**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа№5» г.Усинска**

**Настольная игра**

**по совладанию со сложными жизненными ситуациями**

**«БРОДИЛКА»**

**ИЛИ КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКАМ С ОВЗ ВОЙТИ В МИР НЕ ВОПРЕКИ, А БЛАГОДАРЯ ДЕТСКИМ РАЗЛИЧИЯМ И ЖИЗНЕННЫМ СЦЕНАРИЯМ**

**Адресность**

Программа адресована:

* учащимся 4 классов (10-12 лет) с ОВЗ;
* классным руководителям, педагогам-психологам, работающим с детьми с ОВЗ в качестве ориентиров в практической деятельности.

**Наименование номинации:**

Методическая разработка «Работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья».

**Сведения об авторе:**

Прижимова Анна Ивановна,

педагог-психолог, высшая квалификационная категория,

МБОУ «СОШ №5» г.Усинска

Тел. 89129595797

**Усинск**

**2018г.**

**Введение**

Игра является неотъемлемой частью жизни человека. Когда человек играет, он развивается, учится, познает себя, свои возможности и окружающее пространство. Существует много классификаций игр по различным основаниям, по одной из них в отдельную группу выделяют настольные игры[1] .

История настольных игр насчитывает не менее 5500 лет. Настольные игры широко использовались и применялись в жизни людей. Исследователи отмечают, что создаваемые игры были не только способом развлечения, но и инструментом обучения молодого поколения, развивающим и корректирующим методом [5].

Глобальная компьютеризация практически всех сфер жизнедеятельности человека привела к тому, что когда-то очень популярные настольные игры в некоторой степени утратили свои позиции, но в настоящее время они возвращают свою былую популярность, которая продолжает расти.

Настольные игры – это не только веселый досуг, они способствуют развитию интеллекта и когнитивных способностей ребенка, с их помощью можно решить важные проблемы детей и подростков, поэтому в настоящее время они становятся все более популярным инструментом в работе психолога.

Настольная игра – игра, основанная на манипуляции относительно небольшим набором предметов, которые могут целиком разместиться на столе или в руках играющих. Это делает её выгодной с точки зрения экономии пространства для занятий. Игры данной категории не требуют активного перемещения игроков, наличия дополнительного сложного инвентаря или специальных сооружений, игровых площадок и т.п., что тоже достаточно экономично.[3]

Используя в своей работе возможности настольных игр, педагог-психолог, классный руководитель создаёт обстановку, которая способствует снятию напряжения и созданию доверительных отношений между участниками в короткое время. Высокая активность, эмоциональная окрашенность, условность игры способствуют высокой степени открытости участников, обеспечивают чувство безопасности, а это означает, что ребенок отбрасывает в игре сознательную защиту, у него снижается тревожность, настороженность, он становится самим собой.

Особенно актуально использование данного вида игр в психологическом сопровождении младших подростков с ограниченными возможностями здоровья.

**ХАРАКТЕРИСТИКА КОНТИНГЕНТА УЧАСТНИКОВ МЕРОПРИЯТИЯ**

Подростковый возраст считается одним из самых переломных и сложных в жизни человека. Во всех областях жизнедеятельности подростка происходят серьезные изменения, именно поэтому этот возраст называют «переходным» от детства к взрослости. В этот период формируются устойчивые модели поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психологическое здоровье, общественную и личную зрелость.

Подростковый возраст является наилучшим возрастным периодом для развития межличностных отношений. Общение со сверстниками, как ведущий вид деятельности данного возраста, имеет большую воспитательную силу, то есть оно выступает не только как средство обмена информацией, но и оказывает влияние на развитие личности подростков: происходит изменение восприятия окружающего мира, освоение норм и ценностей, формируются нравственные качества личности. Кризисные явления в современном обществе оказывают влияние на подростковую среду, способствуют развитию конфликтной социальной позиции подростков, обусловливают проявление деструктивных форм поведения и искаженного ценностного отношения к себе и к окружающему миру, особенно ярко это можно наблюдать у младших подростков с ограниченными возможностями здоровья. У подростков с ОВЗ отмечаются трудности коммуникации: низкий уровень коммуникативной компетентности, неумение согласовывать свои действия с партнерами, отсутствие конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций, необщительность, замкнутость, социальная изолированность, низкий социометрический статус, повышенный уровень агрессивности.

