию по безопасной работе с рисунками в группе.</p> <p>Каждый выполняет свой рисунок в тишине.</p> <p>Каждый в круг рассказывает о своем рисунке. Что нового позволил увидеть рисунок.</p> <p>3 этап - Организация психокоррекционной обратной связи, стимулирование осознаний и выводов, активирование желаний применить полученный опыт в реальных взаимоотношениях.</p>

Рефлексия	<p>Самый важный этап занятия. Ему уделяется повышенное внимание. Психокоррекция происходит именно на этом этапе. Здесь подробно дается обратная связь всех участников друг другу. Ведущий помогает осознаниям через правильные вопросы, делится тем, что заметил, как наблюдатель, вытаскивает ресурсы, помогает найти связь с реальной жизненной ситуацией, помогает найти решения, связывает с запросом на начало занятия.</p> <p>Обсуждение чувств, мыслей, осознаний. Что нового удалось узнать о себе и одноклассниках? Чьи имена запомнились, заинтересовали и почему. Также ведущий, если есть время, дает обратную связь о символическом значении имен (если имя «Бурный Водопад», можно акцентировать внимание об эмоциональности человека, если «Тайная Пещера» - поговорить о богатом, во многом скрытом внутреннем мире и т.д.</p>
-----------	--

• Упражнение «Роза и чертополох»

Название/автор	«Роза и чертополох»/ Киселева М.В.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «МИКРОКЛИМАТ» Параметр: САМОРЕГУЛЯЦИЯ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Навык саморегуляции
Цель	Способствовать развитию регулировать негативные проявления, профилактика и коррекция негативного фона в коллективе.
Смысловая канва	Упражнение обучает правилам конструктивной критики, помогает потренировать навык корректного выражения несогласия, а также умения давать поддерживающую безоценочную поддержку.
Форма работы	Целым классом
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство кабинета, стулья в круг, флип-чарт.
Инструкция	<i>«Пригласи в центр круга того, кому хочешь попробовать дать конструктивную критику. Пользуйся флип-чартом с правилами. Начинай с розы (поддержки). Начинай фразу с «Я ДАЮ ТЕБЕ ЭТУ РОЗУ ЗА ТО ЧТО ТЫ...». Далее переходи к конструктивной критике «И Я ДАЮ ТЕБЕ ЭТОТ ЧЕРТОПОЛОХ ЗА ТО ЧТО ТЫ...»</i>
Ход занятия	<p>1 этап – ведущий на флип-чарте записывает правила конструктивной критики и конструктивной поддержки. Отдельно акцентирует, что конструктивная критика нужна в некоторых ситуациях и приводит примеры, что с помощью обратной связи о нашем неправильном поведении мы можем меняться.</p> <p>2 этап – ведущий спрашивает у участников, у кого есть друг к другу претензии, которые они хотели бы проработать. По желанию выходит участник в центр и приглашает выйти того, кого он выбрал. Они садятся на стулья в центре круга (стулья поставлены под углом 30 градусов – на этом ведущий делает акцент, такое расположение помогает большей конструктивности, чем позиция «Лоб в лоб».</p>

	<p>Тому участнику, кто инициировал выход в руки даются две миниатюры: цветок, который ведущий называет «роза» и колючка, которую ведущий называет «чертополох» (вариации могут быть разные – голубь и скорпион, корабль и пират).</p> <p>По очереди участники пары пробуют, имея перед глазами на флип-чарте правила конструктивной критики и похвалы – правильно дать обратную связь о том, что нравится и о том, что не нравится в поведении этого человека, передавая сначала розу, а затем чертополох.</p> <p>Группа слушает, ведущим в режиме здесь и сейчас поправляет, просит попробовать еще раз, если какое-либо правило нарушается.</p> <p>Правила, записанные на флип-чарте следующие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Подумать, имеешь ли ты право критиковать в этой ситуации 2- Выслушивать позицию собеседника 3- Допускать право на ошибку (и по отношению к себе) 4- Уместность 5- Признание права на другое мнение 6- Наедине 7- Обращение к факту, действиям. А не личности 8- Мотив – поиск решения, а не месть 9- Ровный спокойный тон 10- Отметить позитив 11- Рассказать о похожем своем опыте ошибки 12- Приводить аргументы <p>Конструктивная поддержка также отличается от похвалы. Похвала содержит оценку, что вызывает напряжение. (пример: ты симпатичный – это похвала. Я испытываю симпатию к тебе – это поддержка. Ты умный – оценка, ты справишься – поддержка.)</p> <p>Пары выходят по очереди и по желанию.</p> <p>3 этап – Обсуждение полученного навыка.</p>
Рефлексия	<p>В обсуждении разбираются вопросы:</p> <p>Удалось ли почувствовать отличия конструктивной критики/поддержки?</p> <p>Что чувствовали герои в парах, когда проскальзывала неконструктивная формулировка?</p> <p>Какие реакции были, когда критика была дана правильно?</p>

VII) БЛОК для работы по параметрам
диагностической методики «Самоуправляемость»



• Упражнение «**Правила нашего класса**»

