



Российский благотворительный фонд  
«Нет Алкоголизму и Наркомании» (НАН)

Городской Центр «Дети улиц»  
Московского Комитета по делам семьи и молодежи

Научно—исследовательский институт наркологии  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА  
ДЛЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ  
**« ТЕАТР »**

Москва 2000 г.

**Авторский коллектив:**

Баушева И.Л. - руководитель программы,

Буянова Е.Ф.

Гордина О.Г.

Дубровинская Е.И.

Вуколова П.

Фокин С.Б.

**Под общей редакцией:**

Зыкова О.В., Хананашвили Н.Л.

Издание серии «Работа с детьми группы риска»  
осуществлено при поддержке  
Фонда «Нор-Хау» МИД Великобритании

Серия «Работа с детьми группы риска». Выпуск № 3.

Реабилитационная программа

для детей и подростков «Театр». М.:

Российский благотворительный фонд

«Нет алкоголизму и наркомании» (НАН), 2000. – 44 стр.

ISBN 5-88516-022-8

© Российский благотворительный фонд

«Нет алкоголизму и наркомании» (НАН), 2000.



*Мы благодарны, прежде всего, юным участникам этой программы за их доверие, дружбу и общую творческую атмосферу.*

*Мы выражаем признательность всем, кто помогал реализовывать идею профессиональными советами и человеческим участием – руководителю проекта Закотину Андрею, научному руководителю Сироте Н. А., режиссеру Жуану До Эгито Кристовао Жоао, авторскому коллективу Международной мастерской театра синтеза и анимации «Интерстудио» и многим другим заинтересованным в этом проекте людям. Этот проект лишь начало дальнейшей большой работы.*

## СОДЕРЖАНИЕ

Обращение президента Фонда НАН Зыкова О.В. к читателям издательской серии «Работа с детьми группы риска» .....	5
1. Введение. ....	7
2. Содержание программы «Театр» .....	10
2.1. С какими детьми мы работаем .....	10
2.2. Как работает программа «Театр» .....	12
2.3. Первичный контакт .....	13
2.4. Методы работы с детьми .....	13
2.5. Сценарий ролевой игры «Корабль» .....	15
2.8. Завершение курса программы. ....	40
3. Привлечение ресурсов средств к реализации программы .....	42

## **ОБРАЩЕНИЕ ПРЕЗИДЕНТА ФОНДА НАН ЗЫКОВА О.В. К ЧИТАТЕЛЯМ ИЗДАТЕЛЬСКОЙ СЕРИИ «РАБОТА С ДЕТЬМИ ГРУППЫ РИСКА»**

*Уважаемый коллега!*

Ты держишь в руках один из выпусков издательской серии «Работа с детьми группы риска». В этих монографиях изложен опыт Российского благотворительного фонда «Нет алкоголизму и наркомании» (Фонд НАН) по созданию территориальной модели, состоящей из технологий, направленных на эффективную деятельность различных органов, служб и учреждений в области вторичной профилактики алкоголизма и наркомании среди детей и подростков, которую мы назвали «Реабилитационное пространство для несовершеннолетних группы риска».

Понятие «вторичная профилактика» мы используем в соответствии с классификацией Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), где под первичной профилактикой подразумевается работа с организованными детскими коллективами и общественным сознанием по внедрению идей здорового образа жизни; вторичная профилактика направлена на работу с детьми группы риска; третичная профилактика предполагает работу с химически зависимыми пациентами с целью профилактики рецидива заболевания.

Формируя концепцию реабилитационного пространства для несовершеннолетних группы риска, мы исходили из трех главных принципов:

1. Никакая форма девиантного поведения, включая употребление детьми наркотиков, не может рассматриваться вне контекста иных проблем несовершеннолетнего, и, в силу этой причины, нельзя создать технологию, которая исправляет какую-то одну, отдельно взятую форму девиантного поведения.

2. Наши усилия должны быть направлены на защиту прав абсолютно всех несовершеннолетних; недопустима идея отделить «хороших» детей от «плохих», «плохих» наказывать и таким образом

защитить «хороших».

3. Любая реабилитационная технология должна начинаться с доверительного контакта с ребенком, а он возможен только там и тогда, где и когда ребенок сам готов вступить в этот контакт; в приложении к детям группы риска это, прежде всего, улица.

Именно поэтому мы считаем организацию уличной социальной работы наиважнейшим фактором эффективной деятельности реабилитационного пространства. В дальнейшем, основная задача любой технологической цепочки — не утратить то доверие, которое достигается между уличным социальным работником и несовершеннолетним. Для ребенка общение с представителями различных служб реабилитационного пространства должно протекать в едином понятийном ключе.

Реабилитационное пространство можно представить в виде дома, где фундаментом является ювенальное правосудие (правовой аспект реабилитационного пространства), само здание состоит из «кирпичиков» — реабилитационных программ, осуществляемых государственными (муниципальными) и негосударственными учреждениями и службами (организационный аспект реабилитационного пространства), цементируют это здание информационные технологии, обеспечивающие непрерывность пространства реабилитации (информационный аспект реабилитационного пространства).

В предлагаемой издательской серии сделана попытка рассказать, как мы строили это «здание» на территории Юго-Западного административного округа города Москвы, и что у нас из этого получилось. Мы старались быть честными с тобой, уважаемый читатель, и рассказали не только о наших успехах, но и о наших неудачах, описание которых, как нам кажется, не менее ценно при воспроизведении нашего опыта в других условиях или на других территориях, что и является основной целью представленных материалов. Мы убеждены, что внедрение на вашей территории модели реабилитационного пространства для несовершеннолетних группы риска — жизнеспособный и эффективный способ защитить права наших детей, а также создать условия к решению различных социальных проблем, таких как детская наркомания, безнадзорность и беспризорность.

## 1. ВВЕДЕНИЕ.

В основу реабилитационной программы «Театр» положена система методик групповой и индивидуальной работы с детьми и подростками посредством арт- и игровой терапии. Основной целью этой программы является помощь детям и подросткам в личностном развитии, приобретении новых навыков в общении с другими, понимание языка чувств, понимания себя и других, овладение более разнообразными средствами для выражения своего «Я». Конечно, при этом цели художественные, театральные не исчезают, но они подчинены главной идее, ради чего разработана и реализуется эта программа - поддержка и развитие ребенка.

В последние годы арт-терапия привлекает к себе внимание значительными перспективами «социального врачевания» детей и взрослых. Его основное преимущество в том, что он позволяет использовать наиболее полно все каналы коммуникации, вербальные и невербальные - язык жеста, тела, визуального образа, движения, звука. Это особенно важно при работе с детьми, которые не имеют еще достаточно развитых средств выражения своих переживаний и общения.

Первые опыты арт-терапии появились в 40-60 гг. благодаря развитию психодинамической теории, с которой связано представление о том, что спонтанная изобразительная деятельность способна выражать неосознаваемые содержания психической жизни. Бессознательное, воплощенное в определенной социально значимой форме, становится доступным для самоанализа, осознания собственных мотивов поведения и изменения его. Такая доступность является чрезвычайно важным фактором при работе с дезадаптивными детьми и подростками, так как позволяет без морализаторства, давления и репрессий установить психотерапевтический контакт, помочь им обрести психическую целостность и душевное равновесие. Это также важный воспитательный метод, помогающий детям постигать общечеловеческие духовные ценности.

Кроме того, данная форма работы является привлекательной для ребят, так как позволяет им говорить о себе, своих желаниях,

потребностях, в игровой и художественной форме, которая может стать социально значимой, открытой миру взрослых, которые не всегда хорошо понимают, чем живут их дети.

Основой психокоррекции и реабилитации в программе «Театр» является игра. В Толковом словаре русского языка приводятся следующие значения слова «играть» - «развлекаться, забавляться... проводить время в каком-либо занятии, служащем для развлечения, доставляющим, удовлетворение, удовольствие одним только участием в нем... Исполнять какое-либо музыкальное произведение на музыкальном инструменте..., изображать кого-нибудь или действовать в качестве кого-нибудь,... обнаруживать, проявляться каким-либо образом... Обращаться к кому-нибудь несерьезно, как к забаве, распоряжаться кем-чем-нибудь по своему произволу, пренебрежительно... Представлять на сцене, в театре... Изображать на сцене, исполнять какую-нибудь театральную роль... Принимать на себя какую-нибудь личину, притворяться, изображая собой что-нибудь... Сверкать, сиять, переливаться разными оттенками, отражаться... С живостью обнаруживать...».\* Емкость понятия, включающего в себя множество значений, свидетельствует о том, что игра занимает важное место в социокультурных отношениях человека.