Большинство подростков с ОВЗ с трудом идут на контакт со взрослым человеком и особенно педагогом-психологом, классным руководителем, что обусловлено характерными для данного возраста чертами: реакцией эмансипации, особым стилем взаимодействия, стремлением подростков к самоутверждению в референтной группе сверстников, повышенной возбудимостью, импульсивностью и негативизмом. Поэтому при осуществлении психологического сопровождения несовершеннолетних возникает необходимость подбора такой формы работы, которая была бы безопасна для них (т.е. знакома им по предыдущему опыту), увлекательна (содержала элементы соревновательности) и не назидательна (не включала прямые воспитательные наставления).

Всем этим требованиям отвечают настольные игры, являющиеся для педагогов-психологов, классных руководителей, прежде всего, интересным и эффективным инструментом для работы, который может быть успешно применен как в индивидуальной, так и в групповой работе с подростками.

Любая настольная игра положительно влияет на психологическую сторону развития ребенка, особенно в подростковом возрасте, ведь одним из главных критериев игры, по Эльконину, считается определенная свобода действий, а это один из важных моментов приближения к взрослению.[4]

Настольные игры в работе педагога-психолога, классного руководителя с несовершеннолетними выполняют следующие функции:

* диагностическая функция заключается в раскрытии переживаний подростка, особенностей его характера и межличностных отношений. В игровом процессе выявляются некоторые скрытые стереотипы, модели поведения, неконструктивные установки, конфликты и привычные способы их разрешения;
* коррекционно-развивающая функция состоит в предоставлении подростку возможности для самовыражения, осознания и отреагирования психоэмоционального напряжения, страхов. Игра способствует коррекции негативных черт характера, перестройке отношений, расширению жизненного кругозора, формированию навыков адаптивного взаимодействия, развитию многих психических функций, учит подростков организовывать и планировать собственную деятельность, соблюдать определенные правила. [2]

Основная **ЦЕЛЬ** данной игры — развитие у подростков умения высказываться, проговаривать друг другу видение различных ситуаций и способов выхода из них, договариваться, делиться своим жизненным опытом.

В игровом процессе отрабатывается также опыт обвинений, извинений и умения просить о помощи. Настольная игра помогает справиться с излишней агрессией, подростки учатся управлять негативными эмоциями, проявлять их социально приемлемым способом, делать правильный выбор – в каких ситуациях необходимо уступить, а где – дать отпор. Создавая своего персонажа, подросток тем самым обозначает себя в игре и показывает, как он к себе относится, что служит для психолога информативным диагностическим показателем. Кроме формирования социальных навыков общения, эта игра развивает и воображение.

**ЗАДАЧИ:**

* развитие социальной и эмоциональной компетенции подростков;
* осознание несовершеннолетними границы, в пределах которых они могут чувствовать себя свободными и защищенными, что позволяет избежать излишнего напряжения и сопротивления со стороны подростков;
* развитие умения объяснять мотивы, причины и содержание собственных поступков;
* осмысление собственного поведения, поведения сверстников и сравнение их с общепринятыми нормами.

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ** – 45-60 мин. (в зависимости от количества игроков).

**ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**:

Для игры заранее готовится игровое поле и тексты заданий, карточки, фишки, кубик. На игровом поле изображаются: (в левом нижнем углу — старт, в правом нижнем углу — финиш). Поле разбито на 3 сектора:

1. сектор «ВЫБОР» (1 поле; прикрепляется слева поэтапность высказываний игроков по выбранной ими ситуации + сумма баллов за ответ; карточки с ситуационными высказываниями; карточки – чувства)
2. сектор «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ» (2 поле; прикрепляется к нему снизу форма ответа участника; карточки с ситуациями)
3. сектор «ЗДОРОВЬЕ» (3 поле)
4. На каждом секторе расположены вразброс «кружки».

