

Сценарий профилактического занятия «Сказка о Сереже»

Участники: дети 6–7 лет. Оптимальное количество участников: 7–8 человек.

Цели: провести профилактику буллинга у детей; формировать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества, взаимодействия; установить доброжелательный контакт между сверстниками; снизить эмоциональное напряжение.

Материалы. Клубок цветных ниток, свеча, аудиозапись с релаксационной музыкой, аудиоаппаратура, бумага, стикеры с плохими и хорошими качествами, мусорное ведро, безопасный нож, краски, карандаши, фломастеры, два одинаковых яблока, одно из которых предварительно несколько раз били о твердую поверхность.

Приветствие, обсуждение правил

Цели: создать положительный эмоциональный фон, способствовать снятию тревоги и напряжения, создать атмосферу доверия, сплотить детей.

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Меня зовут (имя), я работаю психологом. Вы знаете, кто такой психолог? (Дети отвечают.) А вы знаете, что я люблю играть с ребятами и рассказывать интересные истории? (Дети отвечают.) Ребята, на наших встречах мы будем с вами играть, слушать сказки и рисовать. Хотите? (Дети отвечают.) В каждой игре есть правила, которые нужно соблюдать. Как вы думаете, какие у нас правила? (Дети отвечают, педагог-психолог обобщает их ответы.) Молодцы! Наши правила: нельзя ссориться, перебивать и мешать друг другу, можно обращаться друг к другу только по имени.

Упражнение «Невидимая нить»

Цели: создать положительный эмоциональный фон, сплотить детей.

Педагог-психолог: Ребята, посмотрите, что это тут лежит? (Педагог-психолог обращает внимание детей на клубок ниток на полу.)

Как вы думаете, как он сюда попал? Кажется, клубок живой, он хочет нам что-то сказать. Я знаю, что все клубки – очень большие говоруны, но понять их может только тот человек, который связал сто пар носков. Вы связали сто пар носков? (Дети отвечают.) А я связала! Поэтому я буду переводить все, что расскажет клубок! (Педагог-психолог делает вид, что прислушивается.) Клубок хочет познакомиться с вами поближе. Хотите поиграть с ним? (Дети отвечают.) Давайте встанем в круг. Сейчас мы будем передавать этот клубок друг другу. Тот, кто держит клубок, должен назвать свое имя и рассказать о том, какое у него настроение. Те из вас, кто уже держал клубок, не отпускают его ниточку.

Когда клубок возвращается к педагогу-психологу, он просит детей натянуть нить, закрыть глаза и представить, что они единое целое, что каждый из них важен и значим в этом целом. Затем педагог-психолог постепенно сматывает клубок, и когда он берет нитку у каждого ребенка, то повторяет его имя и называет качество ребенка на первую букву имени.

Упражнение «Поглаживание»

Цели: создать доверительную атмосферу, снять психомышечные зажимы, проработать страхи.

Педагог-психолог сматывает клубочек, держит его в руках и продолжает говорить.

Педагог-психолог: Ребята, как-то я сидела у себя в кабинете, и вдруг кто-то легонько погладил меня по спине. Вот так... (Педагог-психолог подходит к каждому ребенку и нежно гладит его по спине). Я обернулась, но никого не увидела. Я даже немного испугалась. Вдруг кто-

то снова погладил меня, только уже по руке. Вот так... (Психолог подходит к каждому ребенку и нежно гладит по руке.) А это, оказывается, клубочек меня гладил. Он любит общаться со мной. Ребята, наш клубочек часто рассказывает мне сказки. Он столько повидал на этом свете, столько историй знает, столько сказок слышал. С ним очень интересно! Вот и сейчас он хочет рассказать вам сказку. Давайте сядем на стульчики и вместе послушаем ее.

Работа с авторской сказкой «Сережа в детском саду»

Педагог-психолог: В одном городе жил-был мальчик Сережа. Ему было шесть лет. Сережа был уже большой, и каждый день ходил в детский сад. Садик был хороший: там была добрая воспитательница, много ярких игрушек, интересных книжек, веселые девочки... Но... В группу вместе с Сережей ходил мальчик Артур. Артур был умный, сильный, он ходил в спортивную секцию. С Артуром дружили многие мальчишки, ведь родители покупали ему самые дорогие и модные игрушки, и Артур приносил их в детский сад. А с Сережей никто не хотел дружить, ведь он был полный, неуклюжий и к тому же носил очки. В детском саду Сереже было очень плохо.