Игра, являясь ведущей формой деятельности ребенка на определенной стадии развития, по мере взросления, уступает место другим видам, никогда полностью не исчезая из репертуара социальной активности. В процессе игры ребенок познает мир и самого себя. Игра важна для ребенка, потому что дает ему возможность выражения чувств и влечений, которые не находят выражения вне игры. Особую ценность в этом плане представляет драматическая, или ролевая игра. Ведущий детский психолог и психотерапевт Э.Эриксон указывает, что такая игра - самая естественная аутотерапевтическая мера для ребенка. «Когда ребенок играет, в отца или мать и ребенка, в великана и его убийцу, в зверя и охотника, учителя и ученика, полисмена и водителя, он экстериоризирует, проявляет свою внутреннюю драму, различные аспекты своей вну-

\* Ожегов С.И. Словарь русского языка. Москва, 1990г. стр. 238



тренней личности - таким же образом, как художник в произведении». \* Ребенок не только изображает себя, но и преобразует свою личность.

Функции драматической игры:\*\*

1. Подражание, которое связано с тем, что «ребенку необходима возможность разыгрывать то, что он видит, для того, чтобы это понять или, по крайней мере, почувствовать себя частью события»;\*\*\*
2. Разыгрывание реальных жизненных ролей, что помогает освоить их семье; другие, от которых требуют взрослого поведения, разыгрывают младенцев;
3. Выход запрещенных или социально не одобряемых побуждений (агрессия может проявляться в игре);
4. Обращение обычных ролей. Зрелый в обычном поведении ребенок играет роль младенца; скромный, робкий мальчик - доминирующую роль. «Через драматическую игру эти дети пытаются расширить свое Я, сломать ригидные и тесные пределы, которые обстоятельства ставят им»;
5. Разрешение в игре своих проблем;
6. Выражение подавленных потребностей (так, некоторые дети ищут в игре теплоту и внимание, которых они лишены в семье).

---

\* Erikson, Erik H. *Studies in the interpretation of play*. 1940, p.561. Цит. по И.Е.Берлянд. *Игра как феномен сознания*. Кемерово, 1992

\*\* И.Е.Берлянд. *Игра как феномен сознания*. Кемерово. 1992, стр.30

\*\*\* *Understanding Children's play*. New York, 1952, p.6

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ТЕАТР»

### 2.1. С какими детьми мы работаем

Программа «Театр» открыта для всех детей, имеющих интерес к этому виду деятельности. Но прежде всего, мы приглашаем тех детей и подростков, чья творческая энергия не находит места для выхода, кому трудно найти понимание со своими родителями и учителями, для кого поиск общего языка с окружающим миром является проблемой.

Как правило, это дети из дисфункциональных семей, которые в силу различных социальных и психологических причин не имеют необходимых условий для личностного роста.

Социальный статус этих семей может быть разным, но у них есть, как правило, общие признаки:

- семья испытывает недостаток в интимных, истинно близких отношениях;
- семейные роли жестко закреплены, неизменны;
- мотивация к изменению поведения основывается на чувстве стыда или страха;
- часты случаи насилия в различных формах;
- общение ограничено бытовыми проблемами;
- юмор, нежная забота, как правило, являются редкостью.

Дети из таких семей в большинстве случаев имеют комплекс проблем:\*

- трудности в общении - низкий уровень коммуникативной компетентности, неумение согласовывать свои действия с действиями партнеров, отсутствие адекватных способов разрешения конфликтных ситуаций, социальная изолированность;
- социальный инфантилизм - несформированность широких социальных мотивов, неотчетливые и размытые представления о социальных ролях и системе социально одобряемых отношений, неудовлетворительная или неадекватная ориентировка в

---

\* О.А.Карабанова. *Игра и коррекция психического развития ребенка.* Москва. 1997

- системе социальных норм и правил;
- трудности принятия и сохранения цели, отсутствие или низкий уровень развития способности планировать свои действия в соответствии с поставленной целью; неумение контролировать свои действия и предвидеть их последствия, неспособность правильно оценить результаты действия и внести необходимые коррективы в деятельность; неспособность действовать в соответствии с заданным образцом и правилом, импульсивность, «полевой» тип поведения и деятельности; чрезмерная зависимость от другого человека (взрослого или сверстника), проявляющаяся в конформности, безоговорочном признании авторитета Другого;
  - нарушения поведения - умеренная агрессивность, воровство (в случае, когда совершается только дома), эпизодическое употребление психоактивных веществ без сформированной зависимости (табак, алкоголь, наркотики);
  - трудности эмоционального развития - неспособность идентифицировать эмоциональные состояния и чувства как свои собственные, так и другого человека, трудности обозначения чувств и переживаний в речи и трудности осознания эмоциональных состояний, неспособность к эмпатии при наличии потребности в общении с другим человеком, несформированность социальных эмоций;
  - трудности личностного развития - трудности формирования Я-концепции, неадекватные представления о своих качествах, способностях и возможностях, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, неадекватная поло-ролевая идентификация;
  - фобические реакции - страх определенных объектов, действий и событий, реакция их избегания, высокая ситуативная и личностная тревожность.

Такие дети оказываются часто в опасных ситуациях, становятся жертвами криминальных личностей или сами могут совершать противоправные действия. Те меры, которые общество применяет к ним, зачастую еще больше увеличивают проблему этих детей.

Безусловно, реабилитационная программа «Театр» не сможет помочь всем детям, нуждающимся в помощи. И не все дети заинте-

ресуются таким видом деятельности. Но чем больше будет разнообразных программ для детей и подростков, тем больше будет шанс, что ребенок найдет то, что ему нужно, что компенсирует недостаток внимания со стороны воспитывающих его взрослых или поможет ему решить его личностные проблемы роста социально приемлемым образом.

## **2.2. Как работает программа «Театр»**

Основные формы работы с детьми и подростками проходят в виде совместной деятельности по созданию спектакля. Спектакль является конечным результатом, к которому стремятся все дети и взрослые участники.

Для его подготовки используются индивидуальные и групповые формы работы.

Групповая форма игротерапии в ряде случаев не может быть использована с самого начала работы с ребенком, а требует предварительного включения ребенка в индивидуальную форму работы.

Показания для индивидуальной формы арт- и игротерапии являются:

- крайняя агрессивность, часто немотивированная, проявляющаяся в форме физической и вербальной агрессии;
- случаи жестокости в отношениях с другими людьми;
- посттравматический стресс, связанный с катастрофой, насильственными действиями, тяжелой травмой.

Группа включает в себя 10-12 человек и двух ведущих - психологов или социальных работников. Желательно, чтобы взрослые, которые ведут эти занятия, обладали опытом актерского мастерства.

Занятия проходят два раза в неделю по 2 часа.

Группа открытая. Это значит, что в нее могут быть приняты новые участники, после того как группу покидают те, кто уже прошел цикл занятий. Эти ребята могут перейти на другой уровень сложности (например, написание сценария и участие в постановке спектакля).

После того, как спектакль создан, он может быть показан в школах, детских домах, в других местах. Важно, что юные артисты его играют и для родителей или других взрослых, к которым они

обращаются посредством исполненной пьесы, рассказывая что-то и о себе, о своих переживаниях.

### **2.3. Первичный контакт**

Первый раз на занятие в программу «Театр» ребенка приводит социальный работник или родитель, реже ребенок приходит сам. До занятия с ребенком и со взрослым беседует психолог. Ребенку рассказывается о том, что здесь мы делаем, какие у него есть возможности, если он захочет посещать наши занятия. Первичный контакт чрезвычайно важен для формирования мотивации ребенка на дальнейшее общение и занятия в театральной труппе. Если он с первых шагов почувствует тепло, поддержку, принятие и уважение его личности, то это уже можно считать большим успехом.

Также при первой встрече важно рассказать ребенку о его обязанностях в программе. Если ребенок соглашается взять на себя ответственность за выполнение этих правил, то он приглашается на занятие.

Следующим шагом является знакомство с группой. Это также важный процесс, который включает ребенка в поддерживающую среду. Общение в группе развивает у участников необходимые социальные навыки. Занятия по актерскому мастерству дают возможность проигрывать различные роли, перевоплощаться в плохих и хороших сказочных героев, актуализировать свои чувства и открыто обсуждать их. Здесь он может познакомиться с новыми ребятами и подружиться с ними.

Во время первичной консультации родителям ребенка предоставляется информация о нашей программе, ее целях и задачах, о том, чему здесь ребенок сможет научиться, какие навыки и умения сможет приобрести, а также о том, какими методами мы пользуемся при работе с детьми. Мы знакомим родителей с темами занятий, которые при желании будет посещать их ребенок и различными организационными аспектами.

### **2.4. Методы работы с детьми**

- игры,
- дискуссии,
- мозговые штурмы,

- ролевые игры,
- игры, развивающие актерское мастерство, воображение, фантазию.

## 1. ИГРЫ

«Развлекалка» - игра, которая вносит разнообразие в работу группы, позволяет отдохнуть от интенсивной нагрузки занятия и доставляет удовольствие. Она вызывает смех, позволяет участникам шутливо прикасаться друг к другу, способствует сплочению группы и преодолению различия между детьми.

Кроме того, игры бывают на знакомство, налаживание коммуникаций, выражение агрессии и позитивных эмоций, разрядку, доверие, формирование позитивной самооценки, сплочение, формирование Я-концепции и более глубокого отношения друг к другу, выражение чувств, межличностное взаимодействие, осознание собственных физических и психологических границ, память, внимание, спонтанное мышление и т.д.

