

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ**  
**Психосоциальная поддержка в школе и вне ее**

**Методическое пособие 1**

**Начало работы**

Центр психосоциальной поддержки  
Международная федерация организаций  
Красного креста и Красного полумесяца

Международная организация  
«Спасем детей»  
(Save the Children)

Методическое пособие напечатано в рамках проекта «Повышение уровня готовности к реагированию на чрезвычайные ситуации Белорусского Общества Красного Креста (БОКК) и Общества Красного Креста Украины (ОККУ) «ПрерСар» при финансовой поддержке Европейского союза. Фактическую ответственность за содержание несет Белорусское Общество Красного Креста, и это пособие не отражает взглядов Европейского союза.



## Методическое пособие 1: Начало работы

Центр психосоциальной поддержки МФОКК и КП  
Красный крест в Дании  
Блегдамсvej 27 (Blegdamsvej 27)  
DK-2100 Копенгаген Ø  
Дания  
Тел.: +45 35 25 92 00  
Эл. почта: [psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org)  
Вебсайт: [www.ifrc.org/psychosocial](http://www.ifrc.org/psychosocial)

Представительство международной организации  
«Спасем детей» в Дании (Save the Children Denmark)  
Розенйорнс Алле 12 (Rosenørns Allé 12)  
1634 Копенгаген V  
Дания  
Тел.: +45 35 36 55 55  
Эл. почта: [redbarnet@redbarnet.dk](mailto:redbarnet@redbarnet.dk)  
Вебсайт: [www.savethechildren.dk](http://www.savethechildren.dk)

Обложка: Луиза Дайринг / «Спасем детей» (Save the Children)

Дизайн и производство: «Парамедиа» (Paramedia), Копенгаген  
Иллюстрации: «Диджитал Миксес Ко., Лтд» (Digital Mixes Co., Ltd.)  
Напечатано в Дании. Первое издание, май 2012 г.  
KLS Grafisk Hus A/S  
ISBN 978-87-92490-08-7

Данное методическое пособие выпущено в рамках «Программы психологической реабилитации детей: Психосоциальная поддержка в школе и вне ее». Опубликовано Центром психосоциальной поддержки МФОКК и КП при поддержке датского представительства международной организации «Спасем детей». Мы хотим поблагодарить все организации, предоставившие нам свои материалы для включения в данную программу.

Главные редакторы: Анне-Софи Дибдал (Anne-Sophie Dybdal) и Нана Видеманн (Nana Wiedemann)  
Авторы и редакторы: Пернилле Терлонге (Pernille Terlonge) и Венди Агер (Wendy Ager)  
Составители: Луиз Винтер-Ларсен (Louise Vinther-Larsen), Аньяна Дайал де Прюитт (Anjana Dayal de Prewitt), Биргитте Йиген (Birgitte Yigen)  
Координатор: Марта Бирд (Martha Bird)  
Производственный менеджер: Лассе Норгаард (Lasse Norgaard)

Программа психологической реабилитации детей представлена в виде сборника методических пособий на английском и французском языках. В сборник входит следующее:

Буклет 1. Что означает благополучие ребенка  
Буклет 2. Пособие для менеджера программы  
Методическое пособие 1. Начало работы  
Методическое пособие 2. Практические курсы

Сборник пособий можно получить на сайте [www.ifrc.org/psychosocial](http://www.ifrc.org/psychosocial) и [www.savethechildren.dk](http://www.savethechildren.dk)

Благодарим следующие датские фонды за финансовую поддержку данного издания и Программы психологической реабилитации детей:  
«Søren O. Jensen og Hustrus Fond», «Augustinus Fonden», «Asta og. Jul. P. Justesens Fond», «Irene og Morten Rahbeks Fond», «Rockwool Fonden», «Torben og Alice Frimodts Fond» и «Frie Skolers Lærereforening».

Также благодарим датское представительство Красного креста, норвежское представительство Красного креста и Агентство международного развития «Данида» (Danida) за финансовую поддержку данного издания и Программы психологической реабилитации детей.

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ  
Психосоциальная поддержка в школе и вне ее

**Методическое пособие 1**  
Начало работы

## **Предисловие**

С удовольствием представляем вам этот сборник методических пособий для планирования и внедрения программ психологической реабилитации детей. Эти материалы были разработаны в сотрудничестве с Международной федерацией организаций Красного креста и Красного полумесяца при поддержке международной организации «Спасем детей» (Save the Children). Данные пособия построены на нашем опыте предоставления психосоциальной поддержки и защиты детей в чрезвычайных ситуациях, а также многолетнем опыте работы указанных организаций, местных и международных партнеров и агентств ООН. Надеемся, что данные материалы помогут при долгосрочной и качественной реализации программ для детей, которые принесут необходимые изменения, повышающие качество жизни детей и их опекунов.

Выражаем признательность за помощь, оказанную нам при разработке этой программы, и надеемся, что эти пособия станут полезным источником информации для улучшения благополучия детей по всему миру.

### **Нана Видеманн**

Центр психосоциальной поддержки  
МФОКК и КП

### **Мими Якобсен**

Представительство международной  
организации «Спасем детей» в Дании

## **Содержание**

Программа психологической реабилитации детей

Проведение тренингов для детей и встреч с родителями и опекунами

Тренинги 1-5

Дополнительные тренинги

Руководство по проведению встреч с родителями и опекунами

Приложения

**Программа психологической реабилитации детей:  
психосоциальная поддержка в школе и вне ее**

## **Введение в программу и знакомство с методическими пособиями**

«Программа психологической реабилитации детей: психосоциальная поддержка в школе и вне ее» является совместной инициативой международной организации «Спасем детей» и Центра психосоциальной поддержки Международной федерации организаций Красного креста и Красного полумесяца (далее – Центр ПП). Целью программы является улучшение психосоциального благополучия и защита детей.

Программа признает ключевую роль родителей и опекунов, учителей и социальных работников, а также направлена на обеспечение соответствующей подготовки для заботы и защиты детей в их родном окружении. Во время чрезвычайных происшествий (да и в долгосрочной перспективе) школы и прочие детские программы (например, клубы для детей и молодежи, программы по оборудованию дружественного к детям пространства и т.д.) становятся важными источниками стабильности и заботы. Программы психологической реабилитации детей можно проводить в школах и других общественных группах, а также внедрять их в школьную программу либо проводить в форме факультативных занятий за пределами школы.

Эти методические пособия были разработаны в помощь при внедрении программ психологической реабилитации детей. В сборник входят четыре книги:

**Для всех**

Книга **«Что означает благополучие ребенка»** является введением в вопросы психосоциальной поддержки, защиты детей и реакции детей на проблемные ситуации. Она написана для лиц, являющихся потенциальными участниками программы психологической реабилитации детей, включая менеджеров программы, практических координаторов, инструкторов, волонтеров, учителей, родителей и опекунов.

**Для менеджеров программы**

**«Пособие для менеджера программы»** содержит руководство для менеджеров программы по планированию, реализации и оценке программ психологической реабилитации детей.

**Для менеджеров программы, практических координаторов и инструкторов**

**«Методическое пособие 1. Начало работы»** состоит из следующих частей:

- введение в программу психологической реабилитации детей;
- введение в тренинги и встречи для родителей;
- первые 5 тренингов для детей;
- дополнительные тренинги:
  - три факультативных тренинга, которые можно провести в любой момент: «Учимся слушать», «Кое-что обо мне» и «Работаем вместе»;
  - два факультативных тренинга для завершения практического курса;
- руководство по проведению встреч с родителями.

**«Методическое пособие 2. Практические курсы»** состоит из планов для четырех курсов практических занятий на следующие темы:

- защита от насилия и эксплуатации;
- дети, пострадавшие в вооруженных конфликтах;
- дети, пострадавшие от стихийных бедствий;
- дети, пострадавшие от ВИЧ-инфекций или СПИДа.



Методические пособия были разработаны для инструкторов, практических координаторов и менеджеров программы психологической реабилитации детей. Однако многим другим участникам этой программы также будет полезно ознакомиться с этими материалами.

### **Электронные материалы**

В сборник входит USB-флешка, содержащая следующие файлы:

- электронные версии всех четырех печатных пособий;
- рабочие тетради и обучающие карточки для тренингов;
- тематический банк для всех практических курсов и дополнительных тренингов, а также руководство по использованию банка и образец схемы проведения тренинга;
- руководство по обучению инструкторов и координаторов, помогающее участникам сориентироваться в программе психологической реабилитации детей, с пояснениями, что такое психосоциальная поддержка и защита детей; также предоставляет возможность практического внедрения тренингов для детей и встреч с родителями и опекунами;
- приложения к пособию менеджера программы;
- библиотека для дополнительного чтения.

### **Возможности адаптации**

Сборник методических пособий по программе психологической реабилитации детей является гибким инструментом, разработанным для применения в различных ситуациях. Опытные инструкторы также могут составлять собственные планы тренингов, выбрав подходящие темы из тематического банка. Тематические тренинги, представленные в этом буклете, не требуют применения дорогих или необычных материалов. Если тренинги являются слишком сложными с эмоциональной точки зрения, возможно, потребуется больше времени при работе с детьми.

### **Лучшие практические методы**

Международная организация «Спасем детей» и Центр ПП занимаются психосоциальной поддержкой детей по всему миру, и в данном сборнике методических пособий по программе психологической реабилитации детей объединены подходы, стратегии интервенции и экспертные оценки, разработанные обеими организациями.

Предложенные тематические тренинги были тщательно отобраны для программы и построены на лучших методиках целого ряда организаций, работающих по всему миру и способствующих повышению качества жизни детей. Сердечно благодарим все организации, предоставившие нам свои руководства и материалы для этой программы. Полный список организаций находится на задней обложке этой книги.

Центр психосоциальной поддержки  
Международная федерация обществ  
Красного креста и Красного полумесяца

Международная организация  
«Спасем детей»  
(Save the Children)

### **Помощь в психологическом восстановлении детей**

Дети, подвергнувшиеся насилию и эксплуатации, пострадавшие от стихийных бедствий, вооруженных конфликтов, ВИЧ-инфекции или СПИДа, особенно нуждаются в заботе и защите своего психосоциального благополучия. Многие потеряли близких родственников и столкнулись со страшными лишениями; некоторые дети могли стать свидетелями жестокости, многие испытали безграничную горе. Тем не менее, исследования показали, что дети и их семьи имеют способность к психологическому восстановлению даже в чрезвычайно тяжелых и неблагоприятных обстоятельствах.

Программа психологической реабилитации детей применяет целостный подход, основываясь на том, что долгосрочного и эффективного улучшения жизни детей можно достичь лишь при полноценном вовлечении в этот процесс самих детей, их родителей или опекунов, а также других членов общества, в котором они живут. Острое влияние кризисов и более длительный эффект нищеты и лишений очень сильно сказываются на детях, семьях и обществе, и в итоге приводят к срыву как личности, так и всего общества. Системы, защищающие благосостояние детей, тоже подвергнуты негативному влиянию, но именно эти системы остаются жизненно важными для восстановления детской психики в долгосрочной перспективе.

Тренинги в рамках программы психологической реабилитации детей приведены ниже и разбиты поэтапно:

<p>Этап 0: Предварительное планирование</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Определить целевые группы;</li> <li>- Оценить проблемы и потребности детей;</li> <li>- Установить партнерские отношения;</li> <li>- Определить возможности реализации программы.</li> </ul>	<p>Этап 1: Планирование</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Провести тщательную оценку;</li> <li>- Разработать проект;</li> <li>- Набрать персонал;</li> <li>- Определить виды вмешательства (интервенции);</li> <li>- Сориентировать общественность по программе;</li> <li>- Закупить материалы;</li> <li>- Разработать инструменты для мониторинга и надзора;</li> <li>- Определить существующие или установить новые контрольные системы.</li> </ul>
<p>Этап 2: Реализация</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие возможностей персонала;</li> <li>- Тренинги с детьми;</li> <li>- Встречи с родителями и опекунами;</li> <li>- Общественная деятельность;</li> <li>- Постоянное наблюдение и контроль;</li> <li>- Рассмотрение возможных стратегий выхода.</li> </ul>	<p>Этап 3: Оценка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Среднесрочная оценка (в ходе реализации);</li> <li>- Конечная оценка;</li> <li>- Завершение программы (с возможной передачей).</li> </ul>

**Проведение тренингов для детей и встреч с родителями и опекунами**

## **Содержание**

Введение

Цели психосоциальной интервенции

### **Раздел А. Тренинги с детьми**

Вступительные тренинги 1-5

Курсы тренингов

Дополнительные тренинги

Тематический банк

### **Раздел Б. Встречи с родителями и опекунами**

### **Раздел В. Проведение тренингов**

Что такое тренинг?

Подготовка к тренингу

Методики проведения тренингов

Работа с тяжелыми эмоциями

## Введение

В этом разделе содержится руководство для инструкторов по разработке серии тренингов для детей и встреч с родителями и опекунами. Он состоит из трех частей:

Раздел А содержит обзор тренингов с детьми. Он также поясняет инструкторам, как пользоваться тематическим банком на USB-флешке.

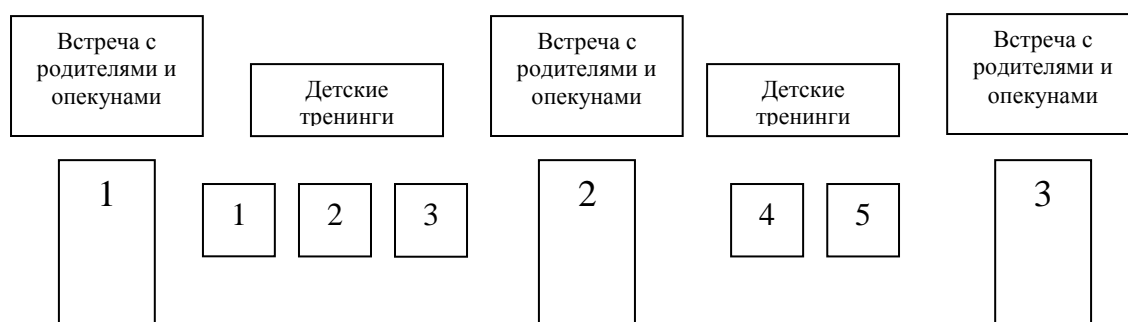
Раздел Б содержит обзор четырех встреч с родителями и опекунами детей, участвующих в тренингах.

Раздел В поясняет, что такое тренинги и кто является их целевой аудиторией, а также подчеркивает некоторые важные моменты, касающиеся информирования, согласия и выбора места и времени проведения тренингов. В этом разделе также описаны варианты участия в таких тренингах и приведен список разрешенных и запрещенных приемов при работе с детьми. В конце раздела содержатся указатели, на что следует обратить внимание при выборе заданий и мероприятий для тренинга.

Программа психологической реабилитации детей всегда начинается с вводной встречи с родителями и опекунами. Такая встреча проводится до начала детских тренингов. Затем, после проведения 1-го, 2-го и 3-го тренинга с детьми, проводится вторая встреча с родителями и опекунами, а затем – 4-й и 5-й тренинги с детьми.

Дальше у инструкторов есть выбор: они могут провести один из четырех предварительно запланированных практических курсов или создать собственный курс с использованием ресурсов из тематического банка. Также на выбор предоставляются два варианта завершения практического курса: один больше ориентирован на отдельных лиц, другой – на общество в целом.

После проведения тренингов с детьми следуют две заключительные встречи с родителями и опекунами. Последняя встреча с родителями и опекунами проводится перед последним тренингом с детьми. Подробная информация содержится в Разделе Б.



## Цели психосоциальной интервенции

При планировании и проведении детских тренингов и встреч с родителями и опекунами очень важно помнить про общие цели программы психологической реабилитации детей.

Конечной целью всегда является повышение качества и укрепление психосоциального благополучия детей. Это означает, что детям необходимо помочь:

- вернуться к нормальной, рутинной деятельности после или во время кризисной ситуации;
- снизить уровень испытываемого стресса;
- стать физически и эмоционально сильными и здоровыми;
- больше играть и быть счастливыми;
- чувствовать уверенность в себе и своих силах и способностях;
- принимать правильные и безопасные решения;
- стать более социализированными;
- научиться доверять другим и не ощущать дискомфорт при выражении чувств;
- обращаться за помощью к сверстникам и взрослым;
- лучше справляться с ежедневными трудностями;
- решать проблемы без применения насилия.

Тренинги в данном методическом пособии были разработаны в помощь инструкторам в достижении следующих целей:

- познакомиться с детьми поближе;
- определить проблемы и трудности в целевой детской группе;
- помочь детям справиться с психосоциальными проблемами и задачами;
- определить детей, находящихся в зоне риска и требующих особой поддержки;
- способствовать перехвату инициативы детьми и их активному участию;
- поощрить поддержку сверстников.

Встречи с родителями и опекунами направлены на следующее:

- информирование о психосоциальных потребностях детей в защите и понимание таких потребностей;
- исследование потребностей и ресурсов в местном обществе, влияющих на благосостояние детей;
- исследование возможностей усовершенствования общественных механизмов защиты детей;
- обучение родителей и опекунов способам распознавания детей с проблемами;
- обучение родителей и опекунов навыкам оказания помощи детям, отреагировавшим на тяжелые ситуации.

Тренинги  
Выберите один из четырех курсов

Заключительные  
тренинги

Т	Т	Т	Т	Т	Т	А	Р	Т	Т	1
Т	Т	А	Т	Т	А	Т	Т	Р	Т	
Т	Т	Т	Т	Т	Т	Р	Т	Т	Т	2
Т	Т	Т	А	Т	Т	Т	Т	Р	А	

Т – тренинг

А – дополнительные факультативные тренинги

Р – встречи с родителями и опекунами

## **РАЗДЕЛ А**

### **Тренинги для детей**

Тренинги необходимо разрабатывать и планировать, исходя из конкретного окружения детей и трудностей, с которыми они сталкиваются. Менеджеры программы и инструкторы в сотрудничестве с сообществом, в котором живут дети (дети, родители, опекуны и другие члены сообщества), должны сообща принимать решение о расстановке акцентов в занятиях с детьми после определения потребностей и ресурсов сообщества.

В данном методическом сборнике все детские тренинги содержат следующие этапы:

- вводные занятия для адаптации, чтобы дети почувствовали себя комфортно и расслабились;
- основные задания, ориентированные на проблемы конкретной целевой детской группы;
- активаторы (в игровой форме);
- заключительное задание, отмечающее конец занятия;
- проведение оценки тренинга, дающей детям возможность высказаться и оценить проведенную работу.

Существуют разные виды тренингов.

#### **Вводные тренинги 1-5**

Эти тренинги указаны в данном методическом пособии. Они направлены на установление доверительной и комфортной среды, в которой дети чувствуют себя безопасно, могут поделиться чувствами и поработать вместе над какими-либо задачами.

Эти тренинги имеют общую направленность и могут использоваться в любой обстановке, безотносительно конкретных проблем, с которыми сталкиваются дети.

При проведении 4-го и 5-го тренинга есть два варианта на выбор. Тренинги 4А и 5А включают мероприятия информационного характера и направлены на обсуждение прав детей. Тренинги 4Б и 5Б касаются потребностей детей, а не их прав.

В некоторых странах дискуссия о правах детей считается неприемлемым, в особенности в контексте, где права многих детей не соблюдаются, а их родители и опекуны неспособны изменить эту ситуацию. Информирование о нереализуемых правах может привести к тому, что родители и опекуны почувствуют себя неполноценными и расстроятся, а это может оказать негативное воздействие на их отношения с детьми.



В данном случае очень важно, чтобы инструкторы проводили тренинги, направленные на потребности, а не на права ребенка. Такие занятия информируют участников о том, что именно необходимо детям для здорового роста, как они могут помочь друг другу этого добиться, какую поддержку они могут получить от общества и что должны сделать сами, чтобы оставаться здоровыми и сильными.

### **Тренинг 1: Знакомство**

Первое занятие в основном предназначено для знакомства детей друг с другом, объяснение им целей занятий и того, зачем их пригласили на тренинг. На первом тренинге согласовываются базовые правила поведения во время тренингов.

### **Тренинг 2: Моя жизнь**

На втором занятии детей поощряют рассказать, как они определяют себя, какие роли играют в собственной жизни и жизни других людей. Они также рассматривают системы поддержки, присутствующие в их жизни.

*(подпись под фото:*

*На втором занятии детей просят поразмышлять о своей жизни и о том, кто предоставляет им поддержку.)*

### **Тренинг 3: Наше общество**

Третье занятие дает детям возможность обсудить общество, в котором они живут. Им нужно вместе нарисовать карту своего района и обсудить позитивные ресурсы и проблемы в своем районе, о которых им известно.

### **Тренинг 4А: Права детей**

Данный тренинг поясняет права детей. Целью тренинга является информирование о видах прав, а детям дается возможность рассмотреть, какие права реализовываются в их обществе.

### **Тренинг 4Б: Потребности детей**

Данный тренинг поясняет потребности детей. Его целью является информирование о том, что именно необходимо детям для здорового психосоциального состояния. Здесь проводится исследование обеспечения потребностей детей в данном обществе; участники могут подискутировать о том, обеспечиваются ли потребности в целом.

### **Тренинг 5А: Дети в нашем обществе. Права детей**

На этом тренинге продолжается информирование о правах детей и их обсуждение, а также обязанности детей в отношении реализуемых прав.

### **Тренинг 5Б: Дети в нашем обществе. Потребности детей**

На этом тренинге продолжается информирование о потребностях детей и обсуждение этих потребностей.

### **Практические курсы**

В Методическом пособии 2 предоставлены четыре практических курса, разработанных для детей с конкретными проблемами в конкретных ситуациях. Эти тренинги также способствуют развитию индивидуальных и групповых навыков для улучшения психосоциального благополучия.