Название/автор	«Правила нашего класса»/ общеизвестное упражнение, модификации Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Упражнение
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «САМОУПРАВЛЯЕМОСТЬ» Параметр: «ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТЬ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Дисциплинированность
Цель	Способствовать развитию дисциплинированности, профилактика и коррекция нарушений дисциплины.
Смысловая канва	В любом устойчивом во времени объединении людей существуют правила, если правил нет – то это не сообщество, а стихийное неустойчивое собрание. Поэтому блок по развитию самоуправления класса мы рекомендуем начать с закрепления правил класса. Правила помогают проходить трудные ситуации в коллективе, снижают чувство тревоги и неопределенности, помогают достигать ощущения целостности группы, состояния «Мы», регулируют нарушения, направляют. Важно. Чтобы правила были осознанны, всем известны и сформулированы сами учениками и классным руководителем.
Форма работы	Всем классом с обязательным участием классного руководителя.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	45 минут (1 урок)
Реквизит	Пространство кабинета, парты составлены вместе в центре, флип-чарт, листы бумаги, ручки ватман, фломастеры, линейки.
Инструкция	<i>«Сегодня мы с вами поработаем над созданием правил нашего класса. Давайте сначала обсудим, выскажем свое мнение, предложения, а затем создадим список правил, который сможем дополнять в течение года при необходимости»</i>
Ход занятия	Участники садятся в круг за составленными вместе партами. 1 этап - Ведущий дает вводную часть о важности правил, приводит примеры (каким бы был футбол без правил? А игра в шахматы?). Подводит группу к необходимости правил. Затрагивает нюанс о том, что если правила неизвестны, то это не значит, что их нет и о том, что правила, которые не осознаны и не приняты большинством в коллективе, они могут приносить вред (пример: негласное правило брать чужие ручки и не отдавать – это вредит всем, но все так делают). 2 этап – свободная дискуссия, в которой участники пробуют осознать уже сложившиеся правила, оценить их

	<p>полезность/вредность, отмечают, что важно сохранить и внести в список, а от чего стоит отказаться. Добавляют новые правила исходя из потребностей, которые сами высказывают. Классный руководитель участвует в дискуссии на равных, предлагает, говорит о своих потребностях как наставника в коллективе. Обсуждаются также санкции за нарушение правил. Ведущий на флип-чарте записывает принятые правила, которые проводятся голосованием.</p> <p>3 этап – участники оформляют на ватмане список правил. Обязательно нужно оставить свободное место для того, чтобы осталось понимание, что не правила управляют людьми, а люди правилами, что список можно дополнять, корректировать.</p>
Рефлексия	<p>Обсуждение процесса работы, какие чувства были после принятия правил? Как правила могут помочь? В каких ситуациях будут работать? Можно спросить каждого, какое из правил для него будет сложнее всего выполнять? Что может помешать выполнить правила и как с этим работать? Ведущий обязательно напоминает о праве на ошибку, которая есть у каждого, предупреждает, что при нарушении правил коллектив ни в коем случае не должен допускать унижение и подавление к нарушителю. Еще раз обсудить санкции – конкретные, возможные для всех, не унижительные, которые используются только с одной целью – тренировка саморегуляции и ответственности. Например: при нарушении правил человек получает дополнительное дежурство по кабинету вместо того, кто на этой неделе ни разу не нарушал правила.</p>

• Игра «Журналисты»

Название/автор	«Журналисты», Вавилова А.Д.
Вид работы	Игра
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «САМОУПРАВЛЯЕМОСТЬ» Параметр: «ИНТРАГРУППОВАЯ АКТИВНОСТЬ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Интрагрупповая активность в коллективе
Цель	Способствовать развитию интрагрупповой активности, профилактика и коррекция нарушений интрагрупповой активности.
Смысловая канва	Упражнение помогает запустить интрагрупповую активность в игровой форме.
Форма работы	Всем классом с классным руководителем на вступительной встрече, когда дается задание и на завершающей встрече, когда происходит знакомство с результатами интервью (портретами). В остальное время ребята должны самоорганизоваться, самим выбрать время, опросить всех по списку класса. Можно сообщить задание родителям, чтобы помогли в организации. Выбранную тактику работы можно обсудить на завершающем занятии, даже если она была не совсем успешна, проговорить как опыт.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	2 недели (можно увеличить время еще на 2 недели, если классный руководитель знает о большой учебной загруженности детей). Это упражнение не на скорость, а на качество.