## 2. НАСТРОЙКА

Настройка помогает расслабиться, собраться с мыслями и перейти к самому занятию.

## 3. МОЗГОВОЙ ШТУРМ

Мозговой шторм создает возможности для создания новых творческих и разнообразных идей, поиск новых вариантов решения проблемы, обмен мыслями и идеями относительно определенного предмета; однако точных образцов ответа не существует, участники могут высказывать весьма необычные идеи, они должны внимательно слушать, следить за идеями, предлагаемыми другими, а затем предлагать что-то новое; принимаются любые идеи, которые не критикуются и не оспариваются.

## 4. ДИСКУССИЯ.

Дискуссия учит ребят получать от группы участников интуитивное решение с помощью вопросов. Процесс работы строится в форме диалога. Также дети учатся отстаивать свои взгляды и жизненные позиции.

## 5. РОЛЕВЫЕ ИГРЫ.

Ролевые игры дают возможность участникам продемонстрировать навыки, которые они приобрели за время занятий и показать остальным участникам группы, что им удалось сделать для разрешения проблемы, пережить опыт трудной или проблемной ситуации. Разнообразие ролей и ситуаций, проигрываемых на занятиях, позволяют детям более адекватно и эффективно справляться с этими же ситуациями в реальной жизни.

### 2.5. Сценарий ролевой игры «Корабль»

Возраст участников: от 8 до 12 лет.

Игра рассчитана на 10 занятий по 1,5 часа каждое.

#### *Цели проведения игры:*

1. Повышение социальной адаптации детей;
2. Развитие рефлексии чувств.

#### *Задачи:*

1. Принятие своих чувств;
2. Выработка навыков дифференциации и выражения чувств;
3. Выработка коммуникативных навыков, сплочение группы;
4. Освоение детьми новых способов поведения.

#### *Типовое занятие:*

Часть занятия	Содержание	Время
Подготовка	Собирание корабля, разминочные упражнения.	5 минут
Введение в тему	Рассказ ведущего о местонахождении корабля, дальнейшем маршруте, ближайшей задаче и т.п.	5 минут
Основная часть занятия	Выполнение соответствующих упражнений, решение поставленной ведущим задачи и т.д. - проработка темы.	1 час 15 минут
Логическое завершение основной части занятия	Причаливание и разборка корабля, либо подготовка к отплытию; подведение итогов дня плавания.	5-10 минут
Окончание занятия	Чаепитие с заполнением судового журнала и обсуждение занятия.	30 минут

### **Темы занятий:**

1. Подготовительное занятие.
2. Отплытие. Ветер Удивления.
3. Остров Страха.
4. Вулкан Восторга.
5. Треугольник Непонимания.
6. Саргассовы Лени.
7. Айсберг Равнодушия.
8. Море Злости. Рифы Гнева.
9. Остров Радости.

### **Необходимые материалы:**

- Материалы для постройки корабля: поролоновые кубики, стулья и т.д.;
- Корабельные аксессуары: штурвал (например, обруч), якорь (на веревке), веревки и т.д.;
- Инвентарь: ленточки, заменяющие бескозырки, для всех участников игры, подзорная труба и компас для капитана, белые халаты и бинты для врача и медсестры, посуда и т.п. для кока;
- Карта;
- Сосуды (для радости и для источника радости);
- Грим и по возможности другие театральные принадлежности, предметы одежды, маски, украшения и т.п.;
- Съедобные заменители лекарств для врача, чай и сладости для завершающего чаепития.

### **Занятие №1.**

#### **Подготовительное.**

**Подготовка** - любая игра (в том числе, из ранее названных).

**Введение в тему занятия:** ведущий рассказывает, что теперь мы будем играть, как будто мы все живем в Городе Чувств. Это красивый и светлый город, но в нем случилась страшная беда - пересох фонтан радости. С этих пор жители города перестали радоваться и веселиться и ходили грустные-грустные. В конце концов, городской совет решил, что дальше так жить нельзя. Тогда жители города решили снарядить корабль на Остров Радости, что-



бы привезти оттуда радость для фонтана. Это важно для всего города дело поручено нам. Мы поплывем на нашем корабле через разные загадочные места, плавание будет трудным и опасным, но впереди нас ждет Остров Радости. Мы должны спасти свой город.

**Основная часть занятия:** придумывание названия корабля; придумывание «морских имен» для каждого из участников (начинающихся на ту же букву, что и их собственное имя, и удовлетворяющих двум условиям - удобное для произношения и нравящееся своему хозяину); запоминание «морских имен» с помощью стандартных упражнений на знакомство (во время плавания надо называть друг друга только этими именами); распределение ролей (капитан и боцман - ведущие, дети могут быть выбраны роль штурмана, кока, врача, медсестры); выбор места для карты в помещении и ее укрепление в выбранном месте. Рассказ о морских обозначениях сторон света (Норд, Зюйд, Ост, Вест) и показывание их на розе ветров и на карте; освоение их детьми.

**Завершение основной части:** ведущий показывает на карте Город Чувств и Остров Радости, лежащий между ними Треугольник Непонимания; объясняет, что попадания в Треугольник Непонимания нам надо по возможности избежать, поэтому мы постараемся обогнуть его сверху, проплыв мимо Острова Страх и Вулкана Восторга.

**Окончание занятия:** чаепитие, исполняющее роль прощального пира в нашу честь, устроенного жителями города. Обсуждается предстоящее плавание, отношение к нему детей, их ожидания.

## **Занятие №2.**

### **Отплытие. Ветер удивления.**

**Подготовка** - постройка корабля из вспомогательных материалов. Корабль должен иметь штурвал, якорь, борта; карта должна находиться внутри корабля; также необходимы аксессуары для кока и врача, кнопки для обозначения положения корабля.

**Введение в тему занятия:** ведущий рассказывает, что сначала нам нужно выплыть из бухты, а затем, следуя выбранному маршруту, мы будем держать курс на Остров Страх, намереваясь

в нужный момент свернуть. Но нам следует быть готовыми к тому, что в тех местах, где мы сейчас будем плыть, часто бывают сильные ветры (Ветер Удивления на карте пока не обозначен).

**Основная часть занятия:** отплытие («поднять якоря!», «отдать швартовы!», «поднять паруса!» - эти команды выполняют матросы, при необходимости им помогают кок, медсестра, врач; паруса могут быть воображаемыми); освоение управления кораблем (боцман смотрит в подзорную трубу, выполняя роль дозорного; капитан отдает приказы; штурман выполняет и докладывает о выполнении) во время выхода из бухты и установления правильного курса (норд). Затем боцман замечает на горизонте сильные тучи, и они с капитаном начинают опасаться, что будет шторм. Начинается сильный ветер, в срочном порядке убираются паруса, корабль разворачивается против ветра и штурвал надежно закрепляется, команда укрывается в трюме. Капитан рассказывает, что корабль попал в Ветер Удивления, который часто дует в этих широтах. Теперь нужно постараться его переждать, а чтобы корабль меньше пострадал при шторме, необходимо рассказывать всякие приключившиеся с участниками игры удивительные истории, т.е. такие, в которых они испытывают удивление. Команда рассказывает истории, а также все участники по очереди изображают удивление. После «достаточного» количества историй ветер стихает, и команда получает возможность выйти на палубу. Обнаруживается, что сломана одна из мачт, для ее починки необходимо высаживаться на ближайшую землю и искать подходящее дерево. Ближайшей землей (т.к. ветер дул в направлении норд-норд-ост) оказывается Остров Страха.

**Завершение основной части:** плывя вдоль побережья, находим удобное для высадки место, заплываем в бухту, убираем паруса, бросаем якорь, отдаем швартовы. Команда предупреждается об осторожности, так как Остров Страха очень опасен, и сходит на берег. Корабль разбирается до следующего занятия.

**Окончание занятия:** стандартное.

### **Занятие №3.**

#### **Остров Страха.**

**Подготовка:** любые разминочные упражнения.

Введение в тему занятия: ведущий напоминает, что необходимо починить сломанную мачту. Для этого необходимо найти на острове подходящий материал. Однако здесь могут встретиться страшные опасности, поэтому необходимо быть очень осторожными, поскольку мы все найдем здесь то, чего боимся.