Курс 1: Защита от насилия и эксплуатации.

Курс 2: Дети, пострадавшие от вооруженных конфликтов.

Курс 3: Дети, пострадавшие от стихийных бедствий.

Курс 4: Дети, пострадавшие от ВИЧ-инфекции и СПИДа.

В первых трех курсах нет специализированных тренингов. В программе четвертого курса разработаны 15 специализированных тематических тренингов.

Каждый курс начинается с обзорного листа, в котором указаны тренинги и их тематика. Более подробные обзоры тренингов и списки мероприятий и ресурсов находятся в папке «Обзоры тренингов» на USB-флешке.

### **Дополнительные тренинги**

В программе разработаны три дополнительных тренинга и две версии заключительного тренинга, которые также можно найти в этом пособии.

Тренинги А-В можно использовать в качестве дополнительных факультативов, если позволяет время и ресурсы. Ими также можно заменить любой тренинг в конкретном курсе, если предложенная тематика неприемлема или выбивается из контекста. Все тренинги являются автономными и могут использоваться в любом порядке.

**Тренинг А:** «Учимся слушать». На этом занятии участники учатся уважать друг друга и налаживать общение между собой.

**Тренинг Б:** «Кое-что обо мне». На этом занятии каждый участник учится признавать свои положительные качества и гордиться ими.

**Тренинг В:** «Работаем вместе». Это занятие направлено на групповое сотрудничество, развивает терпимость к различным мнениям и навыки общения.

Тренинги Ф1 и Ф2 являются альтернативными заключительными тренингами для всех четырех курсов. Инструктор волен выбирать один из указанных двух тренингов:

**Тренинг Ф1:** «Мое будущее». Этот тренинг больше направлен на каждого отдельного ребенка и стимулирует его поразмышлять о своем будущем и о том, чем он мечтает заниматься.

**Тренинг Ф2:** «Наше будущее». Этот тренинг направлен на то, как и чем дети могут помочь улучшить свое общество и район. Он рассматривает реальные возможности детей для участия в мероприятиях по улучшению общества, в котором они живут.

### **Тематический банк**

Тематический банк на USB-флешке содержит все задания, используемые в рамках курсов, а также дополнительные задания, которые не входят в курс.

Тематический банк можно применять несколькими способами. Инструкторы могут самостоятельно разработать свои собственные планы занятий, выбирая задания из тематического банка. Задания каждого отдельного курса можно заменить более подходящими, взятыми из тематического банка, если это необходимо.

В тематическом банке также есть образец плана тематического тренинга. Образец (с инструкциями по выбору заданий) поможет инструкторам при разработке собственных планов занятий.

*Будьте внимательны при замене тренингов и/или заданий.*

Рекомендуется проводить тренинги в том порядке, в котором они представлены, особенно это касается первых пяти тренингов и предварительно спланированных курсов.

Некоторые тренинги разработаны для последовательного проведения, один за другим. Это происходит либо потому, что для завершения конкретного задания требуется два занятия, либо потому, что результат одного задания используется в следующем. Все это четко отмечено в описании заданий.

## **Раздел Б** **Встречи с родителями и опекунами**

Руководство по проведению встреч с родителями и опекунами в данном пособии содержит четыре встречи, проводимые с родителями и опекунами в рамках программы психологической реабилитации детей. Содержание этих встреч кратко описано ниже с указанием сроков их проведения.

*Следует отметить, что в программе предложены два варианта второй встречи. Встреча 2А связана с вводными тренингами с детьми, направленными на обсуждение прав детей. Встреча 2Б относится к тренингам, направленным на обсуждение потребностей детей.*

### **Встреча 1: Введение в программу** – проводится до начала детских тренингов

На этой встрече родители и опекуны получают важную информацию о целях программы и тренингах, запланированных для детей, а также практическую информацию о времени и месте проведения тренингов.

Родители и опекуны должны подписать разрешение на участие ребенка в таких тренингах. Очень важно, чтобы эта встреча проводилась до первого детского тренинга.

### **Встреча 2: Психологическое благополучие, права и обязанности детей** – проводится до детских тренингов 4А и 4Б

На этой встрече проводится обсуждение благополучия детей, их прав и обязанностей. Родителей и опекунов информируют о том, что во время занятий дети тоже будут проводить дискуссии и выполнять задания на эту тему. Таким образом, эту встречу необходимо провести до начала детских тренингов 4 и 5, направленных на обсуждение прав и обязанностей.

Иногда права детей могут быть деликатной темой, особенно в странах и сообществах, где защита и обеспечение многих прав детей становятся трудной или практически невозможной задачей. Родители и опекуны могут ощутить себя неполноценными при обсуждении нереализованных прав детей. Они также могут почувствовать угрозу или злость, если их дети вернутся домой и заговорят с ними о своих правах, в особенности, если они осознают, что их права не реализовываются.

Во время детских тренингов персонал и инструкторы должны самостоятельно оценить приемлемость проведения занятий с детьми и встреч с взрослыми по теме прав и обязанностей. Если это НЕПРИЕМЛЕМО и может принести скорее вред, чем пользу, инструктору следует выбрать Встречу 2Б с родителями и опекунами на тему «Психосоциальное благополучие и потребности детей для здорового роста». С детьми же следует провести тренинги 4 и 5, направленные на обсуждение их потребностей, а не прав.

**Встреча 2Б: Психосоциальное благополучие и потребности детей для здорового роста**  
*– проводится до детских тренингов 4Б и 5Б*

На этой встрече проводится обсуждение потребностей детей для здорового роста и развития. Здесь родителям и опекунам также сообщают, что на занятиях дети будут участвовать в обсуждениях и выполнять задания на эту тему. Таким образом, эту встречу следует проводить до детских тренингов 4Б и 5Б, где обсуждаются потребности детей для здорового роста.

*(подпись под фото:*

*Родители и опекуны приглашаются к участию в обсуждении проблем и потребностей детей в защите в данном сообществе.)*

**Встреча 3: Реакции и эмоции детей** – *проводится после детского тренинга 5*

На этой встрече родители и опекуны обсуждают проблемы, с которыми дети сталкиваются в данном сообществе или районе. Они также обсуждают типы поведения, наблюдаемые в данном сообществе и проявляющиеся у детей при столкновении с конкретными проблемами. В Приложении 3 на USB-флешке приводятся подсказки, как помочь детям в некоторых случаях, когда они уже столкнулись или продолжают сталкиваться с конкретными проблемами.

**Встреча 4: Защита детей** – *проводится перед окончанием серии детских тренингов*

На последней встрече родителям и опекунам предлагается рассмотреть опасности и вред, который может быть потенциально нанесен детям в их сообществе. Они также рассматривают качества детей, необходимые им для защиты, и виды поддержки, которую могут оказать родители и опекуны при развитии этих качеств. Наконец, они обсуждают роль родителей и опекунов в защите детей от каких-либо опасностей и возможности обеспечения безопасности дома и на улице.

## Раздел В Проведение тренингов

### Что такое тренинг?

Тренинг – это последовательность заранее спланированных мероприятий и заданий, которые проводятся с конкретной группой людей. Тренинг обычно проводится одним или более инструкторами, запланировавшими и подготовившими какие-либо задания, используемые в каждом тренинге. Дети, для которых запланирован такой тренинг, являются участниками тренинга.

### Инструкторы

Инструкторы отвечают за планирование и руководство тренингами. При обеспечении психосоциальной поддержки в школах этим обычно занимаются учителя, иногда при участии волонтеров или персонала другой организации-участника программы. Учителя также могут самостоятельно проводить такие тренинги. В других обстоятельствах инструкторами могут выступать волонтеры, наставники или прочие лица, ежедневно работающие с детьми.

#### **Хороший инструктор:**

- тщательно готовится к каждому тренингу;
- доверяет и верит в способности детей;
- слушает, чтобы понять, а не чтобы оценить или оспорить сказанное;
- управляет групповыми процессами;
- берет на себя ответственность за общение между детьми;
- хорошо чувствует невысказанное;
- защищает точку зрения меньшинства;
- не допускает пауз в дискуссии;
- ограничивает собственное вмешательство, чтобы дать участникам больше времени для высказываний;
- избегает оценки или суждений об идеях детей;
- не принимает решение за детей, но позволяет им сделать это самостоятельно;
- сочувствует детям;
- внимательно слушает, не перебивая;
- умеет подбирать слова, следит за своими позами, жестами и выражением лица;
- готов принять участие во всех заданиях, если нужно;
- обладает гибкостью и быстрой реакцией, адаптирует задания в случае необходимости;
- получает удовольствие от работы с детьми!

Очень важно, чтобы инструкторы были хорошо подготовлены для каждого тренинга и чувствовали себя комфортно в отношении запланированных мероприятий.

Во многих культурах и дети, и взрослые чувствуют себя более свободно на тренингах или встречах, если инструктор одного пола с ними. Если есть возможность задействовать двух разнополюх инструкторов, однополая группа может почувствовать себя более комфортно, когда будет делиться личным опытом.

#### **Участники**

Самые успешные тренинги целенаправленно разрабатываются таким образом, чтобы соответствовать характеристикам, способностям и потребностям участников. Старайтесь использовать для занятий естественные группировки, например, детей из одного класса или одной возрастной группы.

Познакомьтесь с участниками до планирования тренинга, чтобы адаптировать задания под их возраст, пол, социальные и культурные практики. Эти материалы разработаны для детей от 10 лет и старше.

*(подпись под фото:*

*Применяйте методы обобщения, не допускающие дискриминации, при отборе участников для занятий с детьми.)*

Убедитесь, что при выборе участников не применяется дискриминационный подход. Это значит, что, когда для участия в тренинге приглашается естественная группа детей (например, школьный класс или группа детей, живущих в конкретном поселении или районе), не следует исключать какого-либо конкретного ребенка из выбранной целевой группы. Например, если приглашается школьный класс, нельзя исключать из группы ребенка с физической инвалидностью. Если в группе есть дети, требующие какой-либо помощи, следует ее обеспечить.

Необходимо рассчитать количество участников. Оптимальное количество – от 10 до 25 человек. Однако занятия можно проводить и в более многочисленной группе детей, как часто бывает в чрезвычайных или кризисных ситуациях. Это означает, что инструктору придется адаптировать задания для большего количества участников или разделить детей на подгруппы.

Идеальное соотношение взрослых и детей – один взрослый на 6-8 детей. Однако часто это нереально выполнить по причине ограниченных человеческих ресурсов и большого количества детей. Это не должно мешать организациям проводить тренинги, но инструкторам необходимо адаптировать задания или разбить детей на подгруппы, чтобы все могли полноценно поучаствовать в тренинге.

### **Как увлечь детей**

Убедитесь, что тематика тренинга важна и интересна для детей, чтобы они захотели поучаствовать. Используйте идеи и инициативы детей, касающиеся новых заданий и тем для следующих тренингов. Это хороший способ мотивировать их участие и дать им понять, что к их мнению здесь относятся серьезно.

### **Разрешение родителей**

Очень важно получить разрешение родителей или опекунов и согласие самих детей на участие в тренингах. Необходимо объяснить родителям, опекунам и детям, что именно будет происходить на занятиях и для чего они проводятся. Во время вводной встречи по таким тренингам родителям или опекунам необходимо подписать бланк разрешения на участие ребенка в тренингах. В Приложениях 1 и 2 находится образец такого бланка.

*(подпись под фото:*

*Познакомьтесь с детьми, с которыми работаете, поскольку вам необходимо знать об их интересах и трудностях, с которыми они сталкиваются.)*

### **Уважайте различные мнения**

Помните, что разные мнения и взгляды – это хорошо, они стимулируют обучение. Не позволяйте себе вступать в споры. Поощряйте детей, чтобы они обсуждали различные проблемы и принимали разные точки зрения. Например, если кто-то высказывает противоположное мнение, начните дискуссию словами: «Это интересная точка зрения. Есть ли другие мнения по этому вопросу? Помните, когда мы обсуждаем мнения, не существует правильных или неправильных ответов».

## **Подготовка к тренингам**

### **Цели и ожидания**

Очень важно, чтобы участники занятий понимали, каковы цели этих тренингов, и получили возможность поделиться своими ожиданиями от участия в них. Это показывает инструктору, понимают ли дети, зачем они здесь и чем они будут заниматься. На вводном занятии, указанном в этом пособии, детям дается обзор тем, с которыми они будут работать на следующих занятиях. Они также имеют возможность задавать какие-либо возникшие у них вопросы.

### **Дата и время**

Решение о дате и времени проведения тренингов зависит от целого ряда факторов.

**Свободное время:** Насколько дети и инструкторы заняты другими видами деятельности в повседневной жизни? Когда у них есть время для тренингов? Раз в неделю? Дважды в неделю?

**Дети-школьники:** Можно ли проводить эти тренинги во время школьных занятий или же следует вынести их во внеклассное время и проводить после уроков?



**Дети, не посещающие школу:** Собираются ли дети вместе в какое-то регулярное время? Можно ли как-то этому способствовать?

**Выполнение установленных сроков для проекта:** Следует ли проводить тренинги в определенный промежуток времени, установленный внешней организацией?

Помните о том, что нужно тщательно спланировать тренинг, чтобы он не совпадал с экзаменационным периодом в школе, а если сроки проведения тренинга попадают на каникулы, следует учитывать это при планировании.

### **Место проведения**

Дети и подростки адаптируются в большинстве ситуаций. Однако следует принять во внимание уединенность и шум. Как и взрослые, дети осознают, что за ними наблюдают. Лучше всего проводить тренинги в отдельном помещении, где есть достаточно места для групповых заданий, чтобы дети могли сесть в круг или разделиться на меньшие группы для обсуждения. Если такого помещения (например, классной комнаты) нет, создайте физические границы, отмечающие место проведения тренинга. Большинство тренингов, если не все, можно проводить на открытом воздухе, например, в тени деревьев. Перед началом каждого тренинга расставьте в круг стулья или разложите коврики, чтобы создать для детей уютную и безопасную обстановку. При возможности обеспечьте доступ к воде и полотенцам, чтобы дети могли вымыть руки в начале и в конце каждого тренинга.

### **Перерывы и закуски**

Во время каждого тренинга следует проводить перерывы для игр, чтобы дети могли подвигаться. При возможности обеспечьте напитки и легкие закуски. Многие дети, возможно, не очень плотно поедят перед приходом на тренинг, поэтому сок или какой-нибудь другой напиток станет хорошим началом занятия. Также обеспечьте наличие питьевой воды для детей во время тренинга.

*(подпись под фото:*

*Тренинги в рамках программы психологической реабилитации детей можно проводить в любом безопасном месте, где дети чувствуют себя комфортно.)*

## **Разрешенные и запрещенные приемы при работе с детьми**

### **Разрешается:**

- относиться к детям с уважением как к полноправным личностям;
- слушать детей, ценить их мнения и принимать их всерьез;
- спрашивать разрешения у детей, их родителей или опекунов, а также у администрации школы, прежде чем проводить фото- или видеосъемку детей. Если разрешение получено, удостоверьтесь, что все изображения детей соответствуют этическим и моральным нормам, что дети одеты соответственно обстановке; также избегайте непристойных поз;
- помнить, что физический контакт с ребенком, возможно, с целью утешения, может быть неверно истолкован наблюдателями или самим ребенком;
- придерживаться правила двух взрослых; удостоверьтесь, что при работе с детьми в помещении присутствуют два взрослых человека и остаются в поле видимости на протяжении всех занятий;
- обеспечить детям надлежащие полномочия, информируя их о соответствующих правах;
- обсуждать с детьми вопросы, волнующие их, и объяснять, как нужно рассказывать о своих проблемах;
- организовать информационные занятия с детьми и взрослыми для определения приемлемого и неприемлемого поведения;
- определить компрометирующие ситуации или уязвимые положения, которые могут привести к обвинениям в непристойном поведении, и избегать их;
- не молчать, если у вас возникли подозрения о компрометирующих действиях другого лица по отношению к детям;
- четко знать, к кому вы можете обратиться на своем рабочем месте, если необходимо обсудить ваши подозрения или сообщить об известном вам случае какого-либо насилия над ребенком.

### **Запрещается:**

- если дети уже обсуждают какую-то тему – не давать им одновременно другую тему для обсуждения;
- работать с детьми, если это может подвергнуть их риску или опасности – всегда следует работать, исходя с позиций защиты интересов детей;
- заставлять детей участвовать. Любое участие в занятиях должно быть добровольным. Попытайтесь заинтересовать детей, чтобы они были более активными;
- указывать детям, давая им какие-либо подсказки – позвольте им говорить самостоятельно, не вмешиваясь со своей точкой зрения;
- допускать какие-либо ситуации или поведение с детьми, которое может быть истолковано двояко;
- применять какие-либо виды физического наказания, включая нанесение ударов, физическое нападение или насилие;
- стыдить, унижать или недооценивать детей, применять эмоциональное насилие.

Адаптированные правила заимствованы из Методического руководства по психосоциальной защите детей (2008) организации «Terres des Hommes» и Практического руководства по снижению рисков несчастных случаев с детьми (2007) организации «Спасем детей».

### **Выбор заданий**

Выбор заданий и мероприятий для тренинга зависит от следующего.

**Психосоциальные потребности детей:** задания следует внимательно выбирать так, чтобы они помогали детям решить проблемы, с которыми они столкнулись.

**Ресурсы и способности детей:** задания должны соответствовать конкретной возрастной группе и возможностям детей.

**Соответствие культурным и социальным нормам:** задания должны быть приемлемыми и соответствовать ежедневному культурному и социальному окружению детей. Например, в некоторых культурах совместное участие мальчиков и девочек в одном задании с тесным физическим контактом считается неприемлемым.

**Действия в интересах детей:** все занятия, проводимые с детьми, должны быть в их интересах. Если существует риск негативных последствий в результате каких-либо занятий или заданий, такое задание следует исключить из программы или заменить другим, более подходящим заданием.

### **Гибкость**

Работа с эмоциональными и физическими проблемами может привести к непредсказуемым результатам. Порой выбранные задания могут вызвать у некоторых детей неожиданную реакцию, либо же задания не увлекают детей так сильно, как ожидалось. Инструкторы, проводящие психосоциальные тренинги, должны тщательно следить за реакциями детей и реагировать на них; им необходимо быть гибкими, чтобы адаптировать тренинг в соответствии с реакцией детей. Сюда входит следующее:

#### **Гибкость во время тренинга**

Если выполнение задания занимает больше времени, чем ожидалось, или приводит к неожиданной реакции со стороны детей, инструктору следует быстро адаптировать оставшиеся задания тренинга так, чтобы не подгонять детей и не оставлять их наедине с тяжелыми эмоциями, на которые не отреагировал инструктор или преподаватель. Лучше как следует выполнить одно задание, чем плохо выполнить множество заданий.

*(подпись под фото:*

*Иногда лучше поделить детей на меньшие группы, если это соответствует их потребностям.)*

Гибкость позволяет инструкторам внести правки в план занятий, чтобы дети, испытывающие тяжелые эмоции, получили должное внимание и поддержку, помогающие им справиться с чувствами.

**Гибкость в планировании последующих тренингов**  
Зачастую инструкторы очень амбициозно относятся к количеству и объему заданий, которые можно выполнить в рамках одного тренинга. При проведении серии тренингов очень важно внимательно следить за всеми проблемами, возникающими у детей. Инструкторы должны быть готовыми к быстрой адаптации заданий в соответствии с потребностями детей. Это НЕ означает, что инструкторам не нужно планировать занятия заранее. Однако им следует быть осторожными и не давать детям несущественные и бессмысленные для них задания только потому, что они потратили много времени и усилий на планирование этих заданий.

### **Материалы**

Инструктору следует составить полный список всех материалов, которые потребуются во время занятий. Эти материалы необходимо собрать заранее и убедиться, что они доступны во время тренингов. Добавьте к материалам папку-скоросшиватель для бумаг и рисунков каждого ребенка. Храните эти материалы на протяжении всего курса, а затем раздайте их детям, чтобы они могли забрать их с собой по окончании тренингов.

### **Оценки**

Оставляйте в конце каждого тренинга немного времени для оценки проведения занятия и получения отзывов о том, что прошло хорошо и что не очень. Это дает вам важную информацию о том, что необходимо внести в план следующего занятия. Это также является важным инструментом для инструктора при оценке своей работы и достижении поставленных целей тренинга. Оценка может проводиться либо устно в неформальном обсуждении, либо письменно. Иногда письменные оценки более полезны, поскольку их можно провести анонимно. Это способствует более искренним отзывам о том, какие методы срабатывают или не срабатывают, поскольку подобные ответы не всегда могут быть высказаны устно из страха обидеть инструктора.

В Методическом пособии 2 каждый тренинг каждого курса заканчивается оценкой при помощи смайликов. В тематическом банке также есть и другие примеры способов проведения оценки.

### **Методики проведения тренингов**


Целью заданий в рамках тренингов является продвижение индивидуальных положительных качеств, которые являются важными аспектами психосоциального благополучия – например, самоуважение, уверенность в себе, самодостаточность и самовосприятие. Они также направлены на усиление социального взаимодействия и поддержку сверстников путем поощрения общения, группового сотрудничества, взаимного доверия, понимания и толерантного отношения к различиям.

Каждый тренинг является совокупностью тщательно подобранных заданий и мероприятий с целью:

- поместить детей в расслабленную и уютную обстановку, где они могут побыть с другими детьми;
- дать им возможность поиграть и повеселиться вместе;
- подбодрить их и попросить поделиться своим опытом и чувствами;
- дать детям инструменты и знания, которые помогут им справиться с тяжелым опытом;

- содействовать доверительным отношениям и групповому сотрудничеству.

Для содействия и развития личных и интерактивных навыков и достоинств, представленные задания используют целый ряд разнообразных техник обучения, кратко описанных ниже.