Реквизит	Пространство класса, стулья в круг, список тем для интервью, жеребьевочная коробочка, списки класса раздать каждому для помощи в саморегистрации.
Инструкция	<p><i>«Представьте, что следующие 2 недели вы приняты на работу журналистами. Ваша задача вытянуть с помощью жребия тему и провести интервью по этой теме с каждым одноклассником. Интервью вы можете проводить по своим вопросам, которые составите сами дома. Начинать можно с завтрашнего дня. Важно, чтобы это не были односложные ответы «Я люблю кошек», ваша задача разговорить собеседника, а какой породы кошек ты любишь, есть ли у тебя дома кошки, когда в первый раз тебе понравились эти животные, что ты о них знаешь, какие качества этих животных тебе близки. и т.д. Чтобы через две недели мы смогли встретиться и с помощью ваших интервью лучше познакомиться друг с другом»</i></p>
Ход занятия	<p>Ведущий предлагает одноклассникам в течение следующей недели-двух стать журналистами. Задача ребят собрать информацию о своих одноклассниках. Информация должна быть подробной и собирать ее нужно в форме интервью: т.е. найти время и побеседовать с каждым на заданную тему, зафиксировать полученные данные наиболее близко к источнику.</p> <p>Для этого заранее ведущий создает список из 30 тем-вопросов (домашние животные, путешествия, любимые занятия, представление о будущем, чему хотел бы научиться и т.д). Темы с помощью жеребьевки распределяются и закрепляются за каждым. Например, если ребенку досталась тема: «Способы справиться с трудностями», он должен в течение 2-х недель провести интервью с каждым из класса и подробно записать его способы преодоления сложных ситуаций. Это не должны быть односложные ответы. Нужно войти в роль журналиста, подготовить свои вопросы, которые помогут развить тему. Т.о. готовое задание будет выглядеть как мини-тексты проведенных интервью с каждым одноклассником.</p> <p>У каждого участника будет своя тема, общий продукт в конце будет выглядеть как полноценный портрет каждого, с которым группа знакомится на завершающей встрече через 2 недели. Все тексты можно сложить в отдельную папку класса и отдать на хранение классному руководителю. Если упражнение проводилось в пятом классе – в девятом можно вновь собраться и прочитать ответы друг друга (можно раздать на выпускном на память).</p> <p>Классный руководитель также участвует в упражнении, у него тоже берут интервью по всем 30-ти вопросам. Таким образом каждый получит возможность провести интервью классному руководителю.</p>
Рефлексия	<p>На завершающей встрече, когда все портреты собраны, классный руководитель зачитывает то, что получилось, одноклассники получают возможность ближе познакомиться с миром каждого из них, задать дополнительные вопросы, понять, кто близок по интересам или точке зрения на различные вопросы. Если чьи-то ответы или мнение кому то близко, можно дать возможность высказаться (Я узнала, что Лена любит ходить в поход, а я тоже часто хожу в походы, я узнал, что Миша очень злится, когда ему говорят неправду, я тоже испытываю подобные чувства).</p>

	Также обсуждается выбранная тактика работы каждого, успешность или трудности в саморегуляции.
--	---

• Игра «Журналисты 2»

Название/автор	«Журналисты 2»/Вавилова А.Д.
Вид работы	Игра
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «САМОУПРАВЛЯЕМОСТЬ» Параметр: «ИНТЕРГРУППОВАЯ АКТИВНОСТЬ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Интергрупповая активность в коллективе
Цель	Способствовать развитию интергрупповой активности, профилактика и коррекция нарушений интергрупповой активности.
Смысловая канва	Упражнение помогает запустить интергрупповую активность в игровой форме.
Форма работы	Всем классом с классным руководителем на вступительной встрече, когда дается задание, и на завершающей встрече, когда происходит знакомство с результатами интервью (портретами). В остальное время ребята должны самоорганизоваться, самим выбрать время, опросить по пять человек из других классов школы. Можно сообщить задание родителям, чтобы помогли в организации. Выбранную тактику работы можно обсудить на завершающем занятии, даже если она была не совсем успешна, проговорить как опыт.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	2 недели (можно увеличить время еще на 2 недели, если классный руководитель знает о большой учебной загруженности детей). Это упражнение не на скорость, а на качество.
Реквизит	Пространство класса, стулья в круг, список тем для интервью.
Инструкция	<i>«Вы вновь становитесь журналистами, только теперь будете работать не в привычном городе, а едете в командировку. Ваша задача взять интервью в пяти жителей другого города (ученики других классов школы). Темы могут быть те же самые, можно выбрать пять или более. Остальное задание остается прежним: интервью должно проходить по вами составленным вопросам, быть подробным, собранные факты о людях вы оформляете в виде печатного текста. Как журналисты – не забудьте об этическом вопросе – нужно сообщить, что эти факты собираются для печати, и заранее спросить, согласен ли человек, чтобы вы о нем написали статью».</i>
Ход занятия	Эта игра является продолжением предыдущей игры «Журналисты». И вновь каждый побудет в роли журналиста, берущего интервью, только у учащихся других классов. На этот раз у участников еще больше свободы, они могут выбрать пять любых обучающихся школы, договориться о времени. Составить вопросы для интервью, законспектировать ответы. Темы можно взять прежние, журналист

	<p>выбирает сам несколько тем и беседует по ним с выбранными ребятами из других классов.</p> <p>Когда портреты по интервью готовы, класс собирается на итоговой встрече и знакомит одноклассников с результатами работы.</p> <p>!!!Для старших классов упражнение можно усложнить – сам ведущий заранее договаривается с классами, ученики которых будут давать интервью, собирает списки, а затем методом жребия каждый участник вытягивает пятерых людей с указанием класса, с которыми ему нужно познакомиться и взять интервью.</p>
Рефлексия	<p>На завершающей встрече, когда все портреты собраны, ведущий зачитывает то, что получилось, одноклассники получают возможность ближе познакомиться с обучающимися из других классов.</p> <p>Можно обсудить, с какими трудностями сталкивались участники при выполнении задания. Какие тактики использовали, чтобы найти контакт с учениками из других классов, каким образом убедили их ответить на свои вопросы. Поразмышлять о том, чему научил этот вид работы, почему важно общаться не только внутри класса, как этот навык может пригодиться в школьной и взрослой жизни.</p> <p>Также обсуждается выбранная тактика работы каждого, успешность или трудности в саморганизации.</p>

- Ежеквартальное классное мероприятие «**Выборы**»