**Основная часть занятия:** все вспоминают, чего они боятся, составляется список. Затем присутствующие делятся на команду корабля и команду острова, причем в каждую команду должен быть отряжен кто-то из ведущих. По количеству игроков в команде острова (столько же должно быть и в другой команде) из списка пугающих вещей выбираются персонажи. Затем команды расходятся по разным помещениям. Команда острова распределяет персонажей, гримируется и создает костюмы. Ведущий - капитан этой команды - объясняет им, что они не просто страшилища, а на самом деле заколдованные люди. Когда-то они испугались, что с ними никто не захочет дружить, и стали пугать людей, а затем это стало получаться у них все лучше и лучше, и тогда они заметили, что превратились в страшилищ. Тогда они стали еще больше пугать людей, потому что с ними вообще никто не захотел общаться, и вот однажды они все проснулись на Острове Страха, где с тех пор пугают всех, кто проплывает мимо или высаживается на берег. Но на самом деле в глубине души они хотят, чтобы кто-то подружился с ними: тогда они снова станут людьми. Затем команда острова готовит для моряков страшные испытания (например, пройти через темный коридор, где воют страшилища, пройти с завязанными глазами через комнату, в то время как их пугают и щиплют (драться нельзя) страшилища и т.п.). Предусматривается место, куда в конце концов попадет каждый из моряков. Капитан команды корабля в это время проводит беседу о том, как справиться со страхами и приводит детей к мысли о том, что не надо сразу пугаться, нужно выяснить, что на самом деле происходит, часто можно победить страх доброжелательностью и т.п. (справляться со страхом нужно рассудком, а не агрессией). По желанию члены команды корабля

также могут загримироваться и сделать себе костюмы. После этого члены команды корабля по сигналу со стороны страшилищ заходят по одному в подготовленное для испытаний помещение, через которое страшилища должны провести их так, чтобы они попали в предназначенное для этого место. Там их должен охранять кто-то из страшилищ, если ему становится трудно, то двое. Капитан команды корабля идет последним. Задача команды корабля - подружиться со страшилищами и тем самым расколдовать их (в явном виде им этого не говорится). Игра заканчивается, когда все начинают вести себя доброжелательно.

**Завершение основной части:** обе команды демонстрируют признаки дружелюбия, команда корабля рассказывает, что у них сломалась мачта, команда острова сообщает, что к острову совсем недавно прибило морем замечательную почти новую мачту и торжественно вручают ее команде корабля («мачта» может быть как воображаемой, так и представлять собой, например, швабру).

Ведущие рассказывают детям, как замечательно они справились с трудным испытанием, и говорят, что теперь они могут на следующий же день все вместе плыть дальше.

**Окончание занятия:** чаепитие, исполняющее роль праздничного стола в честь починки корабля и снятия колдовских чар с чудовищ. Заполнение судового журнала. Обсуждение происшедшего.

## **Занятие №4**

### **Вулкан восторга.**

**Подготовка:** сборка корабля.

Введение в тему занятия: ведущий говорит, что мы отплываем с Острова Страха, держа курс на Остров Радости. Для этого нам необходимо проплыть между Вулканом Восторга и Треугольником Непонимания (показывает на карте). Необходимо быть предельно внимательными, особенно тому, кто держит руль. В связи с этим предлагается сменять штурмана по очереди.

**Основная часть занятия:** Отплытие («отдать швартовы!», «поднять якорь!»). Боцман смотрит в подзорную трубу и через некоторое время (примерно 5 минут) предупреждает о приближении Вулкана Восторга. По этому поводу команда начинает вспоминать,

что такое восторг, после чего все изображают его. Далее вспоминают о том, что приводит в восторг. Затем идет игра в мяч, в которой при каждом броске необходимо издавать восторженный звук (например, «ура») и подпрыгивать. При выполнении упражнений стоящий у руля не должен выпускать руль. Если он засмотрелся и выпустил руль из рук, то капитан останавливает игру и говорит о том, что их снесло в Треугольник Непонимания. Если стоящий у руля не выпускает его, то тогда по истечении времени (когда занятие подходит к концу) капитан все равно объявляет, что, несмотря на все старания, нас снесло в Треугольник Непонимания.

**Завершение основной части:** Ведущий объявляет, что корабль занесло в Треугольник Непонимания, и команда перестала понимать язык друг друга. Оставшееся до чаепития время можно общаться только знаками и мычанием.

**Окончание занятия:** чаепитие, заполнение судового журнала, обсуждение происшедшего.

## **Занятие №5**

### **Треугольник Непонимания.**

**Подготовка:** Построение корабля.

Введение в тему занятия: Ведущий напоминает, что корабль попал в Треугольник Непонимания (показывает местоположение корабля на карте).

**Основная часть занятия:** Команда садится в круг и начинает вспоминать о ситуациях непонимания, с которыми приходилось сталкиваться, и что каждый из участников при этом делает. Часто непонимание вызывает злость. Капитан говорит, что для преодоления непонимания иногда хорошо отстраниться и посмотреть на ситуацию со стороны и попытаться разобраться в ней.

Для выхода из Треугольника Непонимания проводится игра, суть которой заключается в том, что каждый член команды по очереди выходит и вытаскивает одну из заранее приготовленных ведущим бумажек со словами (это могут быть чувства, животные, предметы и т.д. - слова, принадлежащие к разным видам понятий и не слишком абстрактные, сложные для детей этого возраста). Затем доставшееся слово нужно изобразить пантомимой перед ко-

мандой. Команда должна угадать в течение 3 минут, что это за слово. Перед проведением игры капитан чертит на доске или на бумаге определенное число вопросительных знаков (примерно по 3 на каждого играющего), которые при каждом отгадывании переделывает в восклицательные знаки.

**Завершение основной части:** Капитан торжественно объявляет, что корабль успешно вышел из Треугольника Непонимания. Корабль входит в Саргассовы Лени. Если корабль цел и за время игры не потерпел крушения (что периодически случается, когда кто-нибудь из команды случайно сдвигает или опрокидывает части корабля), то он натывается на риф и терпит определенные поломки (например, рушится часть борта). Ведущий говорит о том, что корабль застрял в водорослях и предлагает сделать привал.

**Окончание занятия:** чаепитие, заполнение судового журнала, обсуждение занятия.

## **Занятие №6.**

### **Саргассовы Лени.**

**Подготовка:** сборка корабля с элементами его поломки.

Введение в тему занятия: Ведущий напоминает, что корабль в состоянии, требующем починки, находится в Саргассовых Лениях, показывает положение корабля на карте. Затем рассказывает историю затонувшего города.

Когда-то давным-давно на этом месте был остров, на котором находился прекрасный город. Город был богатым и процветающим. Все корабли стремились сюда для торговли и чтобы полюбоваться на город. Но однажды в городе появился злой колдун. Он завидовал всем своим соседям, делал гадости хорошим людям и вообще, совершал всякие нехорошие поступки. Жители пытались перевоспитать колдуна, это не получалось... жители долго терпели, но, наконец, решили изгнать его из своего города. В один прекрасный день колдуну дали лодку, запас еды для долгого плавания, подробную карту и денег, в количестве, достаточном для того, чтобы устроиться на новом месте. Колдун, вместо того, чтобы начать новую жизнь в другом месте, очень обиделся и стал насылать на город всякие проклятия. Но жители города были хорошими и добрыми

людьми. Злые проклятия колдуна на них не действовали, как он ни старался. Но однажды колдуна осенило. Он вспомнил, что жители островного города были ленивы. Обычно им удавалось побороть свой недостаток, но колдун наложил заклятие, которое мешало жителям делать это и, кроме того, день за днем увеличивало их лень. И постепенно всем жителям острова стало лень работать и вообще что-либо делать. Сначала это было незаметно и всем казалось: «Что такого: не работал сегодня, поработаю завтра». Так со временем жителям расхотелось делать все. Без ухода городские укрепления, сдерживающие морские волны, разрушились, и город затопило. И теперь на этом месте в море вода спокойная, словно ей лень течь, штормить и т.д. И в этой стоячей воде разрослись водоросли, которые оплетают корабли и мешают им плыть, насылая на команду лень.

**Основная часть занятия:** Ведущий объясняет команде, что на нее напал приступ лени. Желательно включить ненавязчивую расслабляющую музыку. Ведущий комментирует происходящее, рассказывая, как корабль лениво покачивается на волнах, светит жаркое солнышко, дует легкий-легкий ветерок, доносящий музыку, которая убаюкивает и т.д. Дети занимают удобное положение и начинают вспоминать, что им лень делать. Кому-то - ходить в школу, кому-то - мыть посуду. Затем в зависимости от того, что человеку лень делать, ведущий связывает каждому руки или ноги или глаза (например, если лень читать) - так нас сковывает лень. Могут быть связаны несколько частей тела одновременно. Затем ведущий говорит, что необходимо починить корабль. Члены команды выполняют задание, помогая друг другу. Во время этого процесса ведущий периодически напоминает участникам, как трудно побороть приступы лени, а когда ветер становится сильнее, по команде ведущего все участники поддаются лени и бросают начатое дело. Когда корабль все-таки починен, с членов команды торжественно снимаются «путы».

**Завершение основной части:** После починки корабля капитан объявляет, что команда великолепно справилась с задачей, преодолев тяжелые приступы лени. Все вместе фантазируют на тему о том, что было бы, если бы такое заклятие наложили на наш

город. После этого происходит обсуждение вопроса, зачем лень нам нужна. Затем ведущий делает вывод о том, что нужно отличать болезнь или переутомление от лени, и мы всегда в силах справиться с собственной ленью. В это время корабль «подплывает» к Острову Грусти. Причаливает, так как необходимо пополнить запасы воды. Капитан отмечает положение корабля на карте. Кок готовит праздничный обед по случаю небольшой передышки в плавании.