Артур и его друзья часто обижали Сережу. Они смеялись над тем, что Сережа плохо бегает, неловко ловит мяч, что у него нет крутых игрушек, что он носит очки. «Эй, очкарик, мы не будем с тобой играть, ты жирный!» – говорил Артур. «Пузо-пузо – три арбуза, полтора мешка кишок, пузо село на горшок, затрещал горшок от груза», – смеялись мальчишки. «Ты вообще ничего

не можешь, жир-база», – дразнился Артур. «Иди отсюда, а то догоним и врежем», – поддакивали его приятели. (Обращается к детям.) Как вы думаете, Сереже было приятно слышать эти слова? Почему Артур с мальчиками дразнили его? (Дети отвечают.)

Бедному Сереже было так больно слышать обидные слова. Он подолгу сидел один и думал. «Ну почему я такой толстый, такой неуклюжий? Зачем мне эти очки?» – плакал он. Горячие слезы капали по его щекам, но никого не было рядом, чтобы пожалеть мальчика. Сережа очень грустил и переживал из-за того, что никто не хотел с ним дружить. Казалось, еще чуть-чуть, и он заболит. Как вы думаете, что чувствовал Сережа, когда его обижали мальчишки? А вы когда-нибудь чувствовали подобное, переживали такие же чувства? Когда? Что вы тогда делали? (Дети отвечают.)

Но однажды Артур и его друзья сильно обидели Сережу. На прогулке они забрали у него шапку и заставили бегать за ними, чтобы ее вернуть. Артур подзадоривал Сережу такими обидными словами, что и повторять их не хочется. Сережа быстро выбился из сил, его очки запотели, и он никак не мог отдышаться. Мальчик сел на скамеечку и заплакал. Ему казалось, что весь мир ненавидит его и поэтому специально обижает. В этот грустный момент к нему подседа воспитательница, такая теплая и светлая, как волшебница. «Ничего, Сережа, я тебе помогу», – сказала она и обняла мальчика. От нее повеяло спокойствием, и мальчик потихоньку начал приходить в себя. После прогулки воспитательница посадила Сережу, Артура и других ребят в кружок на ковре и показала им два яблока.

Метафора «Яблочки»

Цель: создать условия, чтобы дети осознавали последствия обид и травли других детей посредством терапевтической метафоры.

Педагог-психолог: Посмотрите, ребята, я вам принесла таких же два одинаковых яблока. (Педагог-психолог показывает детям яблоки.) Посмотрите, какие они красивые, сочные, аппетитные. (Педагог-психолог берет «битое» яблоко.) Ребята, вы знаете, мне почему-то не нравится это яблоко. Оно какое-то противное, да и цвет у него не очень, черенок у него кривой. Фу-у! Это яблоко ужасное. Давайте все вместе скажем, какое яблоко гадкое, нехорошее. Я передам яблоко по кругу, а вы скажете яблоку плохие слова.

Дети выполняют задание. Педагог-психолог берет второе, «не битое» яблоко.

Педагог-психолог: А это яблочко – изумительное! У него такой красивый вид, ровная кожица, нежный цвет, оно наверняка самое вкусное и сочное. Давайте его похвалим. Я передам яблоко по кругу, а вы скажете яблоку хорошие и добрые слова. (Дети хвалят яблоко.) Ребята, посмотрите, изменились ли наши яблочки? (Дети отвечают.) Нет, они остались такими же. Они почти одинаковые. (Педагог-психолог разрезает яблоки пополам.) Посмотрите, яблоко, которое мы похвалили, свежее и сочное внутри. А яблоко, которому мы сказали недобрые слова, внутри помятое. Как вы думаете, что произошло? (Дети отвечают.) Смотрите, внутри яблока ушибы, кашица и мятые бока – это то, что происходит внутри каждого, когда кто-то обижает его своими словами или действиями. Когда над кем-то издеваются, это очень ранит.

Часто люди не говорят, что они чувствуют. Если бы мы с вами не разрезали яблоко, мы бы никогда не узнали, сколько боли причинили ему. Я прошу вас, будьте осторожны со своими словами и делами.