Название/автор	«Выборы»/Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Ежеквартальное классное мероприятие
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «САМОУПРАВЛЯЕМОСТЬ» Параметр: ЦЕНТР САМОУПРАВЛЕНИЯ КЛАССА
Мишень развития/профилактики, коррекции	Аппарат самоуправления
Цель	Способствовать созданию легитимного авторитетного центра класса
Смысловая канва	На наш взгляд, данное упражнение является необходимой основой для формирования способности коллектива к самоуправлению. Самоуправление сможет сформироваться только при внутренней мотивации самих членов коллектива, именно поэтому мы рекомендуем в самом начале взрослого пути коллектива (5 класс) сделать ежеквартальные выборы центра самоуправления традиционными.
Форма работы	Всем классом вместе с классным руководителем.
Возраст обучающихся	12-18 лет
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство актового зала, стулья рядами полукругом, трибуна, флип-чарт, фломастеры, бейджи с гербом класса, карточки (красные желтые и зеленые) для голосования, микрофон, для выступающих, запись гимна класса.

Инструкция	<p><i>«Сегодня мы собрались на выборы центра управления класса, наша задача сегодня – определить, какая структура управления будет в нашем классе, какие должности мы введем и выбрать путем аргументированной дискуссии и честного голосования тех, кто на один квартал займет эти должности. В начале зимы мы вновь соберемся на выборы и также путем голосования решим, оставляем ли мы наш центр управления без изменений или рассматриваем новые кандидатуры».</i></p>
Ход занятия	<p>Такое мероприятие необходимо объявить ежеквартальным (начало осени, начало зимы, начало весны).</p> <p>Первую встречу можно пригласить учителя истории, как эксперта. Участие классного руководителя – обязательно. Лучше, если ведущим будет психолог, чтобы классный руководитель имел возможность участвовать в дебатах, обсуждениях.</p> <p>В начале мероприятия одноклассники надевают бейджи с гербом класса, прослушивают записанный на одном из предыдущих занятий гимн класса.</p> <p>Вводное слово с трибуны говорит ведущий (психолог, мотивирует, объясняет зачем проводим такое мероприятие – «чтобы вы сами могли регулировать жизнь класса, чтобы смогли почувствовать большую самостоятельность, чтобы стали более независимыми и взрослыми».</p> <p>Вводное слово с трибуны говорят классный руководитель и учитель истории, являющийся экспертом по возможным вариантам структуры самоуправления (может подсказать названия, представительства аппарата, виды самоуправления из которых ребята смогут выбрать то, что им кажется созвучнее для их класса).</p> <p>Далее решается вопрос структуры центра и должностей: будет ли президент класса или должен быть парламент, будут ли ведомства или демократические голосования. Обсуждение происходит через трибуну, каждый по очереди высказывает свое мнение, приводит аргументы.</p> <p>Далее происходят выборы, кто и какую должность займет до следующего голосования.</p>
Рефлексия	<p>На завершающем этапе подробнее проговариваются обязанности по должностям. Еще раз напоминает, что выборы произошли не навсегда, что данное мероприятие с этого дня становится традицией.</p> <p>В самом конце заседания Классный руководитель может вручить сладкие комплименты для закрепления положительного настроения (покупаются через родительский комитет).</p>



VIII) БЛОК для работы по параметрам
диагностической методики «Роль педагога»

- Набор кейсов «**Эмоциональный интеллект в управлении коллективом**»

Название/автор	«Эмоциональный интеллект в управлении коллективом»/Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Набор кейсов для групповой работы с классными руководителями
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РОЛЬ ПЕДАГОГА» Параметр: ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»
Мишень развития/профилактики, коррекции	Эмоциональный интеллект
Цель	Повышение уровня эмоционального интеллекта
Смысловая канва	Эмоции – это данные, которые помогают руководителю быть идеальным лидером. И, наоборот, если руководитель не понимает, что чувствуют другие люди, как лидер он неполноценен. Концепция чтения эмоций, как цифровых данных поможет классным руководителям, вынужденным работать с большим объемом информации и большим количеством учеников. Т.е. это не личностное сопереживание, а умение считывать эмоции для последующей успешной регуляции коллектива. Понимание эмоциональных реакций учеников означает, что учитель может определить эмоции, которые испытывают дети, разобраться, почему они их испытывают, и выбрать соответствующую модель своего поведения и действий, учитывая вовлеченные эмоциональные реакции.
Форма работы	Группа классных руководителей
Возраст обучающихся	Не ограничено
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство кабинета (зала), стулья в круг, канцелярские планшеты, флип-чарт, ноутбук, проектор, нарезка ситуаций из фильмов.
Инструкция	<i>«Просмотрите эпизод, а потом мы его обсудим» «Прочитайте сценки и с помощью сценария проиграйте ее. Остальные смотрят внимательно, отмечают все детали» «Сочините сценарий для своей сценки, сделайте несколько вариантов концовки, в зависимости от степени понимания эмоций ученика учителем»</i>
Ход занятия	Мы предлагаем нефиксированную, открытую схему работы, которую можно менять, подстраивать под предпочтения ведущего. Ориентиром является мишень – эмоциональный интеллект и 4-х этапность.