Окончание занятия: Чаепитие, заполнение судового журнала, обсуждение занятия.

### **Занятие №7**

#### **Остров Грусти.**

**Подготовка:** Стулья сдвигаются в полукруг. Напротив строятся имитация башни.

**Введение в тему занятия:** Включается грустная музыка, дети занимают места на стульях. Ведущие рассказывают грустную легенду. Давным-давно этим островом владел великий султан Сулейман. У него была дочь - прекрасная Зуйнар. Больше всего на свете любил султан свою дочь, и главным желанием его жизни было удачно выдать ее замуж. А Зуйнар любила море и часто подолгу стояла у окна своей комнаты, глядя на лазурные волны. Однажды на проплывающем мимо ее окна корабле принцесса увидела прекрасного юношу. В тот же миг как она увидела его, он обернулся, глаза их встретились, и они полюбили друг друга. С тех пор юноша часто плавал мимо окна своей возлюбленной, а однажды ему удалось тайком проникнуть во дворец и они встретились. Через некоторое время султан позвал свою дочь и сообщил ей, что она выходит замуж за короля из соседнего королевства. В ужасе Зуйнар бросилась на колени перед отцом и умоляла его отменить свадьбу. Когда она призналась султану, что любит Али, капитана торгового корабля, султан разозлился и пригрозил, что запрет принцессу в башню до тех пор, пока она не согласится на свадьбу. И запер. Но в башне было окно, из которого Зуйнар все равно могла видеть Али. А Али каждый день подплывал на своем корабле к башне. Однажды это увидел султан и приказал потопить корабль Али. Гибель возлюбленного увидела Зуйнар и бросилась из окна башни в бушу-



ищее море. Султан, командующий в это время военным кораблем, не успел спасти свою дочь. Великое горе охватило султана. Он раскаялся в своих поступках, но это не могло воскресить его любимую дочь. С тех пор ничто более не радовало султана, и он назвал этот остров Островом Грусти. Давно уже султан состарился и умер, но до сих пор все несчастные люди приезжают на этот остров в поисках сочувствия и утешения. Говорят, что духи Зуйнар и Али до сих пор посещают этот остров.

**Основная часть занятия:** Все вспоминают грустные моменты своей жизни, что они делают, когда грустно. Ведущий спрашивает, что бы каждому хотелось в такие минуты, к кому мы приходим за утешением. Затем участники делятся на две команды. Одна команда сидит с закрытыми глазами в кругу и грустит. Вторая ходит вокруг них, и каждый из них говорит каждому из первой команды что-нибудь приятное, что могло бы поднять им настроение. Затем команды меняются местами. После этого все занимают места в кругу и обмениваются впечатлениями. Далее проводится игра «Цветок». «Цветок» (любой предмет) берет один из ведущих и вручает его любому ребенку со словами: «Я дарю тебе (назвать имя) этот цветок (назвать какой), потому что... (назвать какое-нибудь качество ребенка)». Ребенок, получивший цветок, должен таким же образом передать его кому-нибудь из тех, кто цветок не получал. Пройдя через руки всех членов группы, цветок возвращается обратно к ведущему.

**Завершение основной части:** Ведущий говорит, что корабль скоро должен отплыть с Острова Грусти в сторону Города Радости. По поводу отплытия кок готовит праздничный обед.

**Окончание занятия:** Чаепитие, заполнение судового журнала, обсуждение занятия.

## **Занятие № 8**

### **Айсберг Равнодушия.**

**Подготовка:** Сборка корабля.

Введение в тему занятия: Ведущий напоминает, что корабль отплывает от Острова Грусти, держа курс на Город Радости. Корабль отплывает (с выполнением соответствующих команд).

**Основная часть занятия:** Вскоре после отплытия боцман видит на горизонте странный объект, через некоторое время становится понятно, что это айсберг. Капитан старается уйти с курса айсберга, но это не удается и корабль застревает на краю ледяной глыбы. При этом корабль получает пробоину в одном из бортов. Капитан вспоминает, что в этих широтах действительно следует опасаться Айсбергов Равнодушия, теперь корабль повстречался с одним из них. Команда садится в круг и начинает вспоминать о том, что такое равнодушие и кому когда приходилось с этим сталкиваться, что они при этом чувствовали. Ведущий обобщает, что равнодушие - это когда люди как бы не видят друг друга, чужих проблем, чужого несчастья. Это случилось и с командой, всем участниками игры завязываются глаза. С завязанными глазами дети должны починить корабль. Ведущие контролируют состояние корабля, следят, чтобы никто из участников игры не упал за борт, сообщают, когда корабль можно считать починенным, если это никак не получается, помогают советами. Теперь, когда корабль починен, необходимо его снять с айсберга. Проводится игра «замороженный и реаниматор». Один из членов команды становится «замороженным, его задача быть как можно более равнодушным. Второй, реаниматор, должен, не касаясь его и не говоря никаких слов, заставить «замороженного» двигаться или смеяться. Игра повторяется несколько раз с разными участниками (добровольными или по выбору ведущих). Край айсберга оттаивает и корабль свободен.

**Завершение основной части:** Ведущий объявляет, что команда успешно справилась с возникшими трудностями и готова продолжить путь, но, поскольку все устали, а до рифов еще далеко и море спокойно, можно закрепить штурвал и устроить привал.

**Окончание занятия:** чаепитие, обсуждение, заполнение судового журнала.

## **Занятие №9**

### **Море Злости. Рифы Гнева.**

**Подготовка:** Сборка корабля.

Введение в тему: Ведущий напоминает, что предстоит трудный участок пути - Море Злости. Особенно следует опасаться в этом

море Рифов Гнева.

**Основная часть:** Под командованием боцмана и капитана корабль осторожно прокладывает путь среди рифов, в изобилии обозначенных на карте. Внезапно раздается страшный грохот - корабль наткнулся на не обозначенный на карте подводный риф. Необходимо снять корабль с рифа. Для этого нужно его как следует раскатать. Для этого требуется выяснить, что такое злость. Происходит обсуждение ситуаций, в которых члены группы испытывают злость или гнев. Выясняется, что злость - это чувство, захватывающее много энергии. Значит, энергию злости можно использовать для чего-нибудь более полезного. Для того чтобы раскатать корабль и снять его с рифа, проводятся игры «Толкалки» и «Кричалки». Участники делятся на две команды, которые встают в две шеренги напротив друг друга. Сначала стоящие напротив толкаются, соприкасаясь руками, плечами, спиной, ягодицами. Затем одна из команд получает слово «да», а вторая - слово «нет». По команде ведущего каждая команда должна говорить свое слово. Команды начинают с шепота, но постепенно говорят все громче и громче, в итоге все должны кричать изо всех сил. По команде ведущего (колокольчик или хлопанье в ладоши) все затихают. Такое повторяется несколько раз, пока корабль не сходит с рифа.

**Завершение основной части:** ведущий объявляет, что корабль свободен и может плыть дальше. Огибая последние несколько рифов, корабль подплывает к Городу Радости и причаливает (с выполнением соответствующих команд). Команда сходит на берег и устраивает привал по поводу достижения цели.

**Окончание занятия:** чаепитие, обсуждение, заполнение судового журнала.

## **Занятие №10.**

### **Город Радости.**

**Подготовка:** Дети помогают одному из ведущих переделать помещение под Город Радости (рисуются и расклеиваются указатели: «Площадь Удовольствия», «Аллея Надежды», «Храм Радости»). Отдельная комната отводится под Храм Радости. Вторым ведущим делает в этой комнате лабиринт, который детям до поры до

времени не показывают. В конце лабиринта ставится сосуд с водой, обозначающий источник радости.

**Введение в тему занятия:** Дети собираются на площади Удовольствия. Ведущий говорит, что команда прибыла в Город Радости и поздравляет ее с этим. Однако для того, чтобы достать воды радости, необходимо прийти в Храм Радости. Команда подходит к Храму, стучится туда.