**Демонстрация.** Эта техника используется для как можно более четкого и понятного объяснения детям, что именно им нужно сделать в данном задании или мероприятии. Это можно сделать вербально или физически (например, показать, как выполнять какие-либо движения или действия). Примеры вербальных инструкций отмечены иконкой 

**Активаторы.** Это увеселительные занятия, используемые для того, чтобы дети почувствовали себя комфортно в компании других детей. Эти занятия часто проводятся в самом начале тренинга, чтобы дети могли познакомиться друг с другом; или когда дети немного утомляются, и им необходимо встать и подвигаться; или же как нейтрализатор после какого-либо задания, которое могло быть слишком трудным в эмоциональном плане. Активаторы обычно длятся недолго – примерно 10 минут или около того, и их можно вставлять в план на протяжении всего тренинга в качестве дополнительных заданий. Их также можно планировать и добавлять в план занятия, если инструктор считает это необходимым. Также полезно будет попросить детей самим предложить какие-либо игры-активаторы, а заодно попросить их объяснить другим детям, что именно нужно делать.

**Песенки или рифмованные стишки.** Песенки особенно хороши в рамках тренингов с детьми, поскольку большинство детей любят петь. Местные песенки обычно имеют конкретную культурную или историческую ценность, и их можно использовать либо для обсуждения конкретных тем, либо чтобы помочь детям расслабиться и почувствовать себя как дома во время тренинга. Многие песенки и стишки можно сопровождать танцами или движениями, и тогда они отлично работают как активизаторы, чтобы переизнакомить детей между собой. Дети часто любят сами предлагать песенки или стишки, которые они хорошо знают и любят.

**Игры.** Игры являются структурным мероприятием, когда двое или больше детей играют по определенным правилам. Игры являются развлечением и одновременно направлены на обучение. Их можно использовать для стимуляции динамики конкретной группы, например, для возникновения доверия и чувства единства, близости. Также игры часто используют для способствования положительного соперничества и сотрудничества. Как и в случае с песенками, в большинстве культур есть традиционные игры, которые можно применить в рамках тренинга, чтобы дети почувствовали себя свободнее, поскольку эти игры им знакомы с раннего детства. Игры также можно вносить в план тренинга спонтанно, если инструктор чувствует, что детям необходимо немного отвлечься – например, после задания, вызывающего тяжелые эмоции. Многие задания, используемые в данном методическом сборнике, могут казаться детям обычной игрой, а не конкретным заданием. Это хорошо, поскольку это помогает детям расслабиться и вести себя естественно, а не пытаться делать нечто от них ожидаемое.

*(подпись под фото:*

*Часто инструктор сам демонстрирует, как именно следует выполнять задание.)*

**«Мозговой штурм» и дискуссионные группы.** Детям предлагается высказаться и прокомментировать какую-либо концепцию, идею или проблему в мелких группах либо в большой общей группе. Принимается любой ответ. Во время «мозгового штурма» не существует правильных или неправильных ответов, и чем больше будет ответов, тем лучше. Ответы записываются на доске или на офисном мольберте (флипчарте), чтобы их видели все. Детям предлагается подавать собственные идеи, при этом не осуждая и не комментируя идеи друг друга. «Мозговой штурм» не следует затягивать надолго, а детям необходимо давать свободное время после получения всех ответов, чтобы они могли высказаться о результатах.

**Круги.** Это особенно полезная техника для поощрения участия всех членов группы. Детей обычно просят встать или сесть в круг, затем каждый ребенок по очереди может поделиться своим опытом, чувствами или мнением, либо выполнить какое-то действие.

**Дискуссия.** Это свободная беседа, позволяющая детям высказаться и послушать мнения и идеи группы. Инструктор не принимает на себя роль ведущего, но участвует в дискуссии наравне со всеми. Когда дискуссия проводится в обстановке тренинга, где дети согласились относиться друг к другу с уважением и терпением, дискуссия может стать оживленным обменом разнообразными идеями и мнениями. Этот метод обучения стимулирует навыки познания, анализа, синтеза и оценки.

**Решение задач.** Дайте группе детей какую-либо задачу для совместного решения, это популярный метод проведения тренингов, поскольку он способствует взаимодействию в группе. Если позволить детям самостоятельно решать задачу, индивидуальные личностные качества и поведенческие реакции в группе часто усиливаются. Например, один человек обычно берет на себя роль лидера, другой может вести записи, третий организует обратную связь с более крупной группой.

**Визуализация.** Этот метод похож на «мозговой штурм» и решение задач, но в данном случае детям предлагают представить нечто, известное им, совершенно иначе (в положительном смысле). Например, «в каком обществе вы бы хотели жить, когда вырастаете?» Это задание помогает сгенерировать общую цель и чувство надежды. Это дает группе конечную точку, к которой следует двигаться, и способствует развитию творческого мышления и энтузиазма. Это способ движения к чему-то положительному, тогда как решение задач уводит от негативного.

**Ролевая игра.** Члены группы разыгрывают какую-либо жизненную ситуацию так, словно она происходит в данный момент по-настоящему. Детям можно раздать роли, или же они могут сами выбрать себе роль в зависимости от характера ролевой игры. Иногда детям предлагают сыграть самих себя, но чаще всего им нужно принять на себя роль кого-то другого и представить, как такой человек будет себя вести и чувствовать. Ролевые игры часто содержат некую форму конфликта, который детям нужно разрешить, или отображают ситуацию, в которой требуется поддержка сверстников.

Ролевые игры могут помочь взрослым и детям исследовать свое отношение к самим себе и другим людям. Они дают людям возможность понять и испытать сочувствие по отношению к проблемам и трудностям других людей. Это также позволяет попрактиковаться в решении сложных ситуаций, включая конфликты и ведение переговоров, и смоделировать поведение в прочих реальных ситуациях, чтобы получить ценные жизненные навыки.



После ролевых игр всегда следует проводить обсуждение. Это означает, что члены группы выходят из ролей, которые только что отыгрывали. После этого необходимо провести опрос, в ходе которого участники рассказывают о своих чувствах, испытанных ими во время игры, и о том, чему они научились в этой игре. Если кто-либо из детей выглядит расстроенным, или игра каким-то образом повлияла на него, уделите этому ребенку чуть больше времени и поговорите с ним, чтобы убедиться, что к моменту завершения тренинга ребенок чувствует себя хорошо.

**Анализ практических примеров.** Анализ можно проводить на реальных или вымышленных примерах. Это может быть история или описание инцидента либо ситуации, которая уже произошла или может произойти в будущем. Анализ практических примеров – очень популярный метод на тренингах, поскольку он стимулирует размышления и дискуссию. Этот метод может сопровождаться конкретными вопросами или заданиями, которые детям нужно выполнить, чтобы понять и проанализировать конкретный пример.

**Обратная связь.** Получение и оставление отзывов о проделанной работе являются важной частью социального взаимодействия и обучения во время тренинга. Детей часто просят рассказать об их впечатлениях от участия в занятиях и о том, как другие дети работали, например, в ролевых играх. Отзывы – это инструмент критического отражения, благодаря которому можно вызвать важную дискуссию среди детей. Убедитесь, что дети и инструкторы обмениваются позитивной и конструктивной критикой, не унижающей и не оскорбляющей кого-либо из участников. Поощряйте детей не судить поведение других и не пытаться интерпретировать характер и поступки других людей; вместо этого следует говорить о том, как их поведение или поступки повлияли на человека, предоставившего свой отзыв. При получении отзывов от детей поощряйте их, чтобы они учились новому, отталкиваясь от полученной критики, и пользовались такой критикой как конструктивным вспомогательным орудием.

**Упражнения на концентрацию.** Эти занятия позволяют детям сконцентрировать внимание и силы на том, что происходит на тренинге, и попытаться отбросить мысли о других вещах, которые могут отвлекать их от занятий.

**Упражнения на релаксацию.** Как и упражнения на концентрацию, эти упражнения позволяют детям расслабить тело и разум и сконцентрироваться на нахождении в месте проведения тренинга. Упражнения на релаксацию можно использовать в любой момент тренинга между заданиями. Обычно их применяют в самом начале для концентрации или в конце тренинга, чтобы успокоить детей.

В кризисных или чрезвычайных ситуациях взрослые и дети могут демонстрировать сильную реакцию, когда им дается возможность расслабиться и прочувствовать свои эмоции. Возможно, они были слишком заняты реагированием и попытками справиться с хаосом, который обычно сопровождает такие ситуации, и не осознали свои чувства – печаль, горе, злость и т.д., которые могли возникнуть в момент расслабления. Если дети демонстрируют чрезмерные эмоции во время упражнений на релаксацию, дайте им возможность поговорить об этом в группе, если они того желают. Если же они не хотят говорить, переходите к физическим упражнениям или играм, которые отвлекут их от эмоций, и обязательно следите за их состоянием до самого конца тренинга, чтобы убедиться, что дети чувствуют себя достаточно хорошо, чтобы покинуть помещение, где проводился тренинг.

**«Доска объявлений».** Во время занятий со взрослыми или детьми можно создать «доску объявлений». Это специально отведенное место на стене или в блокноте (если вы

проводите занятие на улице). Раздайте детям самоклеющиеся листки или какие-либо другие маленькие листочки бумаги, которые можно приклеивать или прикалывать на стену, и карандаш или ручку; или же попросите детей писать в блокноте. Объясните назначение этого места на первом занятии и поощряйте детей писать какие-либо вопросы или комментарии, которые они хотят рассмотреть во время тренинга. Инструктор обязан рассмотреть такие вопросы или комментарии либо с общей группой детей, либо отдельно один на один с ребенком, оставившим вопрос или комментарий.

Адаптированные описания методик проведения тренингов заимствованы из курса «Путь мирного воина» Национальной ассоциации по охране детства (National Association of Child Care Workers) и курса «100 способов активации групп: игры для тренингов, встреч и сообществ» Международного альянса по ВИЧ/СПИД.

### **Как справиться с тяжелыми эмоциями**

Данный методический сборник был разработан для работы со взрослыми и детьми, психосоциальное благополучие которых находится под угрозой, поскольку они живут в сложных обстоятельствах. Такой жизненный опыт может привести к возникновению смеси сильных и тяжелых эмоций. Задания в каждом тренинге разработаны с конкретным уровнем симпатии и деликатности по отношению к такому опыту и выражению эмоций. Однако деликатность не означает, что эти эмоции игнорируются или блокируются; также существует вероятность того, что в ходе тренинга участники будут ощущать и выражать гнев, горе, печаль, замешательство, чувство вины и т.д. Инструктор должен быть готов к подобному проявлению эмоций и способен адаптировать задания тренингов так, чтобы справляться с этими эмоциями. Далее следуют некоторые правила решения подобных задач во время тренингов:

#### **Дайте возможность выбора**

Убедитесь, что все участники группы заранее ознакомлены с темами для обсуждения (насилие, эксплуатация, конфликт, стихийное бедствие, ВИЧ-эпидемия и ее последствия). Также будьте готовы к тому, что некоторые участники могут захотеть поделиться личными историями. Позвольте им самостоятельно решать, хотят ли они высказываться в ходе занятий. Объясните, что если кто-то слишком расстраивается, когда рассказывает о своем опыте или слышит рассказы других людей, можно попросить разрешения покинуть группу на несколько минут и побыть в одиночестве. Тем не менее, подчеркните, что вы бы предпочли, чтобы группа оставалась вместе как можно дольше, поскольку участники могут оказать друг другу поддержку.

#### **Как говорить о конфиденциальности**

*Эти занятия – наше личное безопасное пространство. Это значит, что, когда мы собираемся здесь вместе, мы относимся друг к другу с добротой, уважением и терпимостью к различным мнениям. Это также означает, что вы можете делиться всем, чем захотите, и никто не станет рассказывать о ваших личных проблемах за пределами этого класса. Очень важно, чтобы мы все с этим согласились, потому что это гарантирует нам безопасность и возможность спокойно делиться проблемами.*

Здесь вы должны спросить, все ли согласны с этим правилом. Если согласны не все, продолжайте обсуждать этот вопрос и важность всеобщего согласия, пока все участники группы не согласятся.

*Единственным исключением из этого правила является случай, когда кто-то из вас рассказывает о том, что он подвергается насилию со стороны другого человека. Поскольку я взрослый, и мне небезразлична ваша судьба, я несу ответственность за вашу безопасность и защиту. Если я узнаю, что кто-то причиняет вам боль, я сделаю все, что в моих силах, чтобы помочь вам и предотвратить повторение такой ситуации.*

*Возможно, будут моменты, когда вы почувствуете, что вам неудобно делиться чем-то очень личным в этой группе. Вам необязательно это делать, если вы не хотите.*

*Однако если вы хотели бы поговорить со мной о чем-то наедине, у вас всегда есть возможность это сделать. Просто обратитесь ко мне, и мы сможем выбрать время, чтобы поговорить с глазу на глаз.*

### **Уважайте личную информацию друг друга**

С самого начала дайте детям понять, что эти тренинги – безопасное пространство, где им можно делиться всем, чем захочется. На первом тренинге с детьми уделите немного времени и объясните им, что здесь безопасно, и вы уважаете тайну личной информации. Вы можете использовать следующий пример для направления этой дискуссии:

#### **Реакция на личные истории**

Не заставляйте детей делиться личным опытом, если они не хотят этого. Они могут воспринять это как нарушение личных границ и почувствуют себя некомфортно. Когда дети решают поделиться чем-то, уважайте то, что они говорят, и дайте им понять, что вы очень цените их желание поделиться с группой. Если они демонстрируют сильные эмоции, попытайтесь отразить их, например, скажите им: «Я вижу, что для тебя это было очень тяжелое испытание».

Некоторые инструкторы беспокоятся, что дети могут разозлиться или расстроиться, если будут говорить о своем опыте. Это действительно возможно, но иногда это также помогает детям почувствовать себя сильнее. Некоторые чувствуют облегчение, когда делятся личными переживаниями. Они могут получить поддержку группы. Поскольку опыт насилия и/или эксплуатации – чрезвычайно деликатная информация, если дети делятся какими-либо личными историями, не задавайте им наводящие вопросы и не расспрашивайте о подробностях в присутствии большой группы детей. Лучше всего выберите подходящее время и проведите с ребенком личную беседу. Также помните, что в некоторых культурах поощрение публичного выражения болезненных эмоций неприемлемо.

#### **Слушаем истории других детей**

Некоторые дети расстраиваются, когда слышат истории других детей. Помните, расстраиваться и даже плакать совершенно нормально, когда вы слышите эти истории. Отразите эти чувства так, чтобы человек, поделившийся личной историей, не стыдился произошедшего. Например, скажите: «Эта история очень взволновала тебя; я уверен, здесь есть и другие дети, кто чувствует себя так же, как ты».

*(подпись под фото:*

*После беседы на деликатные темы лучше всего выполнить с детьми какое-нибудь веселое развлекательное задание.)*

### **Смена настроения**

После бесед о трудном опыте лучше всего занять детей чем-то, что поможет изменить настроение группы. После каждого занятия, касающегося деликатных вопросов, предложите детям активные игры, чтобы они подвигались и посмеялись. Сделайте перерыв и включите детям музыку, чтобы они подвигались и тем самым освободились от сильных переживаний.

### **Поддержка для родителей и опекунов**

Проживание кризиса приводит к стрессу не только у детей, но и у их родителей и опекунов. Дети всегда берут пример с находящихся рядом с ними взрослых, чтобы знать, как реагировать и вести себя. Очень важно понимать, что в таких обстоятельствах родителям и опекунам также требуется поддержка.

### **Как позаботиться о себе**

Обсуждение с детьми тяжелых ситуаций также может вызвать сильные эмоции у инструкторов. Этого не стоит стесняться. Однако вы должны быть уверены, что можете о себе позаботиться. Если это возможно, постарайтесь работать в паре с еще одним инструктором (или даже несколькими), чтобы вы могли меняться во время занятий и делать перерыв, если необходимо. Попросите вашего коллегу помочь вам спланировать тренинги, которые будут безопасными для всех. После тренинга или какого-либо задания поговорите с другими инструкторами и менеджерами программы либо с кем-то, кому вы доверяете. Обсудите возникшие проблемы и чувства, которыми вам необходимо поделиться.

*(подпись под фото:*

*Родителям и опекунам также требуется внимание и поддержка.)*

## **ТРЕНИНГИ 1-5**

## Введение

Первые пять тренингов проводятся для ознакомления группы с четырьмя практическими курсами, указанными в Методическом пособии 2. Следует помнить о наличии альтернативных вариантов тренингов 4 и 5. Тренинги 4А и 5А направлены на обсуждение прав и обязанностей детей, а тренинги 4Б и 5Б – на потребности детей.

Тренинг 1: Знакомство	
Тренинг 2: Моя жизнь	
Тренинг 3: Наше общество	
Тренинг 4Б: Права детей	Тренинг 4Б: Потребности детей
Тренинг 5Б: Дети в нашем обществе – права детей	Тренинг 5Б: Дети в нашем обществе – потребности детей

## Начало и завершение каждого тренинга

### Условные обозначения

Цель занятия	Заметки инструктора
Необходимые ресурсы	Говорит инструктор
Приблизительное время выполнения (в минутах)	Вопрос детям

Пользуйтесь одной и той же схемой для начала и завершения каждого тренинга. Это поможет детям почувствовать себя уверенно и установит доверительные отношения между вами и группой. Применяйте эти схемы каждый раз, когда выполняете следующее:

- краткое резюме, отзывы о проделанной работе и ознакомление с новой темой;
- наша песня;
- оценка тренинга.



**Схема 1. Краткое резюме, отзывы о проделанной работе и ознакомление с новой темой** **10 минут**

**- Подведение итогов предыдущего тренинга, реакции на оценку занятия и ознакомление с целью сегодняшнего тренинга.**

1. Попросите добровольца кратко рассказать о том, чем вы занимались на предыдущем тренинге. Если ребенок не помнит все выполненные задания, попросите других помочь ему, пока дети не вспомнят все составляющие предыдущего занятия.

2. Дайте детям отзыв об их оценке предыдущего тренинга. Воспользуйтесь этой возможностью, чтобы обсудить какие-либо задания, которые детям не понравились. Отметьте их в своих записях.

Похвалите детей и напомните им, насколько для вас важно получать от них искреннюю оценку. Подчеркните, что это помогает вам планировать дальнейшие занятия так, чтобы они соответствовали потребностям детей.

3. Представьте цель текущего тренинга (см. сценарий для каждого тренинга).

4. Ответьте на возникшие у детей вопросы и затем начинайте занятие.

**Схема 2. Наша песня** **5 минут**

**- Спойте песню, которая знакома всем детям и которая вызывает у них чувство единства и гордости за свою культуру.**

1. Попросите детей встать и спеть песню, которую они выбрали в конце предыдущего тренинга.

2. Они могут петь ту же песню, которую пели в прошлый раз, или использовать какие-либо идеи, высказанные на тренинге 1, чтобы каким-то образом изменить указанную песню.

**Схема 3. Оценка тренинга** **5 минут**

**- Для оценки тренинга.**

**- Маленькие листки бумаги и письменные принадлежности, флипчарт со смайликами.**

**Соберите оценки и сохраните их для дальнейшего мониторинга, а также для оценки в случае необходимости изменений или адаптации уже запланированных заданий. Обязательно обсуждайте результаты оценки в начале каждого следующего тренинга.**

1. Повторите все, чем вы занимались на сегодняшнем тренинге (см. сценарий для каждого тренинга).

2. Покажите детям флипчарт со смайликами и раздайте им листки бумаги, чтобы они нарисовали смайлик, соответствующий их ощущениям от сегодняшних занятий. Объясните, что им НЕ НУЖНО писать имена на листках. Это поможет им быть более искренними в своей оценке.

3. Когда они закончат, поблагодарите их за отзывы и попрощайтесь с каждым ребенком лично. Это покажет им, что их запомнили и ценят.

## Тренинг 1

### Знакомство

**Цель тренинга:** познакомиться и научиться работать вместе.

**Цель заданий:**

- для детей – узнать имена друг друга в ходе веселой игры;
- обсудить цель тренингов, определить и согласовать поведение, приемлемое для всех;
- способствовать возникновению атмосферы взаимного уважения и доверия среди детей;
- поделиться ожиданиями, надеждами и страхами касательно грядущих тренингов;
- помочь детям почувствовать себя уникальными, сделать карточки с именами.

Задания	Ресурсы	Время
1.1. Игра для запоминания имен «Передай мяч»	Пространство, чтобы дети могли встать или сесть в круг.	10 минут
1.2. Зачем мы собрались, согласие на участие	Пространство, чтобы дети могли встать или сесть в круг.	15 минут
1.3. Взаимные ожидания	Флипчарт и маркер.	20 минут
1.4. Игра «Замри или двигайся»	Пространство.	10 минут
1.5. Ожидания, надежды и страхи	Пространство.	10 минут
1.6. Наши имена уникальны	Бумага или карточки, чтобы сделать карточки с именами. Ленточки для карт, чтобы дети могли носить их на шее. Прикрепите ленточки к карточкам перед проведением занятия.	15 минут
1.7. Выбираем нашу песню		5 минут
1.8. Оценка тренинга	Маленькие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами. См. изображения смайликов ниже.	5 минут

### **1.1. Игра для запоминания имен «Передай мяч»**

**10 минут**

- Для детей – узнать имена друг друга в веселой игре.