	<p>1 этап – Ведущий дает четкую подготовленную теоретическую часть по теме «Эмоциональный интеллект руководителя: признаки, польза, эффективность, умение применять»</p> <p>2 этап – Просмотр нарезки эпизодов из фильмов, мультфильмов, ералаша и т.д. ведущий может подобрать сам. Тема – эмоционально заряженное взаимодействие ученика-учителя. После просмотра происходит обсуждение: Какие эмоции испытывал ученик? Учитель? Как эти эмоции влияли на процесс общения? Что важно было заметить учителю? Как то, что он мог заметить могло сдвинуть процесс и вывести из тупика?</p> <p>3 этап – Ведущий предлагает кейсы-ситуации, которые проигрывают герои. После этого группа обсуждает по тем же вопросам, которые использовались во 2-й части. Добавляется обратная связь группы о сценке и вербализация чувств героев сценки.</p> <p>4 этап – Учителя разбиваются на мини-группы и сами сочиняют сценарий для сценки. Здесь важно прописать несколько (не менее 2-х) возможных вариантов, в зависимости как учитель понял эмоции ученика и как выстроил свое поведение.</p>
Рефлексия	<p>В завершении в круг обсуждаются осознания, оставшиеся вопросы, трудности, удачные способы выхода из ситуации – ведущий фиксирует жемчужины мудрости на флип-чарте, чтобы учителя смогли сфотографировать и использовать в работе.</p> <p>По кругу каждый называет реальную трудную эмоционально заряженную ситуацию с учеником, на которой он в ближайшее время применить полученный опыт, учитель может проговорить, что именно он готов попробовать.</p>

- Мозговой штурм «Трудные моменты в управлении коллективом», «Эффективные решения в управлении коллективом»

Название/автор	«Трудные моменты в управлении коллективом»/Каштанова М.Н., Вавилова А.Д.
Вид работы	Мозговой штурм
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	Диагностическая методика: «РОЛЬ ПЕДАГОГА» Параметр: ТРУДНОСТИ В КЛАССНОМ РУКОВОДСТВЕ
Мишень развития/профилактики, коррекции	Трудные ситуации в работе классного руководителя
Цель	Создать ощущение возможности выхода из трудных ситуаций в работе классного руководителя. Обмен действенными способами между коллегами.
Смысловая канва	Реальный опыт чаще лучший наставник, который по силе воздействия эффективнее теоретической базы. Поэтому в этом упражнении мы предлагаем педагогам взаимно обучить друг друга, поделиться способами. Которые реально сработали и принесли положительный результат. Кроме того, такой взаимообмен поможет

	ощутить себя не одинокими перед лицом проблем, увидеть, что каждый педагог сталкивается с подобными ситуациями. Поможет наладить контакт между коллегами, для дальнейшей возможности обращаться друг к другу за помощью.
Форма работы	Группа классных руководителей
Возраст обучающихся	Не ограничено
Продолжительность	90 минут (2 урока по 45 минут)
Реквизит	Пространство кабинета (зала), стулья в круг, канцелярские планшеты, листы, ручки, два флип-чарта.
Инструкция	<i>«Подумайте и назовите сложные, тупиковые ситуации в управлении коллективом, с которыми вам приходилось сталкиваться. Ситуации мы условно разделим на 2 типа: те, из которых не удалось выйти конструктивно и те, в которых вы нашли выход»</i>
Ход занятия	На одном флип-чарте ведущий записывает ситуации, с которыми не справились педагоги, на другом, с которыми справились. По тем, которые разрешились, участники рассказывают то, что им помогло, а к неразрешенным ситуациям группа общими силами ищет возможный в тех условиях выход.
Рефлексия	Обсуждение: Что нового удалось узнать? Какие способы подходят вам? Что вы можете в ближайшее время применить в работе? В какой ситуации будете применять? Сможете ли вы обратиться за помощью к коллегам после этого занятия? Кто из группы открыт, чтобы к нему обращались? Было ли что-то новое и полезное на осознание сегодня?

IX) БЛОК для работы с детско-родительским коллективом



Детско-родительский квест «**Вырасти родителей**»

Название/автор	«Вырасти родителей»/Вавилова А.Д.
Вид работы	Детско-родительский квест (можно сказать, что наш квест – МОДИФИЦИРОВАННЫЙ детско-родительский тренинг).
Соответствие диагностической методике и диагностическому параметру	НЕТ СООТВЕТСТВИЯ , т.к. блок работы с родителями является дополнительным.
Мишень развития/профилактики, коррекции	Детско-родительские взаимоотношения
Цель/задачи	<p>1-Развитие, профилактика и коррекция детско-родительских отношений</p> <p>2-Мотивация родителей на активное участие в жизни ученического коллектива их детей.</p> <p>Задачи:</p> <p>А) психокоррекционные</p> <ul style="list-style-type: none">- психокоррекция деструктивных детско-родительских отношений- восстановление и сохранение эмоционального контакта родителя и ребенка <p>Б) воспитательные</p> <ul style="list-style-type: none">- воспитание семейных ценностей- формирование осознанного отношения к себе, своей семье, миру, окружающим людям <p>В) развивающие</p> <ul style="list-style-type: none">- развитие навыков эффективного взаимодействия детей и родителей <p>Г) образовательные</p> <ul style="list-style-type: none">- повышение психологической грамотности <p>Д) профилактические</p> <ul style="list-style-type: none">- профилактика конфликтов- профилактика семейного неблагополучия- сохранение психологического здоровья семьи- профилактика невротических расстройств у детей и родителей
Смысловая канва	<p>Наш квест основан больше на получении реального опыта, тренировке реальных навыков взаимодействия. Информирование, безусловно, происходит, но опосредованно. Мы ставили основной задачей отработку навыков эффективного взаимодействия между членами семьи.</p> <p>Кроме того, играть вместе весело и интересно, любая совместная форма деятельности сплачивает. Квест- хороший способ проведения семейного досуга.</p> <p>Игровой момент – снимает напряжение</p>