**Основная часть:** Из храма выходит жрец (второй ведущий), знакомится с командой и спрашивает о причине визита. Команда отвечает. В ответ жрец спрашивает о том, что такое радость по их мнению. Каждый из команды отвечает на этот вопрос. После чего жрец сообщает, что для того чтобы достать Воды Радости, необходимо пройти испытание, в котором поможет дружба и умение доверять друг другу. Команда выстраивается в очередь. Первый доброволец заходит с завязанными глазами и посудой для воды радости (например, чашкой) в храм. Жрец подводит добровольца к лабиринту и объясняет, что необходимо пройти лабиринт, вслепую найти путь к источнику радости, который находится в самом конце лабиринта. Далее участник проходит лабиринт. Жрец помогает ему советами, куда идти (направо, налево, вперед, осторожно, стой и др.). При этом жрец стоит за границей лабиринта. Когда участник добирается до источника, то ведущий подходит к нему и развязывает глаза (доброволец стоит спиной к лабиринту и лицом к источнику). Участник набирает воды в посуду, которую он принес с собой. Далее жрец опять завязывает участнику повязку на глазах, и тот возвращается, но уже с чашей, наполненной водой. После чего жрец выводит этого участника из храма, повязку развязывают. Вода Радости выливается в специально отведенный для этого сосуд. Завязывают глаза следующему добровольцу и дают в руки посуду. Теперь пройти лабиринт помогает член команды, уже прошедший лабиринт (он стоит в начале лабиринта и помогает только словами). Когда второй доброволец добирается до конца лабиринта, жрец просит его остановиться, развязывает тому повязку на глаза (участник должен стоять спиной к лабиринту) и говорит о том, что нужно набрать воды из источника в принесенную посуду. После опять завязывает глаза участнику, который должен теперь, пользу-

ьясь советами первого добровольца, дойти до начала лабиринта. Участника выводят, повязку развязывают, воду переливают, и теперь второй доброволец должен помочь третьему. Так каждый из членов команды проходит через лабиринт.

**Завершение основной части:** Жрец торжественно поздравляет команду с тем, что она отлично справилась с испытанием. Второй ведущий (боцман или капитан), поздравляет с выполнением задания. Теперь корабль может вернуться домой. Особо выдающихся членов команды можно наградить шоколадными медалями. Желательно не обидеть подарками никого.

**Окончание занятия:** Чаепитие, обсуждение, заполнение судового журнала.

## 2.6. Типовое занятие с подростками 12-15 лет

(Имена детей и конкретные жизненные ситуации изменены).

**Тема:** Чувство счастья и любви.

**Цель:** Осознание собственной потребности и способности к любви. Формирование системы внутренней гармонии, любви к себе.

Занятие началось с обмена чувств, с которыми ребята пришли. Аркадий сказал, что он очень расстроен и разозлен на то, что сегодня он не попадет на дискотеку. Он возмущался, что сегодняшний день прожит зря, и поэтому у него нет настроения работать на занятии. Мы обсудили эти чувства и дали ему понять, что он имеет право их чувствовать и открыто выражать, но при этом не мешать остальным участникам группы.

Костя, Никита, Лиза, Даша, Кристина, Вадим отметили, что у них хорошее настроение, они чувствуют огромное желание работать.

Женя сказала, что чувствует себя подавленной, расстроенной, хотя видимых причин для этого нет.

После обмена чувствами была проведена настройка - незавершенное предложение «Мне нравится в самой/самом себе...».

Высказывания детей были очень разнообразны.

Например:

*Лиза:* ей в себе нравятся глаза.

*Вадим:* ему в себе нравится то, как он поет и танцует.

*Никита*: ему нравится в себе умение анализировать, дискутировать и логически мыслить.

Затем мы познакомили ребят с темой сегодняшнего занятия: чувства счастья и любви.

В центр круга ведущий разложил кружочки с изображением «рожиц», символизирующих различные чувства, и предложил выбрать те чувства, которые им наиболее близки в данный момент. Все выбрали именно те чувства, о которых они говорили в начале занятия. Лишь Женя выбрала «рожицу», символизирующую счастье, а потом попросила поменять, объясняя это тем, что она перепутала.

Далее мы попросили ребят выбрать «рожицы» с изображением счастья, любви. Ребята выбрали четыре кружочка. Один изображал УДОВОЛЬСТВИЕ, другой - РАДОСТЬ, третий - ВОСХИЩЕНИЕ, четвертый - ЗЛОСТЬ. Мы обсудили, какие чувства может испытывать влюбленный человек. К этим чувствам ребята еще добавили веселье, восторг, жизнерадостность, удовлетворение. А так же поговорили о том, в каких ситуациях влюбленный человек может быть злым. Чаще всего звучал следующий ответ, а именно: в ситуациях, когда любовь не взаимна. После обсуждения ребята решили убрать этот кружок, обозначающий чувство злости.

Затем мы предложили всем ребятам ответить на вопрос - кого они могут любить? Дети говорили, что могут любить мальчика/девочку, родителей, старших и младших братьев и сестер, родственников, друзей. Но никто из ребят не сказал, что можно любить себя. Ребятам было непонятно, как это можно любить себя. Они путали понятие эгоизм и любовь к себе. По этому вопросу была устроена небольшая дискуссия. Мы рассказали о том, как важно любить себя, разграничили понятия эгоизма и любви к себе.

После дискуссии была проведена игра. Ребятам поделили на две группы. В первой группе были мальчики, в другой - девочки. Каждая группа по очереди называла по одному признаку, за который они могли бы полюбить другого человека. Интересно заметить, что девочки использовали в основном внешние признаки (глаза, рост, телосложение и т.д.), а мальчики отмечали качества характера (ласка, доброта, нежность и т.д.).

На этом первая часть занятия закончилась. Был сделан 10-минутный перерыв.

После перерыва ребятам было предложено слепить влюбленного человека (или просто его лицо). Женя слепила лицо грустного клоуна. Когда ведущий спросил, действительно ли он влюблен, - она ответила, что да. Однако девочка, которую он любит, не может быть рядом с ним, она вообще не знает о его чувствах, и поэтому ему грустно.

Костя и Даша слепили рожицы человечков, и когда ребят начали расспрашивать о них, они хихикали и всерьез данное задание не восприняли.

Вадим слепил человека с головой быка. Он объяснил это тем, что этот человек влюблен и как бык смотрит в одну точку, т.е. ни о чем больше не может думать, и поэтому ему плохо. В ходе разговора выяснилось, что эта любовь безответна, т.е. девочка, в которую влюблен этот «человек-бык» не отвечает ему взаимностью. Он ухаживает за ней, приглашает гулять, дарит подарки, но ничего не помогает. Потом Вадим слепил для своего героя кровать, уложил его туда, а рядом поставил стол с бутылкой и стаканом, пепельницу и пачку сигарет. Он надел герою наушники, в рот вложил сигарету, объясняя это тем, что устал что-либо делать. Из диалога Вадима с ведущим было понятно, как Вадим переживает эту проблему, идентифицируя себя с этим персонажем. Однако он постоянно повторял, что это не его проблема, что все это он придумал. Ребята начали искать выход из сложившейся ситуации, Вадим их внимательно слушал, анализировал свои чувства, делал выводы и «примерял» советы ребят на себя. Он понял, что алкоголь и сигареты не могут помочь в решении этой проблемы, а, возможно, и навредят. Лучшим выходом мог бы быть открытый разговор с этой девочкой о тех чувствах, которые он испытывает к ней, и о ее чувствах.

После этого сложного задания мы обсудили чувства ребят. Вадим и Женя сказали, что настроение у них значительно улучшилось. У Вадима возросла уверенность в своих возможностях. У остальных ребят настроение не изменилось.

Чтобы сменить серьезную атмосферу в группе после предыду-

щего занятия мы провели «развлекалку». Она называлась «Сильный ветер подул». Стулья ставятся кругом для всех участников, кроме ведущего. Ведущий - сильный ветер, и тот, на кого он подует, должен передвинуться. Вместо того, чтобы дуть, вы произносите «Сильный ветер подул на того, кто (у кого)...», далее следует описание человека, например, «кто носит черные носки» или «у кого два уха». Те, кто имеют названные признаки, встают и меняются местами; в возникшей суматохе ведущий пытается занять свободное место. Оставшийся без места, становится «Сильным ветром» на следующий тур игры.

После «развлекалки» занятие было закончено.

## **2.7. Игры и упражнения для подростков 12 - 15 лет.**

Игры и упражнения направлены на развитие у детей и подростков навыков общения, развития Я-концепции, навыков осознания и выражения своих чувств, понимания других людей, их окружающих. Эти игры являются также основой актерского мастерства, овладения системой социальных ролей. Их использование требует обязательного анализа чувств и обмена мыслями в конце каждого упражнения. При этом чувства могут быть разными. Не стоит избегать негативных чувств. В процессе занятий участники будут овладевать более простым и, в то же время, адекватным способом выражения чувств. Богатство эмоциональной жизни, умение включать чувства в социально приемлемой форме во все поступки и мировосприятие является не только основой сценического мастерства, но и признаком полноценного гармоничного развития личности ребенка.

### ***Разминка «ЗАВТРАК»***

Для данной разминки все члены группы вспоминают, что они ели на завтрак. Затем каждый берется озвучить какой-нибудь предмет. Когда все показали задуманные предметы, начинается завтрак. Все одновременно изображают свои предметы.

### ***Разминка «Если бы - то...»***

Ведущий перечисляет, что может произойти с членами группы, а они реагируют, так как они могли бы на это отреагировать.



Например: если ты выиграл в лотерею, если у тебя болит зуб, если ты проспал и опоздал в школу и т.д.

### ***Разминка «Слон, жираф и крокодил».***

Ведущий объясняет, как обозначается каждый из перечисленных животных. Затем водящий встает в круг и, показывая пальцем на участников, называет животных и следит, чтобы участники правильно их изображали. Тот, кто ошибется, становится водящим.