- **Пространство, чтобы дети могли встать или сесть в круг.**

**Убедитесь, что все дети получили возможность назвать свои имена в первом и втором раунде. Уделите больше внимания детям с инвалидностью, подвижность которых ограничена по сравнению с остальными.**

1. Поздоровайтесь с детьми и поблагодарите их за то, что они пришли.
2. Попросите детей сесть или встать в круг и объясните, что сейчас вы будете играть в игру, чтобы познакомиться.
3. Дайте одному из детей мячик и попросите его назвать свое имя, а затем передать мяч соседнему ребенку.
4. Следующий ребенок называет свое имя и передает мяч дальше.
5. Упражнение продолжается, пока мяч не вернется обратно к инструктору.
6. Теперь объясните детям, что сейчас вы будете бросать кому-нибудь мяч, а все остальные должны хором назвать имя ребенка, поймавшего мяч.
7. Бросайте мяч выборочно. Когда все назвали имя ребенка, поймавшего мяч, попросите его бросить мяч кому-то другому.
8. Продолжайте игру, пока не будут названы имена всех детей.

По материалам представительства организации Красного креста в Дании (2008): «Руководство по работе с детьми, пострадавшими в вооруженном конфликте».

### **1.2. Зачем мы собрались, согласие на участие**

**15 минут**

- Для обсуждения цели тренинга с детьми и получения их согласия на участие.

- **Пространство, чтобы дети могли встать или сесть в круг.**

1. Попросите детей сесть полукругом, чтобы все видели друг друга.
2. Объясните детям следующее:

*Мы сегодня собрались здесь, потому что у нашей группы есть много общего.*

3. Спросите детей:

*Что между нами общего?*

Позвольте детям дать столько ответов, сколько они могут придумать – например:

- Мы все ходим в одну школу.
- Мы все живем в одной стране/районе/сообществе.
- Нам всем нравится играть и смеяться.
- Нам всем нравится хорошая еда.

Убедитесь, что все дети получили возможность высказаться о том, что у них есть общего с остальными.

4. Если дети не упоминают о трудностях, с которыми им приходится сталкиваться, упомяните их сами и спросите, согласны ли они. Например:

Мы все:

- пережили войну;
- выжили в землетрясении;
- потеряли члена семьи или друга, который умер от болезни;
- побывали в страшных ситуациях, где нам сделали больно, или мы боялись, что нам причинят боль, и т.д.

**Инструктор сам решает, какие из приведенных примеров соответствуют ситуации. Инструктор должен четко указать, что для проведения таких тренингов есть уважительные причины, и он/она осознает трудности, с которыми столкнулись дети.**

5. Прежде чем перейти к следующему этапу, снова спросите детей, не вспомнили ли они еще о чем-нибудь, общем для всех. Дайте им еще несколько минут, чтобы подумать и ответить.

6. Теперь объясните детям:

*Когда люди проживают тяжелые ситуации, например, такую катастрофу, какую пережили мы (укажите соответствующую проблему, общую для всех детей и упомянутую ранее), иногда очень трудно быть счастливым и чувствовать себя хорошо. Вы согласны?*

*Наша сегодняшняя встреча – первая из многих, которые мы проведем вместе. На этих встречах мы будем вместе работать, чтобы помочь друг другу почувствовать себя лучше и справиться с ситуацией, в которой мы живем. Поскольку мы будем работать и учиться вместе, мы называем эти встречи «тренингами», то есть тренировочными занятиями.*

*Во время наших тренингов мы всегда будем играть и веселиться, но у нас также будет время поговорить и поделиться своими чувствами о том, что мы пережили, о нашей жизни и мечтах на будущее.*

*Прежде чем мы продолжим, я хочу убедиться, что вы все понимаете, зачем вы здесь, и что вы действительно хотите принимать участие в наших тренингах.*

7. Спросите детей, есть ли у них вопросы о том, почему их пригласили на тренинг, и что будет здесь происходить. Ответьте на вопросы.

8. После ответа на все вопросы попросите детей по очереди сказать, хотят ли они принимать участие в тренинге. Объясните, что если кто-то вдруг передумает, нужно подойти и поговорить с вами один на один.

**Дети могут почувствовать принуждение к согласию на участие в тренингах, поскольку им нужно высказаться перед всеми. Подчеркните, что любой, кто НЕ ХОЧЕТ участвовать, может подойти к вам и сказать об этом. Если это случится, не заставляйте ребенка участвовать, отнеситесь к его мнению серьезно и выполните все необходимые действия, чтобы ребенка освободили от участия в тренингах.**

### 1.3. Взаимные ожидания

20 минут

- **Определить и согласовать правила поведения на тренингах. Способствовать возникновению атмосферы взаимного уважения и доверия среди детей.**

- **Флипчарт и маркер.**

**Позвольте детям установить правила поведения самостоятельно. Это позволит им почувствовать себя хозяевами в этом классе.**

1. Попросите детей остаться сидеть полукругом. Убедитесь, что всем видно флипчарт. Теперь объясните детям, что для всей группы очень важно решить, как вести себя друг с другом во время занятий, и составить правила поведения во время тренингов.

2. Проведите вертикальную линию по центру листа флипчарта. Слева напишите «Правила», а справа – «Наше поведение».

3. Теперь попросите детей поразмышлять вместе с вами над правилами, которые они хотят установить для тренингов. Для каждого правила попросите их обсудить и согласовать ожидаемое поведение при выполнении этого правила. Например, если правило гласит «уважайте друг друга», им нужно согласовать, какое поведение требуется для этого, например – «мы будем слушать друг друга» или «мы не будем ругаться».

4. Когда дети закончат, пересмотрите список правил. Если вы увидите, что основные правила, указанные ниже, НЕ входят в список, спросите детей, не против ли они, чтобы вы добавили кое-какие свои правила. Добавляя каждое правило, поясняйте детям, что оно означает и почему вы добавили его.

**Основные правила, которые следует соблюдать для установления веселой, безопасной атмосферы:**

- Не насмехаться друг над другом.
- Все имеют право на личное мнение, даже если вы с ним не согласны.
- Никого не заставляют говорить без его желания.
- Не применять физическое насилие.

5. Как только правила будут согласованы, попросите детей определить меры, применяемые после нарушения каждого правила. Запишите эти меры на флипчарте. Убедитесь, что указанные меры приемлемы и соответствуют обстановке.

Например, если ребенок нарушил правило, его могут попросить:

- спеть песню; или
- исполнить танец.

6. Когда дети определили меры «наказания», попросите их подписать лист на флипчарте, чтобы таким образом они подтвердили свое согласие с правилами.

7. Показывайте плакат с правилами на каждом тренинге.

8. Здесь вам также следует обсудить конфиденциальность. Вы можете сказать следующее:

*Эти тренинги будут нашим личным, безопасным местом. Это значит, что, когда мы собираемся здесь вместе, мы будем относиться друг к другу с добротой, уважением и терпимостью к различным мнениям. Это также значит, что вы можете поделиться всем, чем захотите, и никто не будет рассказывать о ваших личных проблемах за пределами этого класса. Очень важно, чтобы все мы согласились с этим, потому что благодаря этому мы все будем чувствовать себя в безопасности и не побоимся делиться проблемами.*

9. Здесь вам нужно спросить детей, все ли согласны с этим. Если кто-то не согласен, продолжайте обсуждать этот вопрос и то, насколько общее согласие важно, пока все не согласится.

10. А теперь объясните детям следующее (все еще о конфиденциальности):

*Единственным исключением из этого правила является случай, когда кто-то из вас рассказывает о том, что он подвергается насилию со стороны другого человека. Поскольку я взрослый, и мне небезразлична ваша судьба, я несу ответственность за вашу безопасность и защиту. Если я узнаю, что кто-то причиняет вам боль, я сделаю все, что в моих силах, чтобы помочь вам и предотвратить повторение такой ситуации.*

*Возможно, будут моменты, когда вы почувствуете, что вам неудобно делиться чем-то очень личным в этой группе. Вам необязательно это делать, если вы не хотите. Однако если вы хотели бы поговорить со мной о чем-то наедине, у вас всегда есть возможность это сделать. Просто обратитесь ко мне, и мы сможем выбрать время, чтобы поговорить с глазу на глаз.*

11. А теперь объясните детям, как спланированы тренинги, расскажите о содержании и различных заданиях. Можете использовать следующие акценты:

*На всех тренингах будут игры и более серьезные задания, когда нам нужно будет поработать с тем, что усложняет нашу жизнь. Мы приобретем новые навыки и научимся, как помочь самим себе – и каждому по отдельности, и всей группе, чтобы лучше справляться с тяжелыми ситуациями.*

*Мы будем заниматься разными вещами: рисованием, пением, ролевыми играми, пантомимой и дискуссиями.*

*В конце каждого тренинга я дам вам возможность рассказать мне, понравились ли вам наши занятия. Это очень важная часть тренинга, потому что это показывает мне, были ли занятия полезными для вас или же скучными и ненужными. Ваши отзывы в конце каждого тренинга помогут мне понять, какие задания вам нравятся и какие помогают вам.*

*В начале каждого тренинга мы будем вспоминать, чем мы занимались в прошлый раз, и я расскажу вам, что я вынес(ла) из ваших оценок, а также расскажу, чем мы будем заниматься сегодня.*

12. Объясните детям, что для любых вопросов, которые они захотят обсудить, есть «доска объявлений». Эта доска может быть обычной тетрадкой или прикрепленным к стене

листом флипчарта, если вы проводите весь курс тренингов в одном и том же помещении. Попросите детей писать свои вопросы или волнующие их вещи на самоклеящихся листочках и клеить их в тетрадь либо на лист флипчарта. Обязательно старайтесь рассмотреть эти вопросы во время следующих занятий, как только появится такая возможность.

**Адаптировано по материалам курса Национальной ассоциации по охране детства (National Association of Child Care Workers) (год неизвестен): «Как изменить ситуацию».**



#### 1.4. Игра «Замри или двигайся»

10 минут

- Расшевелить детей и помочь им сконцентрироваться и слушать инструкции.
- Пространство.

Если пространство ограничено, это упражнение можно провести на улице или в холле/коридоре, либо в другой комнате, где больше свободного места.

Вы также можете попросить одного из детей провести это упражнение.

Если места для проведения упражнения недостаточно, можно поделить группу на несколько меньших групп и выполнить упражнение с каждой группой по очереди. Вы также можете ограничить количество использованных скоростей. Самым быстрым животным требуется больше места! Поэтому вы можете попросить детей изобразить животных,двигающихся очень медленно, быстрее и еще быстрее. Так дети не будут наталкиваться друг на друга.

Убедитесь, что во время выполнения упражнения должное внимание уделяется детям с особыми потребностями.

1. Выберите место, чтобы все дети могли свободно ходить в разные стороны, не наталкиваясь на предметы обстановки.
2. Дайте детям следующие инструкции (выберите животных, известных детям в вашей стране):

*Представьте какое-нибудь животное, которое двигается очень медленно (улитка, черепаха), животное, которое двигается чуть быстрее (курица, коза), животное, которое двигается очень быстро (верблюд, слон, лошадь), и животное, которое двигается очень-очень быстро (леопард, собака, кролик).*

*А сейчас проведем упражнение, в котором мы будем ходить по комнате с разной скоростью этих животных. Сначала просто ходим по комнате в разные стороны... Во время ходьбы дышите ровно... А теперь я попрошу вас ходить с разной скоростью, как разные животные, и вам нужно либо прибавить скорость, либо снизить ее, в зависимости от того, кого я назову.... Сначала ходим как (**самое медленное животное**). Давайте немного походим с этой скоростью... Теперь прибавьте скорость, будем ходить как (**медленное животное, которое движется чуть быстрее**)... помните, дышать нужно спокойно и размеренно, не напрягайтесь... ходим еще... не замедляемся... не торопимся... дышим.... Не сбивайте с ног ваших друзей... двигайтесь в разные стороны... А теперь ускоряемся и ходим как (**быстрое животное**)... не снижаем скорость... дышим спокойно... Теперь ускоряемся еще больше и ходим как (**самое быстрое животное**)... А теперь замедляем скорость и ходим так, как мы ходим обычно... Сохраняем эту скорость и помним о дыхании.*

3. Когда дети выполняют эту часть упражнения, объясните им, что теперь вы повторите задание, но на этот раз они должны ЗАМЕРЕТЬ по вашей команде. Например:

*А теперь сделаем это еще раз, но когда я скажу «ЗАМРИ!», вы все замираете сразу же в той позе, в которой вы были. Когда я скажу «ДВИГАЙСЯ!», можете снова начать двигаться и продолжать ходьбу.*

4. Играйте с разным временным интервалом, чтобы детям не было скучно. Сначала позволяйте детям «замирать» на 1-2 секунды, затем чуть дольше, а затем снова поменяйте интервалы, чтобы они не могли предугадать, что будет дальше. Также меняйте интервалы между замираниями.

5. Когда они закончат упражнение, попросите их сесть полукругом и задайте им следующие вопросы:

*Как вы себя чувствовали, выполняя это упражнение? Было ли вам легко или трудно? Почему?*

**По материалам представительства организации Красного креста в Дании (2008): «Руководство по работе с детьми, пострадавшими в вооруженном конфликте».**

### **1.5. Ожидания, надежды и страхи**

**10 минут**

- Дать детям возможность выразить свои ожидания, надежды и страхи, касающиеся тренингов.

- **Пространство.**

**Это задание поможет понять, у скольких детей есть общие страхи или ожидания. Это также поможет детям понять, что они не одиноки в своих ожиданиях, надеждах или страхах.**

1. Попросите всех встать в круг.

2. Попросите одного из детей выйти в центр круга и рассказать о своих ожиданиях, надеждах или страхах по поводу тренингов. Например, «Я хочу повеселиться» или «Я боюсь, что будет скучно».

3. Все, кто согласен с этим заявлением, должны сделать шаг вперед.

4. Когда все вернутся обратно в круг, следующий ребенок выходит в центр и говорит о своих ожиданиях.

5. Поощряйте всех детей поделиться своим мнением, но не заставляйте, если ребенку нечего сказать.

По материалам организации «Terres des Hommes» (2008): «Руководство по проведению тренингов по психосоциальной защите детей».

### **1.6. Наши имена уникальны**

**15 минут**

- Способствовать возникновению чувства уникальности; создать карточки с именами.

- Бумага или карточки. Ленточки для карт, чтобы дети могли носить их на шее. Прикрепите ленточки к картам до начала занятия.

**Если дети не очень хорошо знакомы друг с другом, эти карточки с именами можно носить на каждой встрече, если это приемлемо. Соберите карточки и храните их в безопасном месте между тренингами. Если возможно, позвольте детям держать эти карточки в своих личных папках. Когда тренинги заканчиваются, позвольте детям забрать карточки с собой в качестве сувенира с пройденного тренинга.**

1. Попросите детей сесть в круг, чтобы им было удобно.

2. Начните упражнение со следующего вступительного слова:

*Имена дают нам чувство уникальности. Они показывают всему миру, что каждый из нас – это личность, уникальная и необыкновенная. Мы все пользуемся именами для самоопределения. Даже если наши имена такие же, как у других людей, мы все разные. Мы можем делать похожие вещи и вести себя одинаково, но мы никогда не будем такими же, как другие люди. Например, когда близнецы рождаются в один день, они могут выглядеть одинаково, но это два разных человека. Когда двух разных людей зовут одинаково, они все равно остаются разными, это разные личности из разных семей. Каждое имя имеет особое значение, и родители выбирают имя для ребенка по конкретной причине.*

3. А теперь попросите каждого ребенка рассказать группе, что его родители или опекуны рассказывали ему о его имени – почему они выбрали именно это имя и что оно означает.

4. Раздайте детям бумагу или карточки и скажите им, что сейчас вы будете делать именные карточки.

5. Попросите детей нарисовать веселую картинку на одной стороне карточки. Возможно, они захотят просто раскрасить карточку или же нарисовать что-то, что вызывает у них радость.

6. Когда дети справятся с этим заданием, попросите их показать свои карточки всей группе и рассказать, что именно они нарисовали.

7. А теперь попросите детей написать свои имена на обратной стороне карточки и надеть свои карточки на шею.

По материалам представительства UNICEF в Доминиканской Республике (2010): «Возврат к счастью».

### **1.7. Выбираем нашу песню**

**5 минут**

**Выбрать песню, знакомую всем детям, которая способствует возникновению чувства единства и гордости за свою культуру.**

**Если в группе есть дети, которым незнакома песня, выбранная большинству детей, спросите их, не хотят ли они выучить ее, и только тогда утверждайте песню.**

**Когда дети споют эту песню в конце следующего тренинга, вы можете выбрать другие способы ее исполнения. Например:**

- каждый раз приглашайте другого ребенка, который будет «дирижировать» группой;
- разделите группу на мальчиков и девочек, чтобы каждая группа пела разные части песни;
- добавьте к песне новые движения – попросите детей предложить свои идеи;
- если детям нравится петь эту песню, предложите им отрепетировать ее, а затем исполнить ее для родителей и опекунов на каком-нибудь специальном собрании.

1. Попросите детей встать в круг. Скажите им, что теперь вы выберете песню, которую знают все, и это будет их особенная песня для занятий. Они будут петь эту песню в конце каждого тренинга в качестве прощания друг с другом до следующей встречи.

2. Рассмотрите разные варианты предложенных песен и выберите песню, на которую согласны все. Это должна быть несложная песенка или же такая, которую всем легко и удобно петь.
3. Прежде чем вы начнете петь, спросите детей, не хотят ли они добавить какие-нибудь действия, которые будут сопровождать пение – например, хлопать в ладоши, пританцовывать или совершать какие-нибудь другие движения. Если кто-то из детей знает движения, попросите его научить остальных.
4. Спойте песню вместе. Если остается время, спойте ее еще раз, чтобы убедиться, что все знают песню и принимают участие в этом задании.

## 1.8. Оценка тренинга

5 минут

- Дать детям возможность оценить свое состояние и высказать мнение о тренинге.
- Небольшие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами. См. таблицу смайликов ниже.

**После выполнения этого задания соберите оценки и сохраните их для дальнейшего мониторинга, а также для оценки необходимости вносить какие-либо изменения в уже запланированные задания.**

**Обязательно упомяните комментарии детей и их оценки в самом начале следующего тренинга.**

1. Объясните детям следующее:

*Итак, мы подошли к концу нашего сегодняшнего занятия. Мне было очень приятно работать с вами и узнать вас получше. Однако я не знаю, понравилось ли вам сегодняшнее занятие и все задания, которые мы выполняли вместе.*

*В конце каждого тренинга мы выполним еще одно небольшое упражнение, когда все смогут рассказать о своих ощущениях и впечатлениях от наших занятий.*

*Чтобы это сделать, мы воспользуемся этими смайликами.*

2. Покажите детям смайлики, которые вы нарисовали на флипчарте. Спросите их, что именно выражает каждый смайлик. Пройдитесь с детьми по всему списку смайликов и убедитесь, что все дети единогласны по поводу эмоций, выражаемых смайликами.
3. Раздайте детям листки бумаги и попросите их нарисовать смайлик *с соответствующим номером*, который выражает их чувства по поводу сегодняшних занятий. Объясните, что им НЕ НУЖНО писать свои имена на листочках. Так они смогут высказаться более искренне в своих оценках.
4. Когда дети закончат, поблагодарите их за оставленные отзывы и попрощайтесь с каждым ребенком по отдельности. Это даст им понять, что их запомнили и ценят.

(смайлики)

1. Очень довольный – Мне очень понравился этот тренинг.
2. Довольный – Мне понравился этот тренинг.

3. Безразличный – Мне все равно, никаких чувств.
4. Недовольный – Мне не очень понравился этот тренинг.
5. Очень недовольный – Мне совсем не понравился этот тренинг.

## Тренинг 2

### Моя жизнь

**Цель тренинга:** дать детям возможность поделиться информацией об их жизни и взаимосвязи с другими людьми, предоставляющими им поддержку. Дать им возможность лучше узнать друг друга.

#### Цель заданий:

- занять детей физической активностью и помочь им познакомиться друг с другом в игровой форме.
- дать детям возможность рассказать о своем самоопределении, о том, какие роли они играют в жизни и где черпают поддержку. Данный тренинг помогает командной работе и способствует взаимопониманию и уважению каждому отдельному ребенку как личности.

Задания	Ресурсы	Время
2.1. Приветствуем друг друга	Пространство для движения.	10 минут
2.2. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
2.3. Кто я?	10 полосок бумаги для каждого участника, ручки или карандаши.	10 минут
2.4. Потрогай что-то синее	Музыка (музыкальный инструмент вроде барабана, или проигрыватель дисков).	10 минут
2.5. Важные люди в моей жизни	Копии рабочих листов «Важные люди» с USB-флешки. Ручки/карандаши для каждого участника. Пространство, чтобы сесть в круг.	20 минут
2.6. Воспоминание о том, кто важен	Цветные карандаши, бумага.	25 минут
2.7. Наша песня		5 минут
2.8. Оценка тренинга	Бумага и письменные принадлежности, флипчарт со смайликами.	5 минут

## 2.1. Приветствуем друг друга

10 минут

- Дать детям возможность подвигаться по помещению, повеселиться и создать доверительную атмосферу в группе, научиться уважать личные границы.

- Пространство для движения.

Поскольку игра подразумевает рукопожатие вслепую, лучше всего разделить группу на однополюсные подгруппы.

Инструкторы становятся по периметру комнаты, чтобы никто из детей не наткнулся на стену или прочие предметы.

Когда будете давать детям инструкции, покажите им, как играть. Например, продемонстрируйте, как пожимать руки вслепую, как здороваться, отпускать руку и идти дальше.

1. Попросите детей помочь вам освободить место для движения, например, передвинуть стулья или столы, чтобы они не мешали.

2. Объясните, что занятие начнется с приветствия – все должны поздороваться друг с другом. Это означает, что нужно пожать другому руку и сказать «привет», но все это делается с закрытыми глазами.

3. Объясните, что, когда все закроют глаза, вы выберете одного человека, «базу», которому разрешается оставить глаза открытыми. Вы похлопаете этого человека по плечу, чтобы уведомить его, что именно он может не закрывать глаза.