Зеленые кружки – основные задания (1 сектор – написанные на карточках ситуации, 2 сектор – нарисованные ситуации, 3 сектор – лепестки с заданиями) 1 балл;

синие кружки – помощь друга (помощь игрока, которого выберет ребенок для прохождения данного этапа, игрок выполняет полностью за него 1 задание) - 2 балла;

фиолетовые кружки – выполнение физкульт.упражнения со всеми участниками игры – 2 балла;

красные кружки – «свобода» – 2 балла.

А также есть стрелочки, по ним можно либо подняться на несколько кружков, либо спуститься назад на несколько ходов.

Подготовка к игре будет заключаться в том, чтобы собрать игроков за игрой, распечатать поле с карточками.

**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**(ПРАВИЛА ИГРЫ)**

Тексты заданий можно несколько занятий повторять, а можно менять. В приложении приводятся тексты заданий, которые я даю в 4-м классе с детьми с ОВЗ.

В игру могут играть несколько человек. Максимальное количество — 6. Это обусловлено тем, что чем больше игроков в ней участвует, тем больше она занимает времени. При участии 6 человек игра растягивается на 60 мин.

Перед игрой ведущий заготавливает нужное количество фишек, которыми будут пользоваться игроки. В начале игры фишки ставятся на старт, и задача участников, кидая по очереди кубик, дойти до финиша. Если участник попадает на красный кружочек - «свободу», то он может либо что-то нарисовать, либо станцевать, либо спеть, либо бросить еще раз кубик, либо сделать то, что он хочет. На то она и свобода.

Кидая кубик и передвигая фишки, участник выполняет «задания», отвечает на «вопрос», высказывает свое «мнение» в ответ на написанное на карточке умозаключение, придумывает собственные действия в различных «ситуациях».

ПОЧЕМУ ТРИ ПОЛЯ?

Такой вопрос мне не раз задавали коллеги классные-руководители!!!

Первое поле «ВЫБОР» и второе поле «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ» - психологический смысл полей – формирование способов и приемов совладания с проблемами, стрессовыми или новыми ситуациями. В психологии они определяются как коппинг - стратегии. Это стратегии, так или иначе направленные на взаимодействие с проблемной ситуацией; поведение, призванное поддержать психологическое равновесие.

Коппинг-стратегии можно рассматривать как деятельность, направленную на сохранение баланса между внутренними ресурсами и требованиями среды:

* В сфере мышления происходит планирование, принимается решение о том, каким образом человек будет решать проблему (он может формировать установку на изменение ситуации, может осуществлять поиск информации по проблеме, а может и вообще отказатся от решения проблемы из-за неблагоприятного прогноза последствий или негативного прошлого опыта, отстраниться от проблемы, сделать вид, что ее нет).
* Эмоционально фокусированные коппинг-стратегии – направлены на уменьшение дискомфорта и излишнего напряжения.
* Поведенческие стратегии определяют то, как ведет себя человек, столкнувшись с проблемой (человек может искать поддержку у окружающих или избегать общения с людьми, может перенаправлять свою энергию с проблемной ситуации на что-либо другое).

**Находясь на первом поле** и выбирая ситуацию, например «Когда меня ударили…» и отвечая на вопросы строго в той последовательности, в которой они прописаны на рядом находящемся с полем листе (часто, младшие подростки с ОВЗ в силу своих возрастных особенностей, способны в основном запоминать и воспринимать материал зрительно (так им не страшно, безопасно и понятно), дети могут отвечать:

1*.Что бы ты почувствовал, находясь в данной ситуации?(*здесь в помощь картинки с чувствами*)* ***Я бы чувствовал, что испытываю страх, обиду, потом может быть злость.***

*2. Когда может возникнуть такая ситуация?* ***Когда я бываю один в школе…; когда родители меня ругают, а потом бьют…; когда я с другом не соглашаюсь, он меня лупить начинает…и т.д.***

*3. Как может данная ситуация закончится («+» и «\_»)?* ***Хорошим?- совсем ни как. Плохим – у меня синяк, родители кричат, я плачу.*** Здесь необходимо подсказать ребенку положительные моменты выхода из данной ситуации, например: запишусь в секцию и стану сильнее; буду больше вопросов задавать учителю, чтобы понять учебный материал и радовать родителей своими знаниями и т.д.