Продолжение сказки «Сережа в детском саду»

Педагог-психолог: Об этом и рассказала воспитательница ребятам. Сережа опустил голову и плакал. Тогда Артур подошел к нему. «Прости меня, пожалуйста. Я больше так не буду. Я не знал, что тебе так обидно и больно», – тихо сказал он. «Мы все так больше не будем», – понурили головы другие мальчишки. «Мы будем с тобой дружить. Ты добрый, всегда помогаешь нам и знаешь много интересных историй», – поддерживали девочки. Воспитательница улыбнулась. (Обращается к детям.) Как вы думаете, ребята, ситуация изменится? Будут ли теперь обижать Сережу Артур и другие мальчишки? А почему? У вас в группе есть ребята, которые без конца обижают и дразнят других? Приятно ли вам, когда вас дразнят и обижают? А дразнить и обижать других вам нравится? Как вы думаете, что нужно сделать, чтобы перестать обижать других? (Дети отвечают.)

Рисование по сказке

Цель: подвести детей к осознанию содержания сказки.

Педагог-психолог: Ребята, сейчас я предлагаю вам нарисовать Сережу, Артура и других ребят в детском саду. Нарисуйте, как, по-вашему, можно еще помирить ребят.

Дети рисуют. Когда они заканчивают, педагог-психолог предлагает им обсудить рисунки.

Упражнение «Листочки»

Цель: развивать конструктивные коммуникативные навыки, ответственность за свои высказывания.

Педагог-психолог: Ребята, когда мы обзываем, обижаем кого-то, мы как будто приклеиваем к нему листочек. Например, вот такой (показывает): «дурак», «балбес», «злой», «драчун», «неудачник», «бессовестный», «лентяй».

Педагог-психолог раздает стикеры в произвольном порядке.

Педагог-психолог: Ребята, нравится ли вам такие наклейки? Почему? Вы хотите от нее избавиться? Почему? (Дети отвечают.) Давайте порвем их на мелкие куски и выбросим в мусорное ведро. (Педагог-психолог ставит в центр круга ведро для бумаг.) Я раздам вам другие листочки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «сообразительный», «активный», «воспитанный», «добросердечный», «помощник». Будьте такими! (Педагог-психолог раздает стикеры.)

Авторская модификация релаксации «Цветочный дождь».

Цели: способствовать снятию психомышечного, психоэмоционального напряжения, расслаблению, формировать позитивное мировосприятие.

Педагог-психолог: Ребята, мы с вами сегодня многое узнали, много размышляли. Давайте немного отдохнем, чтобы потом снова стать веселыми и бодрыми. Сядьте удобнее на своих стульчиках, глубоко вдохните и выдохните, закройте глаза. (Педагог-психолог включает приятную мелодию.) Представьте, что на вас падает дождь из сотен и даже тысяч невидимых цветов. Пусть эти цветы падают подобно большим снежинкам

или крупным каплям дождя. Вы можете выбрать любые цветы: розы, маргаритки, незабудки, фиалки, тюльпаны, львиный зев, подсолнухи, колокольчики. Представьте их красоту, почувствуйте, как пахнут эти цветы. (Пауза.) Мне кажется, у вас хорошо получается представить цветы, и вы можете полностью насладиться ими. (Пауза.) А теперь вы можете останавить цветочный дождь. Выбирайтесь из этого цветочного сугроба. Откройте глаза.

Рефлексия «Со свечой»

Цель: развивать когнитивное и эмоциональное самооценивание.

Ребята, вы любите сюрпризы? Я принесла вам настоящую свечу и сейчас зажгу ее. А вы сидите на своих стульчиках и смотрите на нее, но не трогайте. (Педагог-психолог зажигает свечу и ставит ее, включает красивую музыку.) Вспомните нашу встречу с самого начала. Что вам понравилось, а что нет? Что было трудным? Что далось легко? Как вы себя сейчас чувствуете? Расскажите волшебному клубочку свои впечатления. (Дети отвечают.)

Ритуал прощания

Цели: завершить работу группы, создать положительный настрой.

А сейчас, ребята, похлопайте в ладоши те, кому понравилось наше занятие. (Дети хлопают.) Давайте возьмемся за руки и встанем в круг. Скажем спасибо волшебному клубку, что мы такие дружные! Мы стали внимательнее и добрее относиться друг к другу! Я покажу, как мы дружно задует свечу. Наше занятие закончилось. Всем большое спасибо!