4. Попросите всех закрыть глаза и выберите «базу». Теперь попросите всех сойтись в центре освободившейся площадки и попытаться нащупать друг друга с закрытыми глазами, пожать друг другу руки и сказать «привет», затем опустить руки и перейти к следующему участнику группы.

5. Объясните детям, что если они обнаружат человека-«базу», у которого глаза открыты, и пожмут ему руку, этот человек НЕ скажет «привет», и тогда нужно продолжать держать его за руку и не отпускать. После этого нужно открыть глаза и взяться за руки, чтобы сформировать цепочку.

6. Те, кто уже взялся за руки и открыл глаза, тоже должны молчать, когда дети с закрытыми глазами пожимают им руки. Нужно удерживать новых людей за руку, подождать, пока они откроют глаза, после чего к цепочке присоединяется новый человек.

7. Вы можете присоединиться к цепочке только с концов. Если вы чувствуете, что руки, которые вы нащупали, уже заняты, вы должны наощупь добраться до конца цепочки и найти свободную руку, которую можно пожать.

8. Игра заканчивается, когда все дети будут держаться за руки и откроют глаза.

9. В этой игре есть два основных правила:

- Не разрешается направлять других детей, в какую сторону идти, если у вас открыты глаза.

- Не прикасаться друг к другу в неподобающих местах.

По материалам организации «Спасем детей» (Save the Children).



## **2.2. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте тему сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы выполним несколько упражнений, в ходе которых вы все получите возможность лучше узнать друг друга. Мы расскажем друг другу некоторые детали о себе, о наших друзьях и семьях, а еще мы расскажем групповую историю.*

## **2.3. Кто я?** **10 минут**

**- Дать возможность участникам рассказать о своем самоопределении и о том, какие роли они играют в жизни.**

**- 10 полосок бумаги для каждого участника, ручки или карандаши для всех.**

1. Выдайте каждому участнику 10 полосок бумаги и письменные принадлежности.

2. Попросите детей написать на каждой полоске бумаги роль, которую они играют в жизни.

Например, «Я девочка», «Я хороший друг», «Я ученик» и т.д.

3. Когда дети выполняют это задание, попросите их найти себе партнера. Попросите пары представить свои роли друг другу и обсудить их друг с другом, отбрасывая менее важные (скомкать ненужные полоски), пока у них не останется по три самых главных роли. Это будут самые важные роли в их жизни.

*Что вы чувствовали, отбрасывая семь ролей в вашей жизни?*

*Было ли трудно оставаться только с тремя ролями? Было ли трудно выбрать три самые важные роли?*

По материалам Национальной ассоциации по защите детства (National Association of Child Care Workers): «Как изменить ситуацию».

## **2.4. Потрогай что-то синее** **10 минут**

**- Дать участникам возможность активно подвигаться.**

**- Музыка (музыкальный инструмент вроде барабана или CD/DVD-проигрыватель).**

**Если прикосновения девочек к мальчикам и наоборот неприемлемы в данной группе, проводите эту игру в однополых группах.**

**Уделите больше внимания детям-инвалидам, которые могут обладать ограниченной подвижностью по сравнению с другими.**

1. Инструктор или один из детей играет на музыкальном инструменте или управляет музыкальным проигрывателем.

2. Попросите детей подвигаться или потанцевать, когда играет музыка.
3. Когда музыка замолкает, тот, кто управляет проигрывателем, говорит: «Потрогай синее», или «Потрогай нос», или «Потрогай туфлю», или называет любой другой цвет или предмет, присутствующий в одежде других детей. Все должны потрогать названный цвет или предмет на ком-то другом – не на себе.
4. Каждый раз, когда музыка возобновляется, инструктор меняет команду.

По материалам Ассоциации международной службы волонтеров (Association of Volunteers in International Service) (2003): «Руководство для учителей».

## **2.5. Важные люди в моей жизни** **20 минут**

**- Исследовать системы поддержки детей. Поощрить уважительное отношение и понимание различных семейных структур и поддерживающих связей.**

**- Копии рабочих листов «Важные люди», распечатанных с USB-флешки.  
Ручки/карандаши для каждого участника. Пространство, чтобы сесть в круг.**

**Если нет возможности предоставить распечатанные копии рабочего листа, покажите детям, как нарисовать круги самостоятельно. Используйте флипчарт или доску для демонстрации. Вы также можете рисовать круги палкой на песке.**

**Помогите детям, у которых возникли трудности с определением людей, которых можно записать в кругах. Убедитесь, что все дети могут выполнить это задание.**

1. Попросите детей сесть в круг и начните упражнение с себя – расскажите о себе и о людях, которые имеют большое значение в вашей жизни. Используйте свой заполненный бланк «Важные люди» как пример того, чего вы хотите от участников.
2. Дайте каждому участнику ручку или карандаш и копию рабочего листа «Важные люди». Попросите их поразмыслить о важных людях в их жизни и дайте им примерно 10 минут, чтобы заполнить бланк. Объясните, что они могут вписать больше чем одного человека в каждый круг. Также объясните, что важные люди, выбранные детьми, необязательно должны быть теми, с кем у детей установлены близкие отношения – это может быть любой человек, на которого ребенок хочет быть похожим, или кто-то, с кем ребенок тесно общался раньше.
3. Когда все участники выполняют это задание, попросите их найти себе партнера. Затем каждый в паре по очереди рассказывает партнеру о людях, которых он записал в свой листок. Попросите их объяснить, кто эти люди и почему они так важны для них.
4. Когда они закончат общение с партнерами, попросите их найти другого партнера и повторить задание. Повторите задание несколько раз, с разными парами.
5. Когда дети выполняют это задание, попросите всех снова сесть в кружок и обсудить следующие вопросы:

*Что вам понравилось в этом задании?*

*У всех ли были одни и те же люди в кружках?*

*Что вам запомнилось, когда вы слушали о важных людях других участников?*

*Почему для нас важно говорить о том, кто играет важную роль в нашей жизни?*

**По материалам организации «Terres des Hommes» (2008): «Руководство по проведению тренингов по психосоциальной защите детей».**

## 2.6. Воспоминание о том, кто важен

25 минут

- Дать детям возможность высказаться о важности и ценности особенного человека в их жизни.

- Цветные карандаши, бумага.

1. Попросите детей найти себе партнера и место для рисования – за столом или на полу.
2. Объясните, что каждый ребенок должен выбрать одного из людей, которых они записали в своих листах «Важные люди». Попросите их поискать в своей памяти какое-нибудь приятное воспоминание об этом человеке и нарисовать что-то, связанное с таким воспоминанием.
3. Объясните детям, что, когда они закончат, им нужно будет рассказать партнеру историю или значение этого воспоминания.
4. Дайте детям 15 минут на рисование.
5. Когда оба ребенка в паре закончат, они должны по очереди рассказать друг другу о рисунке, по 5 минут на каждого.

*Что ты чувствовал, когда рисовал это воспоминание?*

*Что ты чувствовал, когда рассказывал это своему партнеру?*

*Что ты чувствовал, когда слушал историю своего партнера о его воспоминании?*

Адаптировано по материалам представительства организации «Спасем детей» в Дании (Save the Children Denmark) (2008): «Свобода от травли».

## 2.7. Наша песня

5 минут

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.

## 2.8. Оценка тренинга

5 минут

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.

Скажите детям следующее:

*Мы подошли к концу нашего сегодняшнего занятия. Я (мы) был(и) очень рад(ы) поработать с вами сегодня и узнать вас поближе.*

*Как и в прошлый раз, я прошу вас помочь мне и рассказать, понравился ли вам тренинг. Мы снова воспользуемся смайликами.*

### Тренинг 3

#### Наше общество

**Цель тренинга:** вместе с группой исследовать общество, в котором живут дети, мотивировать их на определение проблем и положительных черт сообщества.

**Цель заданий:**

- узнать о качествах друг друга;
- содействовать установлению понимания и солидарности, делаясь своими качествами с другими;
- поощрить групповое сотрудничество и помочь участникам лучше узнать друг друга;
- составить карту района, в котором живут дети, и обсудить, что им нравится, что они не хотят менять, что желали бы изменить или укрепить.

Задания	Ресурсы	Время
3.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
3.2. Знакомство	Пространство.	10 минут
3.3. Наше общество А	Стол или место на полу, чтобы сделать большой групповой рисунок. Рисовальные материалы (карандаши/цветные ручки или маркеры). Большой лист бумаги для рисования (можете склеить несколько листов флипчарта).	40 минут
3.4. Запутанная сеть	Большой клубок ниток.	10 минут
3.5. Наше общество Б	Карта, которую дети нарисовали в задании 3.3, и те же материалы (свободное пространство для рисования, рисовальные материалы). Флипчарт и маркер.	15 минут
3.6. Наша песня		5 минут
3.7. Оценка тренинга	Бумага и письменные принадлежности, флипчарт со смайликами.	5 минут

**Сохраните карту, сделанную детьми на этом тренинге, поскольку она может понадобиться вам, если вы решите закончить серию занятий тренингом F2.**

### **3.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы поговорим об обществе, в котором мы живем. Мы вместе нарисуем большую карту нашего района и покажем на ней все, что мы хотели бы изменить, и то, что нам нравится и что мы хотели бы оставить. Мы также выполним несколько упражнений, которые помогут нам лучше узнать друг друга и повеселиться вместе.*

### **3.2. Знакомство** **10 минут**

**- Ознакомиться с качествами друг друга. Содействовать установлению понимания и солидарности, делаясь друг с другом своими качествами.**

**- Пространство.**

1. Попросите детей встать в круг лицами друг к другу.

2. Попросите их по очереди называть свое имя и какое-нибудь хорошее качество, а затем назвать что-то, что они хотели бы в себе изменить. Например: «Меня зовут Сэмюэль. Я терпеливый. Я говорю слишком быстро и хочу научиться говорить медленнее».

*Что вы чувствовали, пока ждали своей очереди?*

*Какие качества были самыми интересными?*

*Как вы думаете, какие качества можно изменить во время наших тренингов?*

Адаптировано по материалам представительства «Спасем детей» в Киргизстане (Save the Children Kyrgyzstan): «Учимся хранить достоинство».

### **3.3. Наше общество А** **40 минут**

**- Составить карту района и исследовать окружение, в котором живут дети; дать им возможность указать на проблемы, с которыми они сталкиваются или о которых знают наверняка.**

**- Стол или место на полу, чтобы сделать большой групповой рисунок. Рисовальные материалы (карандаши/цветные ручки или маркеры). Большой лист бумаги для рисования (можете склеить несколько листов флипчарта).**

Это задание для всей группы. Разбейте большую группу на группы поменьше, не более 10 детей на каждую группу. Если группа слишком большая, помогите детям распределить задания в группе, чтобы их обсуждения оставались в рамках темы. Если дети очень маленькие и еще не умеют хорошо писать, помогите им с рисованием или письмом, если это приемлемо.

1. Объясните участникам, что в этом задании они будут выполнять различные действия все вместе:

а. Сначала они нарисуют карту района, в котором сейчас живут.

б. Затем они будут говорить и показывать на карте, какие проблемы существуют в их окружении.

в. После перерыва и небольшой игры они будут говорить о хороших и позитивных вещах в данном сообществе, а также о том, могут ли эти вещи помочь им справиться с некоторыми проблемами.

2. Соберите участников вокруг большого стола или пространства на полу, где они смогут нарисовать большой групповой рисунок.

3. Объясните им, что первое задание – нарисовать карту их района. На карте должны быть вещи, которые легко распознать, например, дома знакомых им людей, общественные здания, дороги и т.д. Рисунок необязательно должен быть слишком детальным на этом этапе.

4. Объясните, что теперь детям нужно самим разобраться, как выполнить это задание. Например, они могут попросить нескольких человек рисовать, в то время как остальные будут направлять их и рассказывать, что именно рисовать, или же они могут рисовать по очереди, или могут распределить между собой, кто и что рисует.

**Попытайтесь как можно меньше вмешиваться в работу группы. Это даст им ощущение ответственности за карту, а вам поможет проследить динамику группы и роли разных детей в этой группе.**

5. Когда дети нарисуют карту, попросите их посмотреть на рисунок и вместе обсудить известные им проблемы в их окружении. Попросите их написать или нарисовать эти проблемы на карте.

Если эти проблемы касаются конкретного здания или места, попросите детей отметить это на карте. Например, если в школе не хватает учителей, детям следует отметить школу. Если есть проблемы здравоохранения, они могут отметить здание больницы или поликлиники, если в районе такая есть.

6. Когда дети закончат, сделайте перерыв и проведите с детьми веселую игру.

Разработано специально для данного сборника пособий.

### **3.4. Запутанная сеть                      10 минут**

**- Способствовать групповому сотрудничеству и помочь детям лучше узнать друг друга.**

**- Большой клубок ниток.**

1. Попросите детей сесть в круг на полу и присоединитесь к ним.

2. Поднимите клубок вверх и расскажите группе что-нибудь о себе.

3. Теперь разматывайте клубок и передайте его одному из детей, не выпуская конец нитки. Попросите ребенка назвать свое имя и рассказать группе что-то о себе.

4. Теперь ребенок передает клубок следующему участнику, который повторяет вышеуказанные действия.

5. Когда все дети выполняют это задание, попросите их встать, все еще держась за размотанную нитку, чтобы создать в воздухе сеть. Объясните им, что сеть – это символ их взаимосвязи и необходимости работать в команде, чтобы подбадривать друг друга. Подкрепите свои слова, попросив одного из детей выпустить нитку. Это покажет детям, что сеть ослабевает, если группа не работает сообща.

По материалам Национальной ассоциации по охране детства (National Association of Child Care Workers): «Как изменить ситуацию».

### **3.5. Наше общество Б**

**15 минут**

- Составить карту района, в котором живут дети, и указать проблемы, с которыми они сталкиваются или которые им известны, а также ресурсы и позитивные вещи, которые они хотели бы сохранить или укрепить.

- Карта, нарисованная в задании 3.3, «Наше общество А», и те же ресурсы (свободное место для рисования, рисовальные принадлежности). Флипчарт и маркер.

**Карта, созданная в этом задании, будет повторно использована в тренинге F2, если вы решите завершить курс этим тренингом. Сохраните карту для дальнейшего использования.**

1. Попросите детей снова собраться вокруг карты.

2. Попросите их посмотреть на карту и обсудить все хорошие вещи, существующие в их окружении, которые нужно сохранить и укрепить. Попросите их отметить эти вещи на карте, как они уже это сделали с проблемами и тем, что они хотели изменить.

3. Когда дети закончат это задание, попросите их снова посмотреть на то, что требует изменений, и спросите, могут ли названные хорошие вещи помочь провести такие изменения. Если хороших вещей в окружении недостаточно для указанных изменений, спросите детей, какие ресурсы или помощь следует привлечь извне, чтобы провести изменения.

4. Попросите детей сесть в круг и обсудить следующие вопросы.

*Что вы чувствовали, выполняя это задание? Что вам понравилось? Что не понравилось? Когда вы выполняли это задание, что вы думали о хороших вещах, присутствующих в вашем районе?*

*Что вы думали о проблемах, присутствующих в вашем районе?*

**Идеи на будущее:** Это задание – хороший способ дать детям возможность поучаствовать в общественной жизни. Если у детей есть хорошие идеи насчет того, чем они могут помочь, чтобы изменить жизнь общества к лучшему, постарайтесь помочь им реализовать это. Например, вы можете обсудить идеи детей с группой родителей, менеджерами программы из сопроводительных организаций. Очень важно, чтобы дети ощутили, что их принимают всерьез, когда они выдвигают какие-то идеи, поэтому помните о том, что им нужна обратная связь, когда вы начнете продвигать их идеи.



**Защита детей:** Уделите внимание любым местам или событиям в районе, которые дети указали как небезопасные, где они чувствуют угрозу. Эту информацию следует сообщить родителям и другим взрослым в данном районе, а также обсудить с детьми.

Разработано специально для данного сборника пособий.

### **3.6. Наша песня** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.

### **3.7. Оценка тренинга** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.

Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшнего занятия. Мы хорошо поработали вместе, и теперь я лучше знаю вас и окружение, в котором вы живете. На следующих занятиях мы еще поговорим о вашем районе.*

*Теперь пришло время вам рассказать мне, понравился ли вам сегодняшний тренинг и задания. Мы снова воспользуемся смайликами.*

## Тренинг 4А

### Права детей

**Цель тренинга:** обсудить права детей, их жизни и роли в обществе.

**Цель заданий:**

- изучить права детей.
- обсудить, как обстоит дело с правами детей в обществе, в котором живет данная группа детей.

Задания	Ресурсы	Время
4.1а. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
4.2а. Игра «Солнце всегда светит для...»	Пространство.	10 минут
4.3а. Права детей	Текст Конвенции по правам детей есть на USB-флешке в папке «Рабочие материалы». Вариант 1: Карточки с правами детей. Для каждой пары детей требуется один набор из 20 карточек. Если в группе 20 детей, вам потребуются 10 наборов карточек. Их можно распечатать и размножить на обычной бумаге или картоне и разрезать. Текст карточек находится на USB-флешке. Вариант 2: бумага, карточки и письменные принадлежности.	60 минут
4.4а. Бросаем мяч		5 минут
4.5а. Наша песня		5 минут
4.6а. Оценка тренинга	Бумага и письменные принадлежности, флипчарт со смайликами.	5 минут

**4.1а. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы поговорим о правах детей. Мы узнаем, что такое права детей, и рассмотрим разницу между правами и желаниями.*

**4.2а. Игра «Солнце всегда светит для...»** **10 минут**

- Дать детям возможность подвигаться и подумать над тем, что им уже известно о потребностях детей.

- Пространство.

Убедитесь, что у вас достаточно места для детей в инвалидных колясках, чтобы они тоже могли поиграть.

1. Попросите детей встать в круг.

2. Объясните им, что сейчас вы читаете фразу, которая начинается со слов «Солнце всегда освещает...». Если кто-то из членов группы согласен с фразой, ему нужно сделать шаг вперед, в середину круга. Когда все дети, согласные с фразой, выйдут вперед, им нужно вернуться обратно в круг.

3. Зачитайте некоторые из следующих фраз, затем попросите нескольких добровольцев привести собственные примеры.

Солнце всегда светит для:

- тех, кто думает, что дети и молодые люди важны так же, как и взрослые;
- тех, у кого есть родственники в другой стране;
- тех, кто носит розовые носки;
- тех, кто чувствовал себя маленьким в какой-то момент жизни;
- тех, у кого есть взрослый человек, пример для подражания;
- тех, кто встает до 7 часов утра.

Вы можете также придумать свои собственные примеры, касающиеся жизни детей. Убедитесь в том, что ваши примеры не слишком личные.

**По материалам курса UNICEF (2006): «Наше право быть защищенным от насилия. Задания для обучения и обсуждения с детьми и подростками».**

#### 4.3а. Права детей

60 минут

- Рассказать детям об их правах и стимулировать обсуждение этих прав.

- Текст Конвенции по правам детей есть на USB-флешке в папке «Рабочие материалы». **Вариант 1: Карточки с правами детей.** Для каждой пары детей требуется один набор из 20 карточек. Если в группе 20 детей, вам потребуются 10 наборов карточек. Их можно распечатать и размножить на обычной бумаге или картоне и разрезать. Текст карточек находится на USB-флешке.

**Вариант 2:** бумага, карточки и письменные принадлежности.

Здесь есть два варианта. Вы можете либо использовать карточки с USB-флешки в папке «Рабочие материалы», либо выполнить задание без карточек.

Подготовьтесь к этому тренингу как следует, чтобы вы могли ответить на вопросы и стимулировать обсуждение Конвенции по правам ребенка.

#### Инструкции для варианта 1

1. Попросите детей сесть в круг на стульях или на полу.
2. Спросите их, знают ли они, что такое «права детей».
3. Когда они закончат ответы, суммируйте их простым объяснением:

*Права детей – это то, что каждый ребенок может иметь или делать, чтобы выжить и вырасти, полностью реализовав свой потенциал.*

4. Теперь попросите детей составить список прав, которые, по их мнению, должны быть у всех детей. Запишите их ответы на флипчарте.

5. А теперь попросите детей сесть парами. Дайте каждой паре набор из 20 карточек. Попросите детей разложить карточки на следующие группы:

- САМОЕ ВАЖНОЕ;
- ВАЖНОЕ;
- МЕНЕЕ ВАЖНОЕ.

6. Когда они закончат, попросите каждую пару присоединиться к еще одной паре, чтобы образовались группы по 4 человека. Попросите каждую группу вместе определить 6 самых важных карточек.

7. Когда все закончат, попросите каждую группу по очереди поделиться с остальными своим списком из 6 самых важных карточек.

8. Когда дети представят свои списки, обсудите с ними следующие вопросы:

- а. Было ли трудно выбирать какие-либо карточки по сравнению с другими?*
- б. Как вы выбирали, какие карточки были самыми важными?*
- в. Какая разница между «желаниями» и «потребностями»?*
- г. Почему некоторые «потребности» следует защищать как «права»?*
- д. Для всех ли детей реализуются эти права?*
- е. Как вы думаете, какие еще права должны быть у детей?*

9. Покажите детям весь список из Конвенции ООН по правам ребенка. Если это возможно, повесьте этот список где-нибудь, чтобы дети могли видеть его во время всех тренингов.

10. Объясните детям следующее:

В 1945 году, когда родились ваши бабушки и дедушки или прабабушки и прадедушки, была создана Организация Объединенных Наций. Конвенция по правам детей была утверждена в 1989 году и стала действовать с 1990 года. Все страны мира, кроме двух, подписали ее. У этой Конвенции есть четыре основных принципа. Это права:

1. *На выживание и развитие (например, забота и образование).*
2. *На неприменение к себе дискриминации (по расовому, половому признаку, из-за инвалидности и т.д.).*
3. *На защиту интересов ребенка (это означает учитывать перспективы детей при планировании каких-либо действий).*
4. *На участие (следует учитывать мнение детей).*

Запишите все это на флипчарте.