	Психотерапевтические нюансы ускоряют осознание деструктивных паттернов в собственном взаимодействии, а, следовательно, способствуют улучшению семейной атмосферы.
Форма работы	Детско-родительские группы
Возраст обучающихся	12-14 лет
Продолжительность	4 этапа квеста. Каждый этап – отдельная встреча раз в неделю по 2 часа. Занятия проводятся в группе (5-7 семей: родитель(ли) и ребенок, то есть 10-14 человек). Срок реализации: 1 месяц.
Реквизит	Зал, флип-чарт со специальными фломастерами, канцелярские планшеты для каждого участника группы, арт-материалы, ноутбук с колонками, проектор, песочница с песком и набор миниатюр для песочной терапии.
Инструкция (легенда)	«Ваших родителей похитил злой волшебник. Он заколдовал их в маленьких детей. И есть только одна возможность их вернуть – самим на время стать взрослыми и справиться с недетскими испытаниями. За каждое выполненное испытание вы и ваш родитель получаете по 1 баллу-году каждый. Таким образом, победителем станет та семья, которая наберет большее количество лет и лучше всех ВЫРАСТИТ РОДИТЕЛЯ . В каждом испытании можно просить подсказку. Чтобы выиграть подсказку нужно пройти небольшое дополнительное испытание (эти испытания есть на карточках героев-педагогов, готовятся заранее, как и подсказки).»
Технологическая карта квеста	<p><u>Квест герои:</u> Герои-подсказчики - педагоги Герои в паре на испытаниях – родители Психолог – ведущий группы Помощник для подсчета баллов Проходят испытания – дети, каждый сам за свою семью. При этом работают в парах с чужими родителями. Это даст дополнительный эффект профилактики конфликтов в коллективе детей и родителей. Они получают возможность лучше познакомиться с одноклассниками сына или дочери, и с их родителями. Также взаимодействие родителей и педагогов в игровом пространстве поможет наладить взаимодействие, которое необходимо в условиях реализации ФГОС.</p> <p><u>Основное задание (основная идея):</u> Основная цель участников – вырастить своего родителя, зарабатывая баллы от прохождения заданий. Задания представляют собой психотерапевтические упражнения на тренировку необходимых качеств и навыков. Т.к. смысл в помощи прохождения подросткового кризиса в семье, то подтекстом задания выбраны на помощь в сепарации - психологическом отделении от родителей при сохранении доверительного контакта.</p> <p><u>Сюжет и передвижение по нему:</u> Сюжет представлен как этапы взросления, и каждое упражнение представляет собой следующий возрастной кризис. Таким образом, мы продвигаемся хронологически и моделируем прохождение всех первых 4-х кризисов: 1 года, 3 лет, 7 лет, 13 лет-17 лет. То, что ребенок меняется местами с родителем, на наш взгляд, даст толчок в формировании ВЗРОСЛОГО у всех членов семьи.</p>

	<p><u>Задания и препятствия:</u> Задания первого блока – на сепарацию Задания второго блока могут быть на доверие Задания третьего блока- на решение конфликтов Задания 4 блока – на работу с чувствами</p> <p><u>Навигаторы:</u> Находятся у педагогов героев квеста. В случае с упражнением Скульптура это может быть магнитофон с песней про ладони, рукопожатие, или подобное. Их вручают после прохождения дополнительного испытания.</p> <p><u>Ресурсы:</u> Ребенок получает после выполнения основного задания и дополнительных, которые нужны для подсказок. Слайды со ссылками и раздаточный материал, который выдается после каждого упражнения.</p>
<p>Рекомендации по проведению квеста</p>	<p>До начала осуществляется подготовка материалов, карточек с заданиями и подсказок. Подготовка педагогов, участвующих в квесте.</p> <p>Подготовка родителей осуществляется за 10-15 минут до начала игры. Кроме того, на индивидуальных консультациях можно обсудить важные моменты.</p> <p>Все родители рассаживаются за отдельные столы. Это станции-препятствия. Все необходимые атрибуты подготовлены заранее. Родители - герои в испытаниях. При каждом испытании ребенок работает с родителем, не со своим! Родитель передает ему задачу. Задача организована на работу в паре с родителем. У родителя прописана роль, какой возраст он представляет. Далее дается возможность импровизации «погрузитесь в возраст 3-х лет, вспомните себя, как бы вы отреагировали, как говорили». Также заранее прописаны метки, которые нужны для роли.</p> <p>Каждый ребенок по очереди обходит все станции. Индивидуальный маршрут дается на руки. Каждый ребенок получает ресурс (балл) за прохождение задания. Балл соответствует 3-м годам, на которые взрослеет его родитель.</p> <p>Если выполнить сложно – герои-подсказчики - педагоги дают подсказку, после выполнения дополнительного задания.</p> <p>В конце производится подсчет голосов и поздравляется семья-победитель.</p>
<p>Ход занятия</p>	<p>15 минут – Знакомство, вступление. Каждый представляется по очереди и продолжает предложение «СЕМЬЯ -.....»</p> <p>15 минут - Ролевая игра «Невербалика». Родитель впал в младенчество. Не понимает слов. Без слов покормить и собрать на прогулку, используя мимику, движения, взгляд, любые способы общения, кроме вербального Обсуждение: кто как себя чувствовал? Что можно менять, что можно сохранить как важный навык?</p>