### ***Игра на сплочение «ОСТРОВ».***

Берется коврик. И дается задание уместиться всем членам группы на нем. Затем коврик уменьшается и уменьшается. А задание остается прежним.

### ***Разминка «Ай да я!»***

Участники группы договариваются, какое число они задумали. Затем все по кругу ведут счет и, если число, которое нужно произнести, содержит ранее обозначенную цифру или кратное этому числу, то участник хлопает в ладоши и говорит «Ай да я!». Тот, кто ошибается, выходит из игры. Должен остаться один победитель.

### ***Знакомство - представление.***

Предложите для всех свою визитную карточку. Это может быть песня, стихотворение, афоризм, девиз, рисунок, рассказ о себе и т.д.

### ***Объявление об объявлении.***

Заявите о себе, предложите себя, это может быть объявление в газете или устная реклама. Интересно выяснить, что является основным: желание помочь кому-то, получить что-то или ощущение настоящего: «Смотрите, кто-то пришел!» и т.д.

### ***Самоанализ.***

Что Вас больше всего волнует в самом себе: стиль поведения, манера держаться, внешний вид, отношения с людьми, отношения людей, результаты собственной деятельности, свой внутренний мир и т.д. Сформулируйте иерархию своих внутренних ценностей.

### ***Все мы родом из детства.***

Расскажите или напишите о самом ярком воспоминании события детства. Вы были участником? Свидетелем? Вам о чем-то рассказывали? Какие чувства у Вас с этим связаны: радость, удивление, страх, обида и т.п. Какая у Вас была самая любимая игрушка? Кто Вам ее купил, подарил? Есть ли у вас сегодня любимые игрушки? Это память или предмет сегодняшней жизни?

### ***Письмо самому себе.***

Напишите письмо, которое бы Вы хотели получить. Нужно обратить внимание, что это за письмо: просьба, совет, изливание радости или грусти, согласие, напоминание, что человек не один и т.д.

### ***Интервью.***

У каждого члена группы все желающие по очереди берут интервью. Задают вопросы такого характера: любишь ли ты стихи? Ваш любимый цвет? Любите ли Вы смотреть сны? и т.д. Каждому задают 5-7 вопросов. Отвечать можно в любой степени откровенности. А можно и в маске, - будто не про себя.

### ***Кино моего детства.***

Какой эпизод своей жизни вы хотели бы экранизировать? Это будет научно-популярный, документальный или художественный фильм? Каких бы актеров, режиссеров пригласили для участия в этом фильме? Кому бы Вы поручили играть вас?

### ***Мои сильные качества.***

Все садятся в круг. После небольшой паузы каждый член группы должен рассказать о своих сильных сторонах, - о том, что он любит, ценит и принимает в себе, о том, что дает ему чувство уверенности. Важно, чтобы при этом говорящий не умалял своих достоинств, не иронизировал, чтобы он говорил прямо, без обиняков. Это упражнение направлено на развитие навыка позитивного самопринятия. Поэтому, выполняя его, необходимо избегать любых высказываний о своих недостатках. Ведущий и все члены группы должны следить за этим и пресекать каждую попытку самокритики.

### ***Кто я?***

Загадайте лицо, известное всем членам группы. Ответьте на вопросы о внешности (одежда, мимика и т.п.). Постарайтесь выяснить, кого загадали члены группы. Игра повторяется несколько раз.

### ***Знакомство-представление.***

Познакомьтесь со своим партнером по игре и представьте его всем нам. При этом необходимо обращать внимание на личностную информацию, индивидуальность представления, умение выделить главное в личности, которое могло бы заинтересовать всех присутствующих, соотношение положительных и отрицательных сторон, выявленных в партнере, степень волнения, когда вас представляют. Или когда вы представляете.

### ***Какой цвет?***

Одному из членов группы предлагают быть водящим. Ему говорят, что в его отсутствие группа выберет один из пяти цветов (красный, синий, желтый, зеленый или черный). После того, как цвет выбран, водящий возвращается в круг, и участники начинают по очереди различными движениями тела, жестами мимикой, выражать задуманный цвет. Водящий должен угадать, какой же цвет был задуман. При этом телодвижения не должны содержать прямые подсказки. Нельзя изображать предметы, окрашенные в задуманный цвет. В движениях должны быть изображены не вещи, а сам цвет.

### ***Бег ассоциаций.***

Участники усаживаются в круг. Ведущий произносит два случайных слова, например, «телевизор - апельсин». Один из участников вслух описывает образ, соединяющий второе слово с первым. Затем он предлагает свое слово следующему игроку. Тот связывает это третье слово со вторым, связанным ведущим, а свое слово передает в качестве задания своему соседу и т. д. В конце круга ведущий фиксирует время и определяет вместе со всеми наиболее удачную ассоциацию.

### ***Хромая обезьяна.***

Ведущий говорит собравшимся, овладевая их вниманием: «За-

дание, которое я Вам дам, необходимо будет выполнять от моей команды «Начали!» до команды «Стоп!». Если Вы по какой-то причине нарушите мою инструкцию, подайте сигнал - хлопните в ладоши. Итак, если Вы отвлеклись, обязательно хлопните и продолжайте работать. Все понятно? Закройте глаза.... Внимание, даю задание: «Не думай о хромо́й обезьяне. Начали! Стоп!...» Это упражнение наиболее интересно при первом исполнении, вызывая смех, эмоциональную разрядку. Поэтому его можно использовать для снятия напряжения. У каждого участника может появиться свой собственный способ выполнения инструкции. В конце игры интересно обменяться найденными способами: не у кого лучше, а по принципу «есть еще вариант». Наиболее часто участники приходят к выводу о том, что выполнение команды запрета «не думать о чем-то» намного сложнее, эффективнее команда замены или разрешения «сосредоточиться на чем-то другом». Это упражнение может дать повод поговорить, как лучше строить отношения с другими людьми, если хочешь добиться результата совместной деятельности. Упражнение направлено на формирование позитивного мышления.

### ***Эмоциональная память.***

Вспомните случай, когда вы собирались на приятное свидание; были чем-то недовольны; на что-то злились; совершали поступок, после которого вам было стыдно; получили приятное письмо; сучали когда-то; сплетничали о ком-то; завидовали кому-то; рассорились с дорогим и близким вам человеком; получили подарок.

### ***Реклама.***

Сделайте рекламу своей группе, своей будущей профессии и т.п. Возможны коллективные и индивидуальные варианты.

### ***Озвучивание.***

Одна команда придумывает ситуацию и разыгрывает сюжет, но без слов. Другая команда придумывает текст к данной ситуации и озвучивает персонажи, при этом повторяя позы, жесты. Затем обе команды сопоставляют тексты обеих команд. (Вариант: озвучивание репродукций картин известных художников и т.д.)

### ***Непрерывный рассказ:***

Предлагается фраза, по кругу каждый участник добавляет к ней свою фразу. Рассказ может получиться фантастическим, но это должно быть оправдано логикой игры.

### ***«Голеостат»***

#### ***(игра на выявление групповой совместимости)***

Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает пальцы в кулак и по команде ведущего «выбрасывает» пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники, независимо друг от друга, «выбросили» одно и то же число пальцев. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигнет своей цели. Запрещено перемигиваться, договариваться и т.д. Для оценки обстановки участники фиксируют положение своих растопыренных пальцев. Игра выявляет взаимоотношения в группе.

### ***« Если бы я был... »***

Игра - перевоплощение. Каждый участник должен выбрать себе какую-нибудь вещь (абжур, заноза, мороженое и т. п.) и погрузиться в ее мир, вообразить себя этой вещью, ощутить ее «характер». От лица этой вещи он начинает рассказ о том, что ее окружает, как она живет, что чувствует, о ее заботах, пристрастиях, о ее прошлом, ее будущем. Эта игра должна происходить в несколько затемненном помещении, с элементами театрализации. Рассказывая о постороннем, случайном предмете, участники невольно говорят о себе, это ведет к самораскрытию, при этом важно и то, что они учатся изменять себя, управлять своим настроением.

### ***Сонар:***

Это прибор - улавливатель звуков. «Вообразите, что мы включили сонар. Тишина. Послушайте звуки в нашей комнате, теперь послушайте звуки только из коридора. Улица. Аудитория и т. д.

### ***Ролевое обсуждение.***

Руководитель раздает членам группы листочки с обозначением той роли, с которой должен выступать данный человек в обсуждении. Роли могут быть: «эрудит», «оратор», «критик», «зануда»,

«клоун» и т.д. Нас интересует внутренняя позиция, внутреннее отношение к явлению, которое участникам следует продемонстрировать во время дискуссии. Каждый знает о своей роли и ничего не знает о ролях других участников. Предметом обсуждения может быть любое художественное произведение, событие реальной жизни. Надо определить, кто в какой роли выступал.