## **Инструкции для варианта 2**

1. Попросите детей сесть в круг на стульях или на полу.

2. Спросите их, знают ли они, что такое «права детей».

3. Когда они закончат ответы, суммируйте их простым объяснением:

*Права детей – это то, что каждый ребенок может иметь или делать, чтобы выжить и вырасти, полностью реализовав свой потенциал.*

4. Теперь попросите детей составить список прав, которые, по их мнению, должны быть у всех детей. Запишите их ответы на флипчарте.

5. Теперь попросите детей сесть парами и составить два списка. В первом списке пусть запишут вещи, которые было бы приятно иметь. Во втором списке – вещи, абсолютно необходимые для жизни. Попросите их написать или нарисовать каждый пункт из этих двух списков на карточках – по одному предмету на одной карточке.

6. Теперь выложите на полу два отдельных круга, используя скакалки. Один круг для «желаний», другой – для «прав».

7. Попросите детей сесть вокруг двух этих кругов так, чтобы каждый сидел рядом со своим партнером из пары, с которым он составлял списки.

8. Теперь пусть дети по очереди показывают карточки и всей группой обсудят, куда следует положить каждую карточку – в «желания» или «права».

9. Спросите у детей их мнение о разнице.

10. Покажите детям весь список прав из Конвенции ООН по правам ребенка. Если это возможно, повесьте этот список где-нибудь так, чтобы дети видели его во время тренингов. Список прав для распечатывания можно найти в папке «Рабочие материалы» на USB-флешке.

11. Объясните детям следующее:

В 1945 году, когда родились ваши бабушки и дедушки или прабабушки и прадедушки, была создана Организация Объединенных Наций. Конвенция по правам детей была утверждена в 1989 году и стала действовать с 1990 года. Все страны мира, кроме двух, подписали ее. У этой Конвенции есть четыре основных принципа. Это права:

1. *На выживание и развитие (например, забота и образование).*
2. *На неприменение к себе дискриминации (по расовому, половому признаку, из-за инвалидности и т.д.).*
3. *На защиту интересов ребенка (это означает учитывать перспективы детей при планировании каких-либо действий).*
4. *На участие (следует учитывать мнение детей).*

**По материалам представительства UNICEF в Канаде: «Обучение правам ребенка: права, желания и потребности. Набор карточек и заданий».**

**Карточки для обработки информации (VIPP): CIDA и UNICEF (2008) «Как реализовать права детей. Уровень 6: речевое искусство и социальные исследования».**

## **Права детей**

Все дети с рождения и до 18-ти лет имеют следующие права:

- право на жизнь;
- право на имя и национальность;
- право жить со своими родителями или с теми, кто лучше заботится о них;
- право высказываться о том, что влияет на них;
- право выдвигать идеи и озвучивать свои мысли;
- право на соблюдение ритуалов своей религии;
- право на встречи с другими детьми;
- право на получение нужной им информации;
- право на особый уход, образование и обучение, если нужно;
- право на здравоохранение;
- право на достаточное количество пищи и чистой воды;
- право на бесплатное образование;
- право на игры;
- право говорить на своем языке;
- право изучать свою культуру и практиковать ее;
- право не быть использованным в качестве дешевой рабочей силы;
- право не подвергаться причинению боли или пренебрежению;
- право не быть использованным в качестве солдата в военных действиях;
- право на защиту от опасности;
- право на знание своих прав и обязанностей.

### **4.4а. Бросаем мяч**

**5 минут**

**- Дать детям возможность подвигаться и стимулировать сотрудничество.**

**Убедитесь, что у вас достаточно места для этого упражнения, заранее уберите все, что может вам помешать.**

1. Попросите всех детей встать группой рядом друг с другом. Объясните им, что сейчас вы будете подбрасывать в воздух мяч, и все вместе поддерживайте его в воздухе как можно дольше, так, чтобы каждый из группы успел хотя бы раз подбросить мяч.

2. Если мяч упадет на пол, придется начать сначала. Дайте детям возможность играть до тех пор, пока им не удастся поддержать мяч в воздухе, пока все участники группы не подбросят его хотя бы по одному разу.

По материалам организации «Спасем детей» (Save the Children) (2006): «Программа психосоциальных структурированных тренингов».

**4.5а. Наша песня** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.

**4.6а. Оценка тренинга** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.

Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу нашего сегодняшнего занятия. Мы хорошо поработали над правами детей и узнали, что это такое, обсудили разницу между желаниями, потребностями и правами. Спасибо всем вам за работу и за то, что поделились своими мыслями.*

*Как и раньше, сегодня я снова хотел бы услышать от вас, что вы думаете о наших занятиях. Мы воспользуемся смайликами.*

## Тренинг 4Б

### Потребности детей

**Цель тренинга:** обсудить, что необходимо детям для здорового роста – физического, умственного и эмоционального.

**Цель заданий:**

- исследовать все, что необходимо детям для здорового роста.

Задания	Ресурсы	Время
4.1б. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
4.2б. Игра «Солнце всегда светит для...»	Пространство.	10 минут
4.3б. Потребности детей	Флипчарт и маркеры.	60 минут
4.4б. Бросаем мяч		5 минут
4.5б. Наша песня		5 минут
4.6б. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**Этот тренинг, как и тренинг 5Б, направлен на информирование о потребностях детей, связанных со здоровьем и психосоциальным благополучием. Это альтернативная версия тренинга 4А, рассматривающего права и обязанности детей.**



**4.16. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы поговорим о том, что нужно детям, чтобы расти здоровыми и сильными. Мы поговорим о том, что дети могут сделать сами для своего здоровья, и о том, какую поддержку они могут получить от других людей.*

**4.26. Игра «Солнце всегда светит для...»** **10 минут**

- Дать детям возможность подвигаться и подумать над тем, что им уже известно о потребностях детей.

- Пространство.

Убедитесь, что у вас достаточно места для детей в инвалидных колясках, чтобы они тоже могли поиграть.

1. Попросите детей встать в круг.

2. Объясните им, что сейчас вы прочитаете фразу, которая начинается со слов «Солнце всегда освещает...». Если кто-то из членов группы согласен с фразой, ему нужно сделать шаг вперед, в середину круга. Когда все дети, согласные с фразой, выйдут вперед, им нужно вернуться обратно в круг.

3. Зачитайте некоторые из следующих фраз, затем попросите нескольких добровольцев привести собственные примеры.

Солнце всегда светит для:

- тех, кто думает, что дети и молодые люди важны так же, как и взрослые;
- тех, у кого есть родственники в другой стране;
- тех, кто носит розовые носки;
- тех, кто чувствовал себя маленьким в какой-то момент жизни;
- тех, у кого есть взрослый человек, пример для подражания;
- тех, кто встает до 7 часов утра.

Вы можете также придумать свои собственные примеры, касающиеся жизни детей из данной группы. Убедитесь в том, что ваши примеры не слишком личные.

По материалам курса UNICEF (2006): «Наше право быть защищенным от насилия. Задания для обучения и обсуждения с детьми и подростками».

#### 4.36. Потребности детей

60 минут

- Информировать детей и стимулировать дискуссию о том, что требуется детям для здорового роста.

- Флипчарт и маркеры.

1. Попросите детей сесть в круг на стульях или на полу.

2. Спросите их, что значит быть здоровым и сильным.

3. Когда они закончат с ответами, суммируйте их следующим простым объяснением:

*Быть здоровым и сильным означает много всего. Это значит, что вы физически здоровы и сильны, и это также означает, что вы эмоционально и ментально сильны и здоровы. Детям нужно множество разных вещей, чтобы достичь физической, эмоциональной и ментальной силы. Давайте рассмотрим различные состояния здоровья и силы детей, а также то, что именно вам нужно, чтобы получить такое здоровье и силу.*

4. Спросите детей, что такое физическое здоровье. Если они не могут это объяснить, можете использовать следующее пояснение:

*Физическое здоровье – это когда наши тела работают как надо, и мы можем использовать их для всего, что мы делаем: мы можем ходить, бегать, играть, переносить вещи и т.д. Здоровье – это когда мы чувствуем себя физически хорошо, и у нас ничего не болит. Физическое здоровье – это хорошее самочувствие.*

5. Теперь попросите детей поразмышлять вместе с вами над тем, что им необходимо, чтобы быть физически здоровыми и сильными. Записывайте их ответы на флипчарте под заголовком «Потребности для физического здоровья».

Если дети не назовут следующие пункты, укажите их сами:

- чистая вода;
- питательная еда;
- доступ к медицинским услугам;
- физические упражнения;
- здоровый сон.

6. Теперь спросите детей, что такое ментальное здоровье и сила.

Если они не могут объяснить, вы можете использовать следующее простое объяснение:

*Ментальное здоровье – это когда наш мозг хорошо работает, и мы можем думать и использовать наш мозг так, как нам нужно. Здоровый и сильный мозг позволяет нам учиться в той среде, в которой мы находимся, и делать правильный выбор.*

7. Теперь попросите детей поразмышлять вместе с вами над тем, что именно им нужно для крепкого ментального здоровья. Записывайте их ответы на флипчарте под заголовком «Потребности для ментального здоровья».

Если дети не назовут следующие пункты, укажите их сами:

- стимуляция от окружающей среды;
- возможности учиться у других;

- питательная еда;
- здоровый сон.

8. Теперь спросите детей, что такое эмоциональное здоровье и сила. Если они не могут объяснить, можете использовать следующее простое объяснение:

*Эмоциональное здоровье – это когда мы способны реагировать на разные ситуации при помощи разных эмоций. Например, если человек расстраивается, когда теряет что-то дорогое для него, это показатель эмоционального здоровья. Если человек чувствует радость, когда видит кого-то, кто ему нравится или небезразличен, это тоже показатель эмоционального здоровья. Мы учимся выражать свои эмоции, исходя из того, что мы видим в нашем окружении. Например, в некоторых странах неприлично плакать на людях, а в других странах это совершенно нормально.*

9. Теперь попросите детей поразмышлять вместе с вами о том, что им необходимо для эмоционального здоровья. Запишите их ответы на флипчарте под заголовком «Потребности для эмоционального здоровья». Если они не укажут следующие пункты, укажите их сами:

- положительный пример для подражания;
- хорошие отношения с другими людьми;
- чувство безопасности;
- чувство причастности.

10. Объясните детям, что некоторые потребности для здорового роста могут реализовываться самими детьми, а для других необходима помощь окружающих.

11. Разделите детей на три группы и объясните, что теперь каждая группа будет рассматривать один из составленных списков. Одна группа рассмотрит потребности для физического здоровья, другая – для ментального, и третья – для эмоционального. Дайте каждой группе флипчарт с соответствующим списком, с которым детям придется работать.

12. Попросите детей обсудить каждый пункт списка, какова их роль в реализации этой потребности, какова роль других людей. Дайте им примерно 15 минут, а затем попросите их поделиться со всей группой тем, что они обсудили.

13. Когда все расскажут о проведенных дискуссиях, закончите упражнение следующим итогом:

*Чтобы быть здоровыми и сильными, мы можем частично способствовать этому сами, а в чем-то нам необходима помощь других людей. На следующем занятии мы рассмотрим более подробно, какую помощь мы можем получить от других, чтобы оставаться здоровыми и сильными.*

14. Поблагодарите детей за работу и подготовьтесь к следующему заданию.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

**4.4б. Бросаем мяч** **5 минут**

- Дать детям возможность подвигаться и стимулировать сотрудничество.

**Убедитесь, что у вас достаточно места для этого упражнения, заранее уберите все, что может вам помешать.**

1. Попросите всех детей встать группой рядом друг с другом. Объясните им, что сейчас вы будете подбрасывать в воздух мяч, и все вместе поддерживайте его в воздухе как можно дольше, так, чтобы каждый из группы успел хотя бы раз подбросить мяч.

2. Если мяч упадет на пол, придется начать сначала. Дайте детям возможность играть до тех пор, пока им не удастся поддержать мяч в воздухе, пока все участники группы не подбросят его хотя бы по одному разу.

**По материалам организации «Спасем детей» (Save the Children) (2006): «Программа психосоциальных структурированных тренингов».**

**4.5б. Наша песня** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.

**4.6б. Оценка тренинга** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.

Скажите детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшнего занятия. Сегодня мы хорошо поработали и узнали, что именно нужно детям для здорового роста. Мы говорили о том, что мы сами можем сделать, чтобы оставаться здоровыми и сильными, и какую помощь нам могут оказать другие. Спасибо вам за работу и за то, что поделились своими мыслями.*

*Как и на прошлых занятиях, я хотел бы услышать от вас, понравились ли вам наши задания. Мы воспользуемся смайликами.*

**Тренинг 5А****Дети в нашем обществе – права детей**

**Цель тренинга:** продолжить обсуждение прав детей и исследовать жизнь детей в данном обществе.

**Цель заданий:**

- рассмотреть права детей;
- исследовать, какие права реализуются в этом обществе, а также обязанности детей в отношении этих прав;
- обсудить запланированные задания для следующих тренингов.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
5.1а. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
5.2а. Сценка о правах детей	Материалы для переодевания, если есть (куски ткани, одежда, шляпы, шарфы, парики, очки и т.д.), место для работы небольшой группы.	30 минут
5.3а. Шарики в воздухе	Воздушные шары.	5 минут
5.4а. Жизнь детей в нашем обществе	Материалы для творчества, место для групповой работы.	25 минут
5.5а. Идем вперед	Подготовленный флипчарт с обзором тренинга.	15 минут
5.6а. Наша песня		5 минут
5.7а. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**5.1а. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*В прошлый раз мы начали говорить о правах детей. Сегодня мы продолжим эту тему и также поговорим о нашем обществе. Мы обсудим, как детям живется в нашем районе, какие права здесь реализовываются. А еще мы поговорим об обязанностях детей в ситуациях, когда реализуются их права.*

**5.2а. Сценка о правах детей** **30 минут**

- Рассказать детям об их правах в повседневной жизни.

- Материалы для переодевания, если есть (куски ткани, одежда, шляпы, шарфы, парики, очки и т.д.), место для работы небольшой группы.

Перед началом занятия повесьте где-нибудь список прав детей так, чтобы участники тренинга могли его видеть.

1. Разделите детей на группы по 5 человек.
2. Попросите каждую группу выбрать один пункт из списка прав (не страшно, если несколько групп выберут один и тот же пункт).
3. Попросите группы подготовить 5-минутную ролевую сценку о выбранном ими праве. Сценка может быть о чем угодно, но остальные участники должны понять, о каком праве идет речь.
4. Дайте детям 15 минут для подготовки и репетиции сценки.
5. Теперь попросите группы по очереди показать свою сценку остальным детям (по 5 минут на каждую группу). Объясните детям, что им не нужно объявлять выбранный ими пункт списка перед началом представления. После окончания показа группа просит остальных детей угадать, какое право они представляли.
6. Дайте детям время для вопросов и комментариев по каждому из представленных прав.

*Что вы чувствовали, когда представляли свою сценку?*

По материалам представительства «Спасем детей» в Дании (Save the Children Denmark).

### **5.3а. Шарик в воздухе**

**5 минут**

- **Дать детям возможность подвигаться.**

- **Воздушные шары.**

1. Если на тренинге присутствует большое количество детей, разделите их на группы по 10 человек.
2. Объясните, что сейчас вы дадите каждой группе воздушный шарик, а их задачей будет удержать шарик в воздухе. Шарик не должен коснуться земли!
3. Дайте каждой группе шарик и разрешите начать игру. Примерно через минуту выдайте еще по одному шарик и попросите детей удерживать в воздухе и его тоже. Повторите это несколько раз, пока дети не оживятся!

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

### **5.4а. Жизнь детей в нашем обществе**

**25 минут**

- **Исследовать, какие права реализуются в данном обществе; рассмотреть обязанности детей в отношении таких прав.**

- **Материалы для творчества, место для групповой работы.**

**Попытайтесь стимулировать у детей как можно больше творческих подходов в этом задании. Если у вас есть старые журналы, используйте их, чтобы сделать коллаж. Дайте детям цветные карандаши, краски или другие материалы для творчества.**

**Если материалов мало, предложите детям использовать собственные тела, чтобы выразить свои мысли – в ролевой игре или групповых статических позах.**

1. Попросите детей разделить на группы по 4-5 человек и объясните им, что в этом задании мы будем говорить о том, как детям живется в этом обществе.
2. Попросите их 5-10 минут поговорить друг с другом в своих группах и обсудить, как живется детям. Попросите их сосредоточиться на хороших и плохих аспектах жизни детей.
3. Через 5-10 минут обсуждения попросите их поразмыслить о тех заданиях по правам детей, которые они уже выполняли. Попросите их определить, какие из этих прав **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** реализуются в их обществе. Также попросите их обсудить, какие обязанности есть у детей в ходе реализации таких прав.

**Пример:** Если реализуется право на образование, и ребенок может ходить в школу, значит, ребенок обязан учиться как следует и успевать выполнять все школьные задания.

4. Пока дети все еще разделены на группы, попросите их разработать презентацию прав, которые реализуются в их обществе, и о том, что именно должны делать дети, чтобы эти права по-прежнему действовали. Презентация может быть в форме простого списка, группового рисунка, набора отдельных рисунков, небольшой ролевой игры, групповой статической позы и т.д.



5. Дайте детям 10 минут подготовиться, затем попросите каждую группу по очереди представить свои презентации остальным детям.

*Что нового вы сегодня узнали о правах детей в вашем обществе?*

6. Закончите упражнение, рассказав детям следующее:

Получение знаний о правах детей и возможности обсудить их также является одним из прав, указанных в Конвенции ООН по правам детей. Мы продолжим изучать эти права и способы их реализации на следующих наших занятиях.

### **5.5а. Идем вперед**

**15 минут**

- Обсудить задания, запланированные для следующих тренингов в этой серии, и дать детям возможность поучаствовать в планировании.

- Подготовленный флипчарт с обзором тренингов.

**Вам необходимо ознакомиться с содержанием следующей серии тренингов, чтобы подготовиться к этому заданию. Будьте готовы отвечать на вопросы, которые могут возникнуть у детей. Темы каждого курса приведены в обзорах, представленных в самом начале каждого курса тренингов.**

**Если у вас есть время и ресурсы для планирования других тренингов, вы можете попросить детей предложить идеи или темы, которые они хотели бы обсудить. Можно позаимствовать какие-нибудь задания из тематического банка (или других источников) или же придумать соответствующие задания самостоятельно.**

1. Попросите детей сесть полукругом, чтобы всем было видно флипчарт со списком тренингов.

2. Объясните, что вы планируете выполнить с ними написанные на флипчарте задания. Пройдитесь по всем темам, которые будут освещаться в тренингах. Дайте детям время, чтобы задать вопросы.

Разработано специально для данного сборника пособий.

### **5.6а. Наша песня**

**5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.

### **5.7а. Оценка тренинга**

**5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.

Скажите детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшних занятий. Мы хорошо поработали вместе, поговорили о правах детей и тех обязанностях, которые они должны выполнять при реализации своих прав.*

*Я был рад поделиться с вами тем, что мы запланировали для следующих занятий, и мне приятно отвечать на ваши вопросы. Я постараюсь делать все, что в моих силах, чтобы занятия были интересными и соответствовали вашим потребностям.*

*А сейчас мы снова воспользуемся смайликами, чтобы оценить сегодняшнее занятие.*

**Тренинг 5Б****Дети в нашем обществе – потребности детей**

**Цель тренинга:** продолжить информирование о том, что именно нужно детям для здорового роста; исследовать жизнь детей в данном обществе.

**Цель заданий:**

- продолжить обсуждение потребностей детей;
- рассмотреть виды поддержки, которые дети могут получить для удовлетворения своих потребностей в данном обществе;
- обсудить следующую серию тренингов.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
5.1б. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
5.2б. Как поддержать наших друзей, чтобы они были здоровыми и сильными	Флипчарты с тренинга 4б, в которых описаны потребности детей для здорового роста.	30 минут
5.3б. Шарики в воздухе	Воздушные шары.	5 минут
5.4б. Жизнь детей в нашем обществе	Материалы для творчества, место для групповой работы.	25 минут
5.5б. Идем вперед	Подготовленный флипчарт с обзором тренинга.	15 минут
5.6б. Наша песня		5 минут
5.7б. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**5.16. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой**  
**5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 37.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*На последнем занятии мы начали говорить о том, что необходимо детям для здорового роста. Сегодня мы продолжим говорить об этих потребностях и немного обсудим наше общество. Мы поговорим о том, как живет детям в нашем обществе, и какую поддержку они могут получить, чтобы удовлетворить свои потребности в этом обществе. Мы также поговорим об обязанностях, которые дети должны выполнять, чтобы позаботиться о себе.*

**5.26. Как поддержать наших друзей, чтобы они были здоровыми и сильными**  
**30 минут**

- Рассказать детям о том, как они могут поддержать друг друга, чтобы расти здоровыми и сильными.

- Флипчарты с тренинга 46 с описанием потребностей детей для здорового роста.

**Повесьте три флипчарта с предыдущего тренинга, в которых описаны физические, ментальные и эмоциональные потребности детей для здорового роста.**

1. Разделите детей на три группы. Объясните, что каждая группа должна подготовить небольшую постановку, которая показывает, как дети могут помочь друг другу оставаться здоровыми и сильными. Одна группа показывает физическое здоровье, другая – ментальное, третья – эмоциональное. Постановка должна показать сначала нездорового и слабого ребенка, а затем – как его друзья помогают ему восстановить здоровье и силу.

2. Дайте детям примерно 15 минут, чтобы подготовиться. Попросите каждую группу показать свою постановку остальным детям. После презентации спросите у двух других групп, есть ли у них комментарии или вопросы. Комментарии должны касаться содержания постановки, а не того, как она была показана.