	<p>Теория: Невербальный канал общения. Слайд, раздаточный материал.</p> <p>15 минут – Ролевая игра «Трудные чувства». Родителю уже три года, и теперь он стал часто злиться, переживать и все чаще говорит, - «Я сам». Сегодня его разозлил вредный мальчишка на прогулке. Он в истерике. Твоя задача успокоить его. Сделай так, чтобы он улыбнулся. Обсуждение: Что было трудно? Что легко? Теория: правильная поддержка в эмоционально трудных ситуациях. Слайд, раздаточный материал.</p> <p>15 минут- Ролевая игра «Подбадривание». Родителю 7 лет, он отказывается идти в школу, т.к. он очень волнуется из-за выступления на концерте. Уговорить пойти в школу используя не похвалу, а подбадривание. Обсуждение: Что помогало, что мешало? Теория: чем похвала отличается от подбадривания. Слайд и раздаточный материал.</p> <p>15 минут- Скульптура. Твоему ребенку сейчас 13 лет. Вам стало трудно общаться. Может что-то не так в вашем взаимодействии. Давай проверим. Вырази ваши отношения с мамой (папой) в виде скульптуры. Обсуждение: Демонстрируется скульптура здоровых взаимоотношений. Кто как себя чувствовал. Кому удалось выйти к позе «за руку», кому не удалось. Что помогло? Что помешало? Теория: Отличия здоровых отношений от со-зависимости. Последствия со-зависимости. Слайд и раздаточный материал.</p> <p>15 минут – Семейные правила подростка. Ты родитель подростка 16 лет. У него сейчас нелегкий период. Вы поссорились, потому что ты зашел, не постучавшись, он закрылся в комнате и не хочет разговаривать. Твоя задача подумать, и составить обновленные семейные правила, и озвучить их ему. Если правила подойдут – он выйдет к тебе, и вы получите балл. Обсуждение: Есть ли в ваших семьях правила? Они общедоступны, обсуждались? Как давно правила пересматривались? Есть ли, что хочется поменять? Как это сделать? Как думаете, есть ли что-то, что не нравится другим членам вашей семьи? Теория: Семейные правила. Слайд, раздаточный материал.</p> <p>Поздравление семьи победителя. Победителями являются родитель и ребенок, чья семья набрала наибольшее количество баллов-лет.</p>
Рефлексия	<p>15 минут – завершение, рефлексия, мотивирование на следующую ступень, фото с общей работой. Чувства, мысли, что нового удалось узнать, как применять это в реальной жизни. Я-высказывание на группу, фото, письменные отзывы.</p>

Принципы психологической работы в группах, отличия психологического занятия от классического урока

1. Для эффективной работы группы важно, чтобы участники группы могли придерживаться определённых правил. Некоторые из правил являются первостепенными и обязательными, другие могут меняться в том или ином упражнении. Правила принимаются при первой встрече, в дальнейшем как ведущий, так и участники следят за их исполнением.

(список правил группы см. приложение 2).

Отличие: на уроке правила задает учитель, на группе правила предлагает ведущий, а участники принимают/не принимают/дополняют.

2. Главная задача ведущего – создание доверительной рабочей атмосферы, атмосферы принятия.

Отличие: на уроке учитель создает атмосферу послушания, четкого алгоритма работы для эффективного восприятия информации.

3. Ведущий не авторитарен, он в равных правах и обязанностях с другими членами группы.

Отличие: учитель – авторитарен, он главный и ведет за собой, его права и обязанности отличаются от прав и обязанностей учеников.

4. Ведущий обращает повышенное внимание на пассивных участников, работает с тем, чтобы их подключить.

Отличие: учитель часто ориентирован на сильных учеников, которые задают темп урока.

5. Ведущий постоянно подбадривает и поощряет, поддерживает участников.

Отличие: учитель передает информацию, обучает способам решения задач, озвучивает ошибки.

6. На группе всегда есть этап рефлексии участников и обратной связи ведущего.

Отличие: на уроке часто учитель блокирует выражение чувств и отношений участников к происходящему, вместо обратной связи – оценивает.

7. Атмосфера группы должна быть безоценочной (вместо оценок ведущий применяет обратную связь). Это часто трудный момент, его необходимо отработать ведущему. (Пример: если участник высказывает явно деструктивную позицию, необходимо менять его мнение не через пресечения, спор и или авторитарное подавление мнения. Нужно формулировать грамотные вопросы: Как ты считаешь, если ты не будешь общаться с одноклассниками к чему это приведет? А как они будут воспринимать тебя? А давай спросим остальных, ты готов, чтобы они дали обратную связь? Ок, попробуй так и посмотри – что будет. Нет ли какой-то части в тебе, которая с тобой не согласна? И т.д.

Отличие: на уроке оценочная атмосфера.

8. Для эффективной работы группы важна личность ведущего и его психо-эмоциональное состояние, поэтому накануне и в день проведения тренинга важно использовать техники саморегуляции. Если ведущий раздражен – это состояние воспримет вся группа, если нет энергии – группа станет безынициативной.

Отличие: учитель имеет право законсервировать свои эмоции, отложить их проработку и работать только на уровне информационного обмена и регуляции процесса урока.