### ***Жесты.***

Каждый играющий выбирает себе жест и показывает его партнеру. Тот повторяет и показывает свой жест и т. д. Целью данного упражнения является развитие навыков выразительности невербальной коммуникации.

### ***Текст.***

Прочитайте любой текст (например, «Однажды в студеную зимнюю пору...») шепотом; как робот; со скоростью улитки; с пулеметной скоростью; как пятилетняя девочка; с максимальной громкостью; волнообразно; как будто вы страшно замерзли; как бы его прочел марсианин; как лошадь, только что научившаяся говорить; как будто у вас во рту горячая картошка; словно вас сейчас расстреляют и т. д.

### ***Не сходя со стула, просидите так, как сидит:***

Председатель экзаменационной комиссии; обезьяна, копирующая вас; кассир на своем рабочем месте; кошка, гуляющая сама по себе; побитая собака; пчела на цветке; поросенок на кактусе; невеста на свадьбе; Гамлет.

### ***Оживающие картины.***

Каждая группа (3-5 человек) является персонажами известных картин художников. Картины «оживают», персонажи действуют. Участвуют в диалогах, а затем «застывают».

### ***Мне интересно:***

Составьте программу концерта, на который бы вам захотелось пойти. Задание можно выполнять и в группах.

### ***Конкурс жанров.***

Участники берут известное произведение (это может быть сказка, пословица, стихотворение) и разыгрывают сюжет в том или ином жанре: комедия, мюзикл, трагедия, мелодрама.

### ***Мнения.***

У каждого человека все по очереди называют одно, лучшее качество. Создается коллективная привлекательная характеристика группы. Вариант: метафора. («Монолит», «Вечный двигатель» и т. д.)

### ***Сколько профессий на свете?***

Игра - соревнование, «Аукцион» выигрывает тот, кто назовет профессию последним.

### ***Стратегия в диалоге.***

А) двое вызываются ведущими. Каждый получает в тайне от другого задание. Один должен поддержать диалог в своей обычной манере. Другой - во что бы то ни стало удержать «лидерство» в процессе диалога. Тема произвольная, может быть задана ведущим;

Б) то же самое, только второй участник получает противоположное задание: заставить противника стать лидером разговора;

В) оба получают задание: один начинает говорить, второй продолжает, повторив то, что сказал первый. Диалог длится 3-5 минут. Далее все необходимо обсудить.

### ***«Антивремя»***

Каждому из участников предлагается тема для небольшого рассказа. Например: «театр», «магазин», «уборка дома», «конфликт с родителями». Получивший эту тему должен раскрыть, описывая события в обратном порядке, как будто прокручивая в обратном направлении киноленту. Игра может послужить прекрасной тренировкой для развития логики.

### ***Сколько ты вешишь?***

В зависимости от настроения, физического самочувствия человек по-разному ощущает свой вес:

Неудача, плохое самочувствие, испорченное настроение наполняют человека тяжестью: он с трудом передвигает ноги, руки не поднимаются, голова не держится, все тело налито свинцом. Радость, влюбленность, счастье дают ощущение легкости полета, невесомости.

Создается несколько групп:

- Веселые и радостные;
- Солидные, но довольные;
- Недовольные, усталые, обиженные;
- Опустошенные, бессильные;
- Огорченные неудачей, задавленные неприятностями.

Пройдитесь по аудитории, сядьте, встаньте, ощутите в себе изменение веса. Варианты: группы создаются по желанию; на 1,2,3,4,5 рассчитайтесь; все участники счастливые, или всем не повезло.

### ***На выражение чувств.***

По кругу все повторяют начало предложения и заканчивают его:

«Сегодня я была сердита потому, что...»

«Сегодня я был рад тому, что...»

## **2.8. Завершение курса программы.**

После курса реабилитационных занятий ребенок участвует в постановке небольшого спектакля, который готовился в процессе занятий. Сценарий спектакля мы пишем вместе с ребятами, часто используя их жизненные истории. В процессе исполнения роли мы создаем условия для переживания ребенком своего успеха. Мы даем ему почувствовать, что он - главный герой не только в спектакле, но и в своей жизни. Этоа - праздник, посвященный Личности Ребенка. Далее мы предоставляем ему право выбора - остаться ему дальше в программе на другой ступени или завершить занятия.

Однако мы можем выделить ряд критериев, по которым становится ясно, готов ли ребенок к жизни без поддержки программы. Эти критерии могут быть охарактеризованы положительными ответами на следующие вопросы:

1. Сформировано ли у ребенка позитивное отношение к себе,



критическая самооценка и позитивное отношение к возможностям своего развития?

2. Может ли он сам оценивать свои проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя?

3. Умеет ли ребенок анализировать свое собственное состояние, осознавать, что с ним происходит, и выражать свои чувства?

4. Умеет ли ребенок слушать, сопереживать окружающим, понимать и оказывать им социальную поддержку?

5. Умеет ли он защищать свое Я, избегать ситуаций, связанных с употреблением психоактивных веществ, есть ли у него сформированные альтернативные способы получения удовольствия?

После ухода из программы ребенок может при необходимости получить психологическую консультацию или вернуться в программу.

### 3. ПРИВЛЕЧЕНИЕ РЕСУРСНЫХ СРЕДСТВ К РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа «Театр» является частью Реабилитационного пространства для несовершеннолетних группы риска. Эффективность этой программы во многом зависит от того, насколько она включена в общую территориальную систему помощи несовершеннолетним.

Во время реализации программы мы сотрудничали с различными государственными структурами: районными управами, комиссиями по делам несовершеннолетних (КДН), отделом профилактики правонарушений несовершеннолетних (ОППН), детскими поликлиниками, досуговыми организациями, приютом.

Чаще всего нам приходилось взаимодействовать с управой Черёмушкинского района. При финансовой поддержке управы «Черёмушки» участники нашей программы получили возможность посетить зоопарк, театр «Бенефис», съездить на экскурсию в г. Рузу к местам боевой славы, в Бородино и т. д.

Также часто нам приходилось сотрудничать с КДН Гагаринского и Черёмушкинского района. За помощью в КДН мы обращались в том случае, если возникала острая необходимость защитить права ребенка, воздействовать на родителей строгими мерами, так как они не выполняли своих родительских обязанностей. Нередко мы принимали участие в заседаниях комиссии по делам несовершеннолетних, там мы давали информацию о нашей программе «Театр», приглашали подростков, состоящих на учете в КДН, к нам в программу (ребята очень часто обращались к нам за помощью).

Что касается досуговых организаций, то нам удалось наладить сотрудничество с театром «Бенефис», досуговым клубом «Хорошее настроение» р-на «Черёмушки», московским зоопарком, музеем кино. В дальнейшем наша программа собирается поддерживать тесный контакт со школой №1115 р-на «Черёмушки». В этой школе находится военно-патриотический лагерь. Участники этого лагеря ездят на раскопки, ходят в походы, помогают ветеранам. Руководство этого лагеря согласилось также проводить занятия с нашими детьми, обучать их, брать их с собой в походы, если у них

есть желание.

Так же большую помощь нам оказал приют «Дорога к дому». У нас в программе была девочка, которая не имела московской прописки, не училась в школе 3 года, бродяжничала вместе с мамой. Мы пробовали ее устроить в различные интернаты, но без прописки ее никуда не брали. И вот здесь приют «Дорога к дому» оказал нам помощь, взяв девочку сначала к себе, а потом направив ее в интернат по месту жительства.

Очень тесно нам приходилось сотрудничать с уличной социальной службой. Работники этой службы часто приводили детей в нашу программу, затем интересовались судьбой ребенка в программе и после прохождения курса реабилитации курировали в дальнейшем этого ребенка. К помощи социальных работников мы также обращались в тех случаях, если нам была необходима информация о родителях и жизни ребенка вне программы.

Кроме этого, наша программа взаимодействовала с различными благотворительными организациями, которые давали билеты участникам нашей программы на различные новогодние представления, а так же выделили нашим подросткам новогодние подарки.

Однако наши дети не только принимали помощь, но и сами предоставляли свою поддержку. Наши ребята принимали участие в проведении осеннего лагеря для младших по возрасту детей, а также организовали для этих детей и сотрудников нашей программы новогоднее представление. На 9 мая дети приняли участие в поздравлении ветеранов Великой отечественной войны района «Черемушки» в парке Победы.

Российский благотворительный фонд  
«Нет алкоголизму и наркомании» (Фонд НАН)

117449, Москва, ул. Шверника, дом 10-А

Телефон: (095) 126-3475, 126-5524

Факс: (095) 310-7076

E-mail: [nan@nan.ru](mailto:nan@nan.ru)

<http://www.nan.ru>

Серия «Работа с детьми группы риска»

РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА  
ДЛЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

**« ТЕАТР »**

Дизайн и верстка Алпатов А.В.

Подписано в печать 29.09. 2000.

Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная.

Печать офсетная. Печ. л. 2,75.

Тираж 1500 экз. Заказ № 14.

Отпечатано в типографии ООО «Фирма П-Центр»  
129515, Москва, ул. Ак. Королева, 13