*4.* Закончи высказывание: *Если я окажусь в данной ситуации и меня ударят, то буду делать следующее:*

*1.* если противник меня сильнее – убегу или не буду его провоцировать на конфликт;

*2.* если это родители – не буду грубить, буду молча, спокойно их выслушивать, не вступая в конфликт;

*3.* если это друг переменю тему разговора.

**Находясь на втором поле и** выбирая различные ситуации, ребенок, уже имея опыт работы с неоконченным предложением, самостоятельно сможет проанализировать ситуацию и найти из нее выход (по образцу 1 поля). Данное поле является как бы самостоятельной или проверочной работой по закреплению пройденного материала.

**Находясь на третьем поле** ребенку предлагается самому сделать выбор, взять ответственность на себя и выполнить те задания, которые ему попадутся на лепестках цветка ЗДОРОВЬЯ.

Игра заканчивается тогда, когда один игрок проходит игру.

В конце игры подросткам предлагается проанализировать свою собственную, а также стратегии поведения других участников. В процессе обсуждения у несовершеннолетних формируется осознание того, что самыми оптимальными стратегиями поведения являются миролюбивая и дипломатическая, и что быстрее прийти к победе помогает сотрудничество с соперниками и умение идти на компромисс.

Педагог-психолог или классный руководитель также обращает внимание на то, как взаимодействовали игроки одной команды, договаривались ли они о совместных действиях. Помимо развития стратегических способностей игра создает возможности для развития логического и пространственного мышления, навыков счета.

Выбор победителя определяется не по скорости окончания игры, а по наибольшему количеству фишек (баллов).

Победителя нужно наградить после рефлексии. Награда – каждой команде игроков подбирается своя награда – поздравление.

Игра рассчитана на младших подростков с ОВЗ, но, придумав к ней новые вопросы и задания, ее можно модифицировать для различных задач и возрастов.

Эта игра ненавязчиво дает детям возможность рассказать о себе, причем, отвечая на вопросы, они имеют право сами регулировать степень личностно затрагиваемой информации, а также могут подумать о вещах, о которых раньше не задумывались.

Когда младшие подростки с ОВЗ составляют свое мнение по поводу некого утверждения, то они оценивают степень соответствия явления, о котором говорится в утверждении, с реальностью. Это заставляет их задуматься о каких-то жизненных законах, а также в игровой форме узнать о них, что позволит им в дальнейшем лучше ориентироваться в незнакомом взрослом пространстве.

В процессе игры между участниками создается более доверительная атмосфера, младшие подростки учатся слушать друг друга, задумываться о своем прошлом, настоящем и будущем, о том, чего они хотят от жизни. Также, отвечая на вопросы, подростки делятся своим мнением, как лучше поступить в той или иной ситуации или как добиться различных коммуникативных целей. Например: «Что делать, когда мне чего-то не хватает…»? В процессе игры они открывают для себя много нового не только в себе, но и в окружающих, в законах окружающего мира. Это обуславливается еще и тем, что познание происходит в легкой, **приятной** игровой форме, редко встречающейся на психологических занятиях. Получая удовольствие от психологических познаний, подросток и дальше не перестанет интересоваться ими, так как они будут вызывать положительные ассоциации и чувство удовольствия от психологических занятий и размышлений.

Особенность данной игры – можно подсказывать! Если ребенок не может ответить на вопрос, а другие участники хотят ему помочь, то могут это сделать…НО соблюдая правила игры:

1. Не навреди,
2. Не оскорби,
3. Не перебивай,
4. Не унижай,
5. Много не болтай «Краткость-сестра таланта».

**МЕТОДЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ**

* все участники остаются в игре до самого ее окончания (увлеченность, интерес, терпимость и т.д.),
* сплочение коллектива подростков (подростки не нарушают правила игры от начала и до конца),
* развитие и отработку навыков и умений конструктивного взаимодействия в команде (соблюдение очередности, нет вербальной и физической агрессии, дружеская атмосфера);
* активизацию когнитивных способностей несовершеннолетних (памяти, воображения, внимания, логического мышления), развитие сообразительности, фантазии (разнообразные, не повторяющиеся ситуации выхода из проблемных ситуаций);
* развитие навыка объяснения своих мыслей, представлений не только словесными (вербальными), но и невербальными способами — можно использовать мимику, жесты.
* развитие умения слушать;
* расширение словарного, эмоционального, чувственного запаса;
* развитие речевой креативности,
* полезность (что узнали нового, как изменились ваши представления об известном и т.д.).

Опыт проведения психологических занятий с подростками с применением настольных игр показал, что несовершеннолетние с интересом включаются в предлагаемые игры, с увлечением выполняют задания и играют предложенные роли, решают ситуации и отвечают на вопросы.

Анализируя данные проведенных занятий, можно отметить положительную динамику у несовершеннолетних: они стали более общительными, активными, открытыми, у них повысился интерес к психологическим занятиям, снизился уровень тревожности, агрессивности. Подростки научились следовать правилам, приобрели навыки бесконфликтного, продуктивного общения, научились оказывать помощь друг другу в процессе взаимодействия, брать на себя ответственность за построение межличностных отношений, анализировать собственное поведение, сравнивая его с общепринятыми нормами, выражать негативные эмоции в социально приемлемой форме, приобрели опыт построения отношений, основанных на сотрудничестве.

Полученный в игре положительный опыт подростки в дальнейшем переносят в сферу общения со сверстниками и взрослыми.

Обобщая выше изложенное, можно сделать вывод о том, что преимущества использования настольных игр на психологических занятиях с младшими подростками с ОВЗ заключаются в следующем:

* игра мотивирует, стимулирует и активизирует познавательные процессы подростков: внимание, восприятие, память, мышление, воображение;
* атмосфера игры для подростков привычна и безопасна, позволяет раскрепоститься, дает возможность свободно выразить собственные чувства и намерения, проявить себя, учит осознавать границы личности – свои и других;
* проведение занятий с использованием настольных игр создает условия для проявления межличностных отношений и позиций подростков по отношению друг к другу, способствует формированию дружеской атмосферы в группе, развивает навыки взаимодействия и коммуникации;
* настольная игра вырабатывает активное отношение к жизни и целеустремленность в выполнении поставленной цели;
* обсуждение игрового процесса выводит за пределы самой игры, является мостиком и одновременно основой для последующей работы психолога с подростками;
* настольная игра как инновационная и творческая деятельность в психологической практике способствует развитию творческого потенциала подростков;

Таким образом, настольные игры являются одной из инновационных, уникальных форм деятельности психолога, они доказали свою эффективность в качестве диагностического и коррекционно-развивающего инструмента в работе с подростками. Их использование на психологических занятиях является важной составляющей психологического сопровождения несовершеннолетних.

**Список литературы:**

1. Громова Д. А. Настольные игры как современный инструмент работы психолога в сопровождении подростков // Современная психология: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2016 г.). — Казань: Бук, 2016. — С. 16-19
2. [Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия — М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. — С.368](http://chita-doverie.ru/ispolzovanie-nastolnyx-igr-v-psixologicheskom-soprovozhdenii-podrostkov/Захаров%20А.И.%20Происхождение%20детских%20неврозов%20и%20психотерапия%20—%20М.:%20ЭКСМО-Пресс,%202000.%20—%20С.368%0dНогалес)
3. [Илюшина М.И, Артёмова О.В. Инновационные игровые технологии в работе с замещающими семьями. – Калуга, РПА «Креатив», 2013.- С.12](http://chita-doverie.ru/ispolzovanie-nastolnyx-igr-v-psixologicheskom-soprovozhdenii-podrostkov/Захаров%20А.И.%20Происхождение%20детских%20неврозов%20и%20психотерапия%20—%20М.:%20ЭКСМО-Пресс,%202000.%20—%20С.368%0dНогалес)
4. Эльконин Д. Психология игры. — М.: Владос, 1999 г. — с. 46
5. <http://4brain.ru/psy/igry.php>