9. На психологической группе участники чаще всего сидят кругом – это очень важно.

Отличие: на уроке обучающиеся сидят за партами.

10. Ведущий группы наблюдает не только за действиями, но и за эмоциональными реакциями участников.

Отличие: в задачи учителя не входит постоянное отслеживание и работа с чувствами.

11. Главная функция ведущего – помогающая

Отличие: главная функция учителя – обучающая.

12. Ведущий группы ставит важнее процесс, чем результат. Допускает и принимает отсутствие изменений или даже регресс и откат группы, как естественные процессы жизнедеятельности личности участников. (Человек имеет право быть больным, быть несчастным, конфликтовать, мыслить деструктивно и т.д. – это его выбор в любом случае. Психолог ответственен только за создание атмосферы для изменений и предлагает способы, за результат ответственен каждый участник лично).

Отличие: для учителя важен результат, отсутствие результата учитель воспринимает как провал (переживает, делает все возможное для появления результата).

13. На тренинге допустим шум, разговоры и оживленная обстановка.

Отличие: на уроке важна тишина.

14. Участники тренинга могут высказываться в любой момент, когда появились переживания. Ведущий обговаривает это с самого начала, сообщает, что его можно перебивать, подняв руку или как-то еще заявив о своем желании высказаться.

Отличие: учителя нельзя перебивать.

15. На группе важно неформальное общение. Для ведущего допустимо смеяться вместе с участниками, выражать свои чувства в правильной форме, рассказывать примеры из своей жизни.

Отличие: на уроке соблюдается формальное общение.

16. Сумма больше ее частей, группа больше ее членов. Процессы в группе могут быть стихийными и непредсказуемыми, поэтому ведущему важно быть пластичным и незацепленным за план занятия. Если ведущий запланировал занятие по обсуждению правил группы, а на группе случился конфликт – нужно перестроить, отложить занятие по правилам и подключить другие техники по решению конфликтов. Такой навык помогает двигать группу вперед, если ведущий умеет улавливать запрос группы и подстраивать под него – изменения появятся быстрее.

Отличие: учитель работает по плану урока.

17. Ведущий группы должен уметь быстро и аутентично менять свои роли в процессе. В какой именно профессиональной роли будет выступать ведущий, зависит от того, какие виды деятельности и этапы проходит группа. Он может стать: -активным руководителем, аналитиком, комментатором, посредником, членом группы, инструктором, фасилитатором (повышает интенсивность групповой деятельности) Можно бросить вызов группе путем констатации сложности упражнения и выражения сомнения, что группа справится), демонстратором моделей поведения, информатором, экспертом, транслятором обратной связи, сопереживающим и эмпатичным партнером по общению.

Отличие: учитель выступает в роли руководителя.

18. Ведущий обладает высоким уровнем саморегуляции. Если ведущий позволит себе нарушить правила или выйти из себя, группа даст большой откат.

Отличие: учитель тоже человек, иногда он может повысить голос, отказать в общении, выгнать из класса, применить сарказм, не заметить несправедливость, для ведущего группы это НЕ ДОПУСТИМО, главное потому, что на уроке формальная обстановка, а на тренинге участники глубоко открывают свою личность, и то, что в процессе урока – ранит на поверхности, а то, что на тренинг может ранить гораздо глубже.

19. Главный принцип ведущего (психолога) – НЕ НАВРЕДИ!

Отличие: главный принцип педагога – научи.

Правила работы группы:

- 1- **Конфиденциальность.** Все, что я услышу здесь – я никому не расскажу, я имею право быть уверенным, что и другие сохраняют конфиденциальность.
- 2- **Говорить по очереди, не перебивать.** Я не перебиваю речь другого человека, когда я хочу что-то сказать – я поднимаю руку. Когда я говорю, то имею право на такое же отношение со стороны участников группы и ведущего.
- 3- **Правило уважения друг друга.** Если чье-то мнение расходится с моим, то это нормально. Каждый имеет право на свою точку зрения. Я не высмеиваю и не унижаю достоинство другого человека, даже если его мировоззрение отличается от моего собственного.
- 4- **Правило активности.** Я активно участвую во всех видах групповой работы, проявляю инициативу и задаю вопросы, если они возникают. Таким образом, получаю максимум от встречи.
- 5- **Правило безоценочности.** Я не даю оценку действиям, суждениям человека, или его личности. Я говорю только о своих чувствах по этому поводу. Я не говорю: «Ты злой». Я говорю «Я злюсь на тебя». Я не говорю: «Ты симпатичный». Я говорю: « Я испытываю симпатию к тебе».
- 6- **Правило СТОП**
Я могу не отвечать на вопросы и не участвовать в действиях, которые заставляют меня чувствовать себя неудобно или неловко. Меня могут попросить объяснить причину отказа. Ведущий также может пользоваться этим правилом. Это правило прошу применять только тогда, когда это действительно необходимо!
- 7- **Правило равенства**
Все участники тренинга и ведущий равны в своих правах. Также как и разделяют ответственность. Правила групповой работы распространяются на всех участников и на ведущего. Любой участник, заметивший, что нарушается какое-либо из правил может обратить внимание группы на это.
- 8- **Телефоны в бесшумный режим**

Здесь представлены основные правила, которые обсуждаются с группой на первом занятии и продолжают действовать на каждом занятии групповой работы. Ведущий напоминает о правилах, когда это необходимо. Правила можно дополнять.