3. Когда все группы покажут свои постановки и прокомментируют чужие, завершите задание следующими словами:

*В прошлый раз мы говорили о том, что поддержание здоровья и силы не всегда бывает легким. Есть вещи, которые вы можете выполнить сами, чтобы остаться здоровыми и сильными, а в других случаях нам требуется помощь и поддержка наших друзей, семьи и общества.*

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

### **5.36. Шарик в воздухе**

**5 минут**

- **Дать детям возможность подвигаться.**

- **Воздушные шарик.**

1. Если на тренинге присутствует большое количество детей, разделите их на группы по 10 человек.
2. Объясните, что сейчас вы дадите каждой группе воздушный шарик, а их задачей будет удерживать шарик в воздухе. Шарик не должен коснуться земли!
3. Дайте каждой группе шарик и разрешите начать игру. Примерно через минуту выдайте еще по одному шарик и попросите детей удерживать в воздухе и его тоже. Повторите это несколько раз, пока дети не оживятся!

Разработано специально для данного сборника пособий.

### **5.46. Жизнь детей в нашем обществе**

**25 минут**

- **Исследовать, какие потребности реализуются в данном обществе; рассмотреть обязанности детей, благодаря которым они могут оставаться здоровыми и сильными.**

- **Материалы для творчества, место для групповой работы.**

**Попытайтесь стимулировать у детей как можно больше творческих подходов в этом задании. Если у вас есть старые журналы, используйте их, чтобы сделать коллаж. Дайте детям цветные карандаши, краски или другие материалы для творчества.**

**Если материалов мало, предложите детям использовать собственные тела, чтобы выразить свои мысли – в ролевой игре или групповых статических позах.**

1. Попросите детей разделить на группы по 4-5 человек и объясните им, что в этом задании мы будем говорить о том, как детям живется в этом обществе.
2. Попросите их 5-10 минут поговорить друг с другом в своих группах и обсудить, как живется детям. Попросите их сосредоточиться на хороших и плохих аспектах жизни детей.
3. Через 5-10 минут обсуждения попросите их поразмыслить о тех заданиях по потребностям детей, которые они уже выполняли. Попросите их определить, какие из этих потребностей **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** реализуются в их обществе. Также попросите их обсудить, какие обязанности есть у детей в ходе реализации таких потребностей.

Пример: Если в данном сообществе есть школа, и любой ребенок может в нее ходить, значит, ребенок реализует потребность в образовании. В таком случае ребенок обязан учиться как следует и выполнять все школьные задания.

4. Пока дети все еще разделены на группы, попросите их разработать презентацию потребностей, которые реализуются в их обществе, и об обязанностях, которые дети

должны выполнять, чтобы продолжать реализацию потребностей. Презентация может быть в форме простого списка, группового рисунка, набора отдельных рисунков, небольшой ролевой игры, групповой статической позы и т.д.

5. Дайте детям 10 минут подготовиться, затем попросите каждую группу по очереди представить свои презентации остальным.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

### **5.5б. Идем вперед 15 минут**

- Обсудить задания, запланированные для следующих тренингов в этой серии, и дать детям возможность поучаствовать в планировании.

- Подготовленный флипчарт с обзором тренингов.

**Вам необходимо ознакомиться с содержанием следующей серии тренингов, чтобы подготовиться к этому заданию. Будьте готовы отвечать на вопросы, которые могут возникнуть у детей. Темы каждого курса приведены в обзорах, представленных в самом начале каждого курса тренингов.**

**Если у вас есть время и ресурсы для планирования других тренингов, вы можете попросить детей предложить идеи или темы, которые они хотели бы обсудить. Можно позаимствовать какие-нибудь задания из тематического банка (или других источников) или же придумать соответствующие задания самостоятельно.**

1. Попросите детей сесть полукругом, чтобы всем было видно флипчарт со списком тренингов.

2. Объясните, что вы планируете выполнить с ними написанные на флипчарте задания. Пройдитесь по всем темам, которые будут освещаться в тренингах. Дайте детям время, чтобы задать вопросы.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

### **5.6б. Наша песня 5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 37.**

### **5.7б. Оценка тренинга 5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 37.**

Скажите детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшних занятий. Мы хорошо поработали вместе, поговорили о потребностях детей и тех обязанностях, которые они должны выполнять при реализации своих потребностей.*

*Я был рад поделиться с вами тем, что мы запланировали для следующих занятий, и мне приятно отвечать на ваши вопросы. Я постараюсь делать все, что в моих силах, чтобы занятия были интересными и соответствовали вашим потребностям.*

*А сейчас мы снова воспользуемся смайликами, чтобы оценить сегодняшнее занятие.*

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕНИНГИ**



## Введение

### Введение

Тренинги А-В можно использовать в любой момент курса, поскольку они являются факультативными. Тренинги Ф1 и Ф2 – альтернативное завершение всех четырех курсов тренингов. Следует помнить, что тренинг Ф1 направлен на отдельных детей и их будущее, а Ф2 – на способы, которыми дети могут помочь улучшить положение своего района или сообщества.

Дополнительная информация по содержанию этих тренингов находится во введении в тренинги на странице 32.

Тренинги А-В	Тренинги Ф1 и Ф2
А. Учимся слушать	Ф1. Мое будущее
Б. Кое-что обо мне	Ф2. Наше будущее
В. Работаем вместе	

### Начало и завершение каждого тренинга

Пользуйтесь одной и той же схемой для начала и завершения каждого тренинга. Это поможет детям почувствовать себя уверенно и установит доверительные отношения между вами и группой. Применяйте нижеследующие схемы каждый раз, когда выполняете следующее:

- краткое резюме, отзывы о проделанной работе и ознакомление с новой темой;
- наша песня;
- оценка тренинга.

### **Схема 1. Краткое резюме, отзывы о проделанной работе и ознакомление с новой темой – 10 минут**

**- Краткое подведение итогов предыдущего тренинга, реакция на оценку занятия и ознакомление с целью сегодняшнего тренинга**

1. Попросите добровольца кратко рассказать о том, чем вы занимались на предыдущем тренинге. Если ребенок не помнит все выполненные задания, попросите других помочь ему, пока дети не вспомнят все составляющие предыдущего занятия.

2. Дайте детям отзыв об их оценке предыдущего тренинга. Воспользуйтесь этой возможностью, чтобы обсудить какие-либо задания, которые детям не понравились. Отметьте их в своих записях.

Похвалите детей и напомните им, насколько для вас важно получать от них искреннюю оценку. Подчеркните, что это помогает вам планировать дальнейшие занятия так, чтобы они соответствовали потребностям детей.

3. Представьте цель текущего тренинга (см. сценарий для каждого тренинга).

4. Ответьте на возникшие у детей вопросы и затем начинайте занятие.

### **Схема 2. Наша песня 5 минут**

**- Спойте песню, которая знакома всем детям и которая вызывает у них чувство единства и гордости за свою культуру.**

#### **Инструкции:**

1. Попросите детей встать и спеть песню, которую они выбрали в конце предыдущего тренинга.

2. Они могут петь ту же песню, которую пели в прошлый раз, или использовать какие-либо идеи, высказанные на тренинге 1, чтобы каким-то образом изменить указанную песню.

### **Схема 3. Оценка тренинга 5 минут**

**- Для оценки тренинга.**

**- Маленькие листки бумаги и письменные принадлежности, флипчарт со смайликами.**

**Соберите оценки и сохраните их для дальнейшего мониторинга, а также для оценки в случае необходимости изменений или адаптации уже запланированных заданий. Обязательно обсуждайте результаты оценки в начале каждого следующего тренинга.**

1. Повторите все, чем вы занимались на сегодняшнем тренинге (см. сценарий для каждого тренинга).

2. Покажите детям флипчарт со смайликами и раздайте им листочки бумаги, чтобы они нарисовали смайлик, соответствующий их ощущениям от сегодняшних занятий.

Объясните им, что им НЕ нужно писать имена на листках. Это поможет им быть более искренними в своей оценке.

3. Когда они закончат, поблагодарите их за отзывы и попрощайтесь с каждым ребенком лично. Это покажет им, что их запомнили и ценят.

## Тренинг А

### Учимся слушать

**Цель тренинга:** развивать умение слушать других.

**Цель заданий:**

- развивать умение слушать других;
- стимулировать сотрудничество и концентрацию.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
А.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
А.2. Внимательно слушаем	Пространство, чтобы дети могли встать в два круга лицом друг к другу, а затем для работы в меньших группах. Бумага и карандаши, флипчарт и маркер.	60 минут
А.3. Игра «Зеркало»	Пространство.	15 минут
А.4. Наша песня		5 минут
А.5. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**А.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 77.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы узнаем, что значит слушать друг друга. Это очень важный навык, и если вы умеете хорошо слушать, это значит, что вы хороший друг, и вам небезразличны другие люди и их слова.*

**А.2. Внимательно слушаем** **60 минут**

- Развить умение слушать.

- Пространство, чтобы дети могли встать в два круга лицом друг к другу, а затем для работы в меньших группах. Бумага и карандаши, флипчарт и маркер.

Это задание состоит из двух частей. Каждая часть заканчивается набором вопросов. На каждую часть задания отводится примерно 30 минут.

**Задание 1: Практика слушания**

1. Разделите общую группу на две группы поменьше и попросите их встать в два круга (один круг внутри другого). Внешний круг назовем «круг А», а внутренний – «круг Б». Попросите оба круга начать ходьбу в противоположных направлениях (например, внешний идет вправо, внутренний влево). Затем в любой момент скажите «Замри!».
2. Теперь каждый участник круга А стоит напротив участника круга Б. Объясните детям, что это будет упражнение на умение слушать. Каждая пара по очереди рассказывает друг другу что-нибудь, что их интересует. Пока один человек в паре говорит, другой внимательно слушает.
3. Когда оба ребенка рассказали друг другу что-нибудь, они должны по очереди повторить то, что им сказал партнер. Таким образом, очень важно, чтобы дети внимательно слушали своих партнеров.
4. Теперь попросите пары сесть отдельно от группы и дайте им следующие инструкции:
  - а. Попросите ребенка из круга А поговорить с партнером на какую-нибудь интересующую их тему. Возможно, они захотят поговорить о своем дне рождения, представят себя супергероем, расскажут о том, чем хотят заняться после окончания школы, о своих хобби и т.д.
  - б. Пока ребенок из круга А говорит, ребенок из круга Б внимательно слушает, не перебивая и не комментируя.
  - в. Через 5 минут попросите партнеров поменяться, теперь будет говорить ребенок из круга Б. Ребенок из круга А слушает, не перебивая и не комментируя.
  - г. Через 5 минут попросите детей остановиться. Теперь попросите ребенка из круга Б повторить то, что ему рассказал ребенок из круга А. После этого ребенок из круга А должен повторить то, что ему рассказал ребенок из круга Б. Оба партнера должны сосредоточиться и внимательно слушать.

5. Когда все дети выполняют задание, послушают партнера и повторяют его слова, попросите всех сесть в один большой круг.

*Что вам больше понравилось – рассказывать или слушать?*

*Было ли вам трудно слушать, не комментируя? Если да, то почему?*

*Как вы поняли, что ваш друг вас внимательно слушал?*

## **Задание 2: Что такое умение слушать?**

1. Разделите большую группу детей на 3-4 меньших группы. Дайте каждой группе бумагу и ручки. Попросите их поговорить о том, чем бы они занимались, если бы не слушали внимательно. Например, «я не перебивал», «я не разговаривал», «я не критиковал», «я не дразнил» и т.д.

Попросите группы записать свои идеи.

2. Примерно через 10 минут попросите каждую группу по очереди поделиться со всеми тем, что они записали.

3. Запишите все их предложения на флипчарте, чтобы определить умение слушать, следуя такому примеру:

### **Я хороший слушатель, потому что я:**

- не перебиваю;
- внимательно слушаю;
- сосредотачиваюсь на том, что говорит собеседник;
- смотрю в глаза говорящему;
- молчу;
- и т.д.

*Как вы обычно слушаете других людей? Какие мысли у вас вызвало это задание, что вы думаете о своем умении слушать? Как вы чувствуете себя, когда говорите с теми, кто действительно вас слушает?*

*Как вы думаете, когда умение слушать бывает важным?*

**По материалам представительства организации Красного креста в Дании (2008): «Руководство по работе с детьми, пострадавшими в вооруженных конфликтах».**

## **А.3. Игра «Зеркало»**

**15 минут**

**- Стимулировать сотрудничество и концентрацию.**

**- Пространство.**

1. Попросите детей встать в два ряда.

2. Объясните, что один ряд будет зеркалом, а другой – действующими лицами.

3. Два инструктора, ведущих занятие, показывают, как играть. Один инструктор называет позитивную эмоцию (например, сила, храбрость, мужество, счастье, спокойствие), а действующие лица показывают эту эмоцию.

4. Дети-«зеркала» пытаются скопировать действующие лица во всех деталях.
5. Линии поочередно меняются ролями, чтобы каждый ребенок в паре попробовал быть и действующим лицом, и «зеркалом». Инструктор должен следить за порядком! Инструктор называет эмоцию, а также говорит детям, когда им надо поменяться ролями.

**По материалам организации «Спасем детей» (Save the Children) (2006): «Программа психосоциальных структурированных тренингов».**

**А.4. Наша песня** **5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 78.**

**А.5. Оценка тренинга** **5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 78.**

Скажите детям следующее:

*Мы подошли к концу нашего занятия. Сегодня мы практиковали умение слушать и говорили о том, что значит быть хорошим слушателем.*

*Как и в других тренингах, я ценю ваше мнение о сегодняшних занятиях. Мы воспользуемся смайликами, чтобы оценить занятие.*

## Тренинг Б

### Кое-что обо мне

**Цель тренинга:** развить самоопределение, понять свои сильные качества, укрепить уверенность в себе.

**Цель заданий:**

- укрепить уверенность в себе, поделившись с другими личной информацией;
- усилить сплоченность группы и взаимное уважение в ходе внимательного слушания друг друга, наблюдения и сосредоточения на словах партнеров;
- дать возможность для самовыражения и творчества.

Задания	Ресурсы	Время
Б.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
Б.2. Никто не знает, на что я способен	Пространство для двух кругов.	25 минут
Б.3. Мой флаг	Бумага или другой материал, на котором можно рисовать. Материалы для творчества (цветные маркеры, мелки, карандаши, блестки, клей, краски, ткани, ножницы, старые журналы и т.д.).	40 минут
Б.4. Работаем вместе	Палочка длиной с обычный карандаш или ручка с колпачком для каждого ребенка.	10 минут
Б.5. Наша песня		5 минут
Б.6. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут



**Б.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 77.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы будем выполнять задания, касающиеся нас самих, которые помогут нам понять, кто мы, что нам нравится и что не нравится. Мы также выполним несколько групповых заданий, где потребуются групповая работа.*

**Б.2. Никто не знает, на что я способен** **25 минут**

**- Укрепить уверенность в себе, поделившись с другими личной информацией. Усилить сплоченность группы и взаимное уважение в ходе внимательного слушания друг друга, наблюдения и сосредоточения на словах партнеров.**

**- Пространство для двух кругов.**

1. Попросите детей встать в два круга – внутренний и внешний, по одинаковому количеству участников в каждом круге. (Если количество детей нечетное, инструктор может сам встать в круг.) Попросите детей встать лицом друг к другу (внутренний круг лицом к внешнему).

2. Попросите детей по очереди рассказать друг другу что-нибудь о себе, что, по их мнению, неизвестно партнеру. Это должно быть положительное качество, умение или характеристика.

Например: «Никто не знает, что я сам могу шить себе одежду».

3. Как только первая пара выполнила задание, хлопните в ладоши или воспроизведите какой-нибудь другой звук, чтобы показать, что пришло время двигаться. Внутренний круг остается на месте, а внешний передвигается на одного человека вправо. Повторяйте это упражнение, пока все дети во внутреннем кругу не поговорят со всеми детьми во внешнем кругу.

4. Теперь попросите детей сесть в один большой круг.

5. Попросите детей поделиться какой-то информацией о ком-то другом. Не допускайте повторов – все дети должны быть упомянуты.

6. Когда все будут упомянуты, задайте детям следующие вопросы.

*Что вы чувствовали, когда рассказывали о вашем личном качестве или навыке, о котором никто не знал?*

*Были ли среди названных кем-то другим какие-то качества или навыки, которым вы хотели бы научиться сами?*

**Адаптировано по материалам организации «Спасем детей» в Киргизстане (Save the Children Kyrgyzstan): «Учимся хранить достоинство».**

### **Б.3. Мой флаг**

**40 минут**

- Дать детям возможность для самовыражения и творчества, способствовать укреплению чувства собственного достоинства и уверенности в себе.

- Бумага или материал для рисования. Материалы для творчества (цветные маркеры, мелки, карандаши, блестки, клей, краски, ткани, ножницы, старые журналы и т.д.).

1. Попросите детей сесть группами по 8 человек и дайте каждой группе материалы для творчества на выбор. Скажите детям, что сейчас все будут делать свой собственный флажок. Он может иметь отношение к их наследию или семье, тому, что им нравится или не нравится, или же к предмету их гордости.

2. Дайте детям примерно 15 минут, чтобы создать свой флажок. Они могут делать с бумагой все что угодно – вырезать из нее форму флажка, раскрасить красками, мелками, приклеить картинки из журналов и т.д., пользуясь любыми материалами, которые у них есть. Попросите детей написать свои имена на обратной стороне флажка.

3. Когда все закончат, попросите детей сесть в круг и рассказать о созданных ими флажках.

4. Теперь попросите детей помочь вам повесить все флажки на длинную веревку. Если возможно, повесьте флажки в помещении, где проходят тренинги, и покажите их на следующей встрече с родителями и опекунами.

**По материалам организации «World Vision»: «Творчество с детьми. Руководство по упражнениям для детей».**

### **Б.4. Работаем вместе**

**10 минут**

- Стимулировать наблюдательность, осознание и уважение друг друга, концентрацию.

- Палочка длиной с карандаш или ручка с колпачком для каждого ребенка.

**Цель этой игры – не дать палочкам упасть на пол. Чтобы удержать две палочки, детям нужно внимательно следить друг за другом и быстро реагировать. Оба ребенка должны научиться подстраиваться под движения друг друга. Это нелегко.**

**В зависимости от количества детей в игру можно играть, расставив детей в треугольники, два ряда или в круги. Чем больше детей участвует в игре, тем труднее игра.**

1. Дайте каждой паре детей две палочки, желательной одинаковой длины.

2. Попросите детей встать лицом друг к другу на расстоянии, примерно равном длине палочки.

3. Продемонстрируйте с одним из детей, что нужно для этого упражнения: разместите палочку так, чтобы одним концом она упиралась в кончик указательного пальца правой руки одного ребенка, а другим – в указательный палец левой руки другого ребенка.
4. Чтобы палочка не падала на пол, обоим детям в паре нужно применить некоторое усилие.
5. Теперь попросите их точно так же разместить другую палочку между свободными руками друг друга. Теперь попросите детей сделать шаг вправо или влево, удерживая обе палочки между кончиками пальцев!
6. Игра заканчивается, когда все дети сумеют удержать палочки, не уронив их на пол, в течение определенного времени.

*Было ли трудно удерживать палочки?*

*Чему вам пришлось научиться, чтобы выполнить это упражнение?*

Если несколько детей также пытаются выполнить это упражнение в более многочисленной группе, спросите их:

*Труднее ли удержать палочки, когда в группе больше детей? Что нового вы узнали об умении общаться и терпении?*

**По материалам инициативы «Католики против СПИДа» в Намибии (Catholic Aids Action Namibia) (2003): «Психологическая реабилитация детей, пострадавших от ВИЧ/СПИД».**

#### **Б.5. Наша песня** **5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 78.**

#### **Б.6. Оценка тренинга** **5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 78.**

Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу нашего сегодняшнего занятия. Сегодня мы немного больше узнали друг о друге. Сначала мы делились информацией о себе, которую мы раньше никому не говорили. Затем вы все сделали замечательные флажки, каждый из которых рассказывает историю о вас, которой вы можете гордиться. И, наконец, мы играли в игру, чтобы научиться сотрудничать и удерживать палочки. Сегодня был отличный день, и я узнал о вас много хорошего.*

*Как и раньше, я очень ценю ваше мнение о нашем сегодняшнем занятии. Воспользуемся смайликами, чтобы высказать свое мнение.*

## Тренинг В

### Поддерживаем друг друга

**Цель тренинга:** способствовать установлению взаимного уважения, доверия и группового сотрудничества.

**Цель заданий:**

- поощрить сотрудничество, командный дух, единство в группе и чувство уверенности в себе путем совместного преодоления препятствий;
- помочь детям понять, что, невзирая на их уникальность и различия, у них есть много общего, и они могут поддерживать друг друга в трудные времена;
- способствовать возникновению доверия и командной сплоченности, поощрить принятие ответственности друг за друга.

Задания	Ресурсы	Время
В.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
В.2. Блуждающие кольца	Обручи или куски веревки/ленты по 1,5 м длиной, связанные в круги. Пространство для свободного движения.	30 минут
В.3. Что у нас общего	Пространство для большого круга.	30 минут
В.4. Людская колыбель	Пространство.	15 минут
В.5. Наша песня		5 минут
В.6. Оценка тренинга	Бумага, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**В.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 77.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня мы займемся упражнениями, которые можно выполнить только в том случае, если вы будете помогать и поддерживать друг друга. Эти задания потребуют от вас проявить уважение и доверие друг к другу.*

**В.2. Блуждающие кольца** **30 минут**

- Поощрить сотрудничество, командный дух, единство в группе и чувство уверенности в себе путем совместного преодоления препятствий.

- Обручи или куски веревки/ленты примерно 1,5 м длиной, связанные в круги. Пространство для свободного движения.

Это упражнение требует некоторой практики. Дети скоро поймут, что они должны помочь друг другу, позволяя другим тянуть себя за руки в разные стороны, пока кто-то пробирается через круг.

Позвольте детям самостоятельно разобраться, как лучше это сделать. Помогайте им только тогда, если видите, что они довольно долго не могут понять, как выполнить упражнение.

Чтобы игра стала более интересной, можете добавить второй обруч с противоположной стороны круга. Все дети в круге держатся за руки и либо помогают кому-то пробраться сквозь обруч, либо пробираются сквозь него сами, так что все участники заняты делом. Обручи будут перемещаться по кругу только тогда, когда дети станут более наблюдательны, начнут реагировать на потребности своих соседей и работать в команде. Для продвинутых групп можно задействовать целых три обруча в одном круге!

1. Попросите детей встать в круг. Объясните им, что самое важное правило этой игры – все время держаться за руки и не разнимать их.

2. Попросите детей взяться за руки. Возьмите обруч (или веревку/ленту, связанные в круг) и повесьте его на сцепленные руки двух участников круга. (см. рисунок)

Дети должны передвигать обруч по кругу, не разнимая рук. Не объясняйте им, как это сделать, пусть они догадаются сами.

3. Сосед первого ребенка, пробравшегося через обруч, должен повторить за ним. (Секрет заключается в том, что сначала нужно переступить обруч ногами, а затем, с помощью соседей, поддержать обруч вверх и просунуть сквозь него голову и плечи.)

*Что вы чувствовали, когда застряли в самом начале и не знали, как пробраться сквозь обруч?*

*Что помогло вам пробраться сквозь обруч?*

*Можете ли вы назвать какую-нибудь ситуацию из реальной жизни, когда вам придется так же приспосабливаться к потребностям других людей, чтобы все вместе могли достигнуть цели?*

*Что вы чувствуете, когда вам нужно среагировать на потребности разных людей одновременно?*

Если вы пользуетесь несколькими обручами: *Что вы чувствовали, когда по кругу двигались три обруча?*

**По материалам инициативы «Католики против СПИДа» в Намибии (Catholic Aids Action Namibia) (2003): «Психологическая реабилитация детей, пострадавших от ВИЧ/СПИД».**

### **В.3. Что у нас общего 30 минут**

**- Помочь детям понять, что, невзирая на их уникальность и различия, у них есть много общего, и они могут поддерживать друг друга в трудные времена.**

**- Пространство для большого круга.**

1. Попросите детей встать в круг лицом друг к другу.
2. Объясните, что сейчас вы будете называть различные вещи, и если они подходят одному из детей, он должен выступить вперед, в центр круга.
3. Начните с простых вещей, которые явно видны в группе, например: «На мне белая футболка» – тогда все дети в белых футболках должны выйти в круг.
4. Когда дети вернуться в круг, назовите следующий предмет. Первые 5-10 раз называйте простые и веселые вещи – что-либо общее у всех детей:
  - я всегда встаю до 6 часов утра;
  - я не люблю есть овощи;
  - я люблю слушать музыку.

Называйте только то, что является приемлемым и значимым для данной группы детей.

5. Теперь называйте вещи чуть более деликатные, используя ваши знания о данной группе детей.

Например:

- я потерял одного из родителей;
- я не живу с родителями, я живу с другой семьей;
- один из членов моей семьи погиб во время стихийного бедствия.

6. Когда вы закончите все заявления, спросите детей, что они думали о других, когда выполняли это упражнение.

7. Напомните им, что у всех нас много общего с нашими сверстниками, даже если мы это не осознаем, и поэтому нам должно быть легче помогать и поддерживать друг друга в трудные времена.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

#### **В.4. Людская колыбель                      15 минут**

**- Укрепить доверие, сотрудничество и взаимную ответственность.**

**- Пространство.**

1. Попросите всех детей, кроме одного, разделить на две группы.
2. Теперь попросите их встать плечом к плечу в два ряда, оба ряда стоят лицом друг к другу, на расстоянии двух вытянутых рук, чтобы оба ряда могли соприкоснуться вытянутыми руками.
3. Попросите ребенка, который остался вне групп, лечь на пол между двумя рядами детей.
4. Когда инструктор даст знак, дети в двух рядах соединяют руки под ребенком, лежащим на полу.
5. Когда дети готовы, дайте команду, чтобы они медленно выпрямились и подняли на соединенных руках ребенка, лежащего посередине.
6. Когда все встали на ноги, попросите детей медленно покачать ребенка на руках.
7. Через 10 секунд попросите их осторожно опустить ребенка на пол, чтобы он мог встать. Повторите это упражнение с несколькими детьми.

**По материалам инициативы «Католики против СПИДа» в Намибии (Catholic Aids Action Namibia) (2003)**

#### **В.5. Наша песня                                      5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 78.**

#### **В.6. Оценка тренинга                                      5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 78.**

Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшнего занятия. Сегодня мы выполняли веселые и интересные упражнения, которые требовали объединенных усилий и координации группы. Мы также выполнили задание, благодаря которому поняли, что между нами и нашими друзьями*

*очень много общего, и это хорошо, потому что нам становится легче поддерживать друг друга.*

*Как и на предыдущих занятиях, я очень ценю ваше мнение, понравились ли вам наши упражнения. Мы снова воспользуемся смайликами.*



## Тренинг Ф1

### Мое будущее

**Цель тренинга:** помочь детям визуализировать свои мечты и надежды на будущее, определить цели, которые необходимо достичь.

#### Цель заданий:

- дать детям возможность поразмышлять о том, чем они хотят заниматься в жизни;
- помочь детям определить цели, к которым они будут стремиться, и поговорить о том, что им понадобится для достижения этих целей;
- обсудить серию прошедших тренингов и задания, которые выполняли дети.

Задания	Ресурсы	Время
Ф1.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
Ф1.2. Проект нашей жизни	Бумага, карандаши, ручки, мелки.	20 минут
Ф1.3. Дурашливый паровозик	Пространство.	5 минут
Ф1.4. Представляем наше будущее	Листы для флипчарта, множество старых журналов, ножницы, клей, скотч.	40 минут
Ф1.5. Наша песня (выступление)		5 минут
Ф1.6. Оценка тренинга и обсуждение серии прошедших тренингов	Маленькие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**Ф1.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 77.

Представьте цель сегодняшнего тренинга:

*Сегодня последний тренинг в нашей серии. Мы обсудим наши мечты и надежды на будущее. Это очень важно, потому что вам нужно поставить себе цель, к которой вы будете стремиться и которая будет вас мотивировать.*

**Ф1.2. Проект нашей жизни** **20 минут**

- Дать детям возможность поразмышлять о том, чем они хотели бы заняться в жизни.

- Бумага, ручки, карандаши, мелки.

При работе со старшими детьми можно слегка усложнить задание. Попросите их писать, а не рисовать, или же сделать коллаж из фотографий, которые они вырежут из журналов.

1. Скажите детям следующее:

*Все взрослые люди в какой-то момент задумываются о том, чем они хотели заниматься, когда выросли. Некоторые реализовали свои мечты, а другие все еще работают над этим. Мы должны каждый день думать о том, чего мы хотим добиться, это очень важная часть нашей жизни. Мы можем начать делать это даже в очень юном возрасте. Мы начинаем мечтать и говорим себе, что никто не сможет помешать нам добиться своего.*

2. Теперь раздайте детям бумагу и попросите их разделить лист бумаги на три колонки:

СЕГОДНЯ (Как я вижу себя сейчас)	НЕОБХОДИМЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ (Что я хотел бы изменить в себе)	БУДУЩЕЕ (каким я хочу быть, когда вырасту)
-------------------------------------	--	---

*Что вы ощущали, размышляя над этими тремя вещами? Была ли какая-то колонка труднее, чем остальные?*

**По материалам UNICEF (2010): «Возврат к счастью».**

### **Ф1.3. Дурашливый паровозик 5 минут**

**- Оживить детей.**

**- Пространство.**

1. Попросите детей встать в круг. Затем попросите их повернуться вправо.
2. Инструктор разбивает круг так, чтобы у него было начало и конец. Теперь попросите ведущего в линии начать ходьбу. Следующий ребенок в линии за ведущим должен полностью скопировать манеру ходьбы ведущего. То же самое должны сделать другие дети, пока все не будут двигаться одинаково.
3. Паровозик может двигаться в любую сторону, а ведущий может менять походку, издавать звуки, размахивать руками и т.д., остальные дети должны копировать его движения и звуки.
4. Через 30 секунд поменяйте ведущего. Продолжайте менять детей, пока не закончится время, отведенное для упражнения.

**По материалам организации «World Vision»: «Творчество с детьми. Руководство по упражнениям для детей».**

### **Ф1.4. Представляем наше будущее 40 минут**

**- Помочь детям определить цели, к которым они будут стремиться, и поговорить о том, что им понадобится для достижения этих целей.**

**- Листы для флипчарта, множество старых журналов, ножницы, клей, скотч.**

**Если группа очень большая, попросите детей разбиться на меньшие группы, чтобы вместе сделать большой коллаж.**

1. Скажите детям следующее:

*Я хочу, чтобы вы продолжили мечтать о своем будущем и о том, кем вы хотите стать, когда вырастаете, какой работой хотите заниматься, как зарабатывать на жизнь, куда ездить, с кем работать, в каком месте. Придумайте как можно больше деталей.*

2. Теперь попросите детей сделать коллаж. Раздайте им листы бумаги и старые журналы, ножницы и клей. Объясните, что первый коллаж будет называться:

**КЕМ Я ХОЧУ СТАТЬ**

3. Пока они работают над коллажем, пройдитесь по комнате и поспрашивайте детей, что именно они делают. Поощряйте их разговаривать друг с другом и обсуждать то, чем они сейчас занимаются.
4. Когда они закончат, попросите их рассказать группе, кем они хотят стать. Когда все дети расскажут о своих мечтах, развесьте коллажи вместе в заранее отведенном месте.

5. Теперь попросите детей сделать второй коллаж:

*Когда мы мечтаем, наше воображение отправляется в полет, и мы можем почувствовать, как замечательно будет, когда мы достигнем своей мечты. Чтобы реализовать свою мечту, нам нужны определенные вещи и помощь. Например, если вы хотите стать врачом, профессором или спортсменом – что вам нужно сделать, пока вы растете и стремитесь за своей мечтой?*

Дайте детям время ответить на этот вопрос. Старайтесь добиться от них реалистичных ответов, например: мне придется много учиться, мне нужно накопить денег, мне нужно пойти в школу и т.д.

Теперь попросите детей сделать второй коллаж под названием:

### КАК РЕАЛИЗОВАТЬ МОЮ МЕЧТУ

6. Когда дети закончат коллаж, попросите их поделиться с группой своей работой и рассказать о ней. Когда все выскажутся, вместе вывесите коллажи в заранее выбранном месте.

7. Выберите один из коллажей, чтобы начать следующую дискуссию. Спросите детей:

*Мы уже определили, чем мы хотим заниматься и что нам для этого нужно. Как вы думаете, какая помощь может вам понадобиться в достижении вашей мечты? Какие вам понадобятся ресурсы? (например, книги, взрослые, которые могут помочь, дисциплина, упорство, информация и т.д.)*

Запишите ответы детей на флипчарте.

8. Закончите упражнение, поблагодарив детей за работу, и обязательно похвалите сделанные ими коллажи.

*Что вы чувствовали, выполняя это упражнение?  
Какая часть вам понравилась больше всего?*

**По материалам представительства UNICEF в Доминиканской Республике (2010): «Возврат к счастью».**

### **Ф1.5. Наша песня (выступление)**

**5 минут**

- Спеть песню, знакомую всем детям, которая вызывает у них чувство приобщения и гордости за свою культуру.

**Если дети демонстрируют достаточно энтузиазма, организуйте групповое исполнение песни для учителей, родителей, опекунов или других детей. Это даст детям повод гордиться собой и станет прекрасным завершением курса тренингов. Если вы решите это сделать, перенесите песню на последнее место в плане, после проведения оценки тренинга.**

1. Попросите детей встать и объясните, что сейчас они споют песню, выбранную ими для тренинга. Поскольку это последнее занятие, постарайтесь вызвать в них желание спеть песню как можно лучше.

**Ф1.6. Оценка тренинга и обсуждение серии прошедших тренингов 15 минут**

- Для оценки тренинга детьми и обсуждения всего пройденного курса.

- Маленькие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.

1. Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшнего занятия и к завершению всего нашего курса. Сегодня для меня и радостный день, и грустный. Я печалюсь, потому что мне будет очень недоставать вас на наших занятиях. Но я счастлив, что провел все это время с вами и так много о вас узнал. А еще я рад, что увидел, как вы выросли и какими сильными стали за это время, как вы научились доверять друг другу. Ваша работа на наших занятиях и множество ваших идей произвели на меня большое впечатление.*

*Спасибо вам за то, что вы пришли на эти занятия, я желаю вам всего наилучшего.*

*Как и на предыдущих занятиях, мне очень важно знать ваше мнение о нашем сегодняшнем тренинге. Мы воспользуемся смайликами.*

*Когда вы закончите ставить оценки нашему тренингу, мы еще несколько минут поговорим обо всех пройденных занятиях.*

2. Покажите детям флипчарт со смайликами и раздайте им маленькие листки бумаги. Попросите их нарисовать смайлик с соответствующим номером, который отражает их ощущения от сегодняшнего занятия. Скажите им, что имена писать НЕ НУЖНО. Это поможет им быть более искренними в своей оценке.

3. Когда они закончат, попросите их встать в круг и по очереди рассказать, что они почерпнули из этого курса тренинга, чему научились. Поощрите их делиться не только положительными, но и отрицательными впечатлениями об участии в занятиях.

4. Когда все дети выскажутся, поблагодарите их за отзывы и лично попрощайтесь с каждым ребенком. Это покажет детям, что их запомнили и ценят.

## Тренинг Ф2

### Наше будущее

**Цель тренинга:** исследовать возможности участия детей в улучшении общества или района, в котором они живут.

#### Цель заданий:

- поощрить групповое сотрудничество и навыки решения проблем;
- вернуться к теме задания 3.5 и обсудить, как дети могут улучшить общество или район, в котором они живут, и поддержать друг друга;
- поощрить поддержку сверстников;
- обсудить всю серию тренингов и задания, которые выполняли дети.

Задания	Ресурсы	Время
Ф2.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой		5 минут
Ф2.2. Уменьшающийся лист	Большое одеяло или лист ватмана, на котором дети смогут встать босиком.	15 минут
Ф2.3. Наше общество	Карта района из задания 3.5. Листы для флипчарта и маркеры.	40 минут
Ф2.4. Что мне нравится в тебе	Маленькие листки бумаги, шляпа или коробка.	10 минут
Ф2.5. Наша песня (выступление)		5 минут
Ф2.6. Оценка тренинга и обсуждение серии прошедших тренингов	Маленькие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.	5 минут

**Ф2.1. Краткое резюме предыдущего тренинга, отзывы и ознакомление с сегодняшней темой** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 77.

Представьте тему сегодняшнего тренинга:

*Сегодня наше последнее занятие в этом курсе тренингов. Мы вместе проделали огромную работу и хорошо узнали друг друга. Я очень благодарен вам за то, что вы поделились со мной столькими вещами о себе, ведь я видел, как вы все относились друг к другу с вежливостью и уважением. Сегодня мы закончим курс занятий несколькими упражнениями, которые касаются будущего и нашей совместной работы по улучшению места, где мы живем.*

**Ф2.2. Уменьшающийся лист** **15 минут**

- Поощрить групповое сотрудничество и навыки решения проблем.
- Большое одеяло или лист ватмана, на котором дети могут встать босиком.

**В этом упражнении присутствует тесный физический контакт – детям может понадобиться носить друг друга на руках или тесно соприкасаться друг с другом. Разделите детей на две однополюсные группы, если это более приемлемо. Обе группы могут играть в игру по очереди или же соревноваться между собой на двух разных листах ватмана или двух одеялах.**

**Детям, играющим в эту игру, обычно удается перевернуть лист на другую сторону, постепенно передвигая большую часть группы на одну сторону листа, в то время как один человек из группы начинает переворачивать другую часть листа. При этом лист уменьшается в размерах, и детям приходится перемещаться по нему, постепенно переворачивая лист на другую сторону.**

**Внимательно наблюдайте за различными ролями, которые дети принимают на себя в этом задании. Обычно в группе возникают несколько лидеров, которые будут давать инструкции остальным.**

1. Разложите на полу лист ватмана или одеяло. Рассчитайте размеры заранее – если группа небольшая, возможно, придется сложить лист или одеяло пополам. Попросите всех детей снять обувь и встать на лист босиком. Когда все дети встанут на лист, у них должно остаться совсем мало места для передвижения.
2. Теперь объясните детям, что земля вокруг листа ядовита, и им не разрешается сходить с листа на землю.
3. Цель этой игры заключается в том, чтобы перевернуть лист на другую сторону, но чтобы при этом ни один ребенок не сошел на землю.
4. Дайте детям достаточно времени, чтобы они сами разобрались, как это сделать. Если они не сумеют решить эту задачу, скажите им, что это возможно, если группа будет работать сообща. Возможно, им потребуется больше времени, чем запланировано, но постоянно напоминайте им, что у них все получится.

5. Когда задание закончится, похвалите детей и попросите их сесть в круг. Задайте им ниже следующие вопросы. Если они не скажут это сами, напомните им, что это задание является хорошим напоминанием о том, как некоторые вещи вначале могут казаться невозможными, но если работать вместе и помогать друг другу, то все возможно.

*Понравилось ли вам задание?*

*Что для вас было трудным в этом задании?*

*Как вы решили задачу и перевернули лист? Взял ли кто-нибудь на себя роль лидера или же вы придумали ответ все вместе?*

*Чему вы научились, пока выполняли это задание?*

**Источник неизвестен.**

### **Ф2.3. Наше общество**

**40 минут**

- Вернуться к заданию 3.5 и обсудить, как дети могут улучшить место своего проживания и поддержать друг друга.

- Карты района из задания 3.5. Листы для флипчарта и маркеры.

Просмотрите задания из Тренинга 3, где дети рисовали карты своего района и определяли проблемы и положительные черты. Если у вас еще сохранились сделанные детьми карты, вывесьте их на обозрение, чтобы дети могли посмотреть на них и освежить память.

Если у вас уже нет флипчартов и карт, попросите детей сесть в круг и обсудить проблемы детей, живущих в их районе, которые они уже определили ранее или о которых вспомнили сейчас.

1. Ссылаясь на карты района, сделанные детьми в задании 3.5, скажите детям следующее:

*Сегодня мы еще немного поговорим о нашем районе, как мы уже это делали ранее на наших занятиях. Помните эти чудесные карты, которые вы рисовали на одном из занятий? Я вывесил их здесь, чтобы вы могли посмотреть на них еще раз.*

Дайте детям примерно 5 минут, чтобы рассмотреть карты.

2. Объясните, что сегодня вы снова будете рассматривать проблемы детей, живущих в данном районе, и размышлять о тех ролях, которые дети могут сыграть самостоятельно, чтобы улучшить жизнь детей в данном обществе.

3. Попросите детей разделиться на группы по 4-5 человек.

4. Дайте каждой группе лист для флипчарта и попросите их разделить его на три колонки – «Проблемы», «Необходимые действия», а третью колонку оставьте пустой.

5. Попросите детей записать все проблемы района/общества, которые они уже обсуждали. Напротив каждой проблемы им нужно записать действия, необходимые для решения этих проблем. Дайте им примерно 20 минут на эту работу в группах.



**Пример 1:**

Проблемы	Необходимые действия
Дети живут на улице	1. Социальные службы должны находить детей на улицах и помещать их в хорошие дома. 2. Уличные дети должны получить доступ к теплomu дому и еде, где они смогут поиграть с другими детьми.

6. Когда они закончат это задание, попросите их взглянуть на колонку «Необходимые действия». Теперь попросите их обсудить в группах, что они могут сделать, чтобы помочь решить эту проблему. Какую роль они могут сыграть, чтобы гарантировать принятие необходимых мер?

7. Попросите их поставить в свободной колонке заголовок «Мы можем...» и заполнить таблицу. Возможно, в таблице будут строки, которые они не смогут заполнить, поскольку не понимают, какую помощь они могут здесь оказать. Это не страшно.

8. Используйте следующий пример, чтобы помочь детям, или придумайте свой собственный.

**Пример 2:**

Проблемы	Необходимые действия	Мы можем...
Дети живут на улице	1. Социальные службы должны находить детей на улицах и помещать их в хорошие дома. 2. Уличные дети должны получить доступ к теплomu дому и еде, где они смогут поиграть с другими детьми.	1. Рассказать детям с улиц, где они могут найти еду и кров.

9. Когда все закончат, попросите группы развесить свои таблицы на стенах. Дайте детям примерно 10 минут, чтобы они могли рассмотреть работы друг друга. Дайте им цветные маркеры и скажите, что они должны выбрать **три действия** в колонке «Мы можем...», на всех флипчартах, которые они сочтут самыми реальными и достижимыми. Эти действия следует отметить нарисованной звездочкой.

10. Когда они закончат задание, попросите их сесть в круг. Отметьте, какие три действия получили наибольшее количество звездочкой, и расскажите об этом детям.

11. Спросите детей, что именно нужно сделать, чтобы помочь им выполнить отмеченные действия. Например, если они выбрали «сделать плакаты с правами детей», то чем они могут помочь, чтобы сделать это? Возможно, они ответят, что им понадобится бумага и краски, или же помещение, чтобы поработать вместе, или помощь взрослых.

12. Отметьте все ответы детей и закончите задание, задав им следующие вопросы:

*Что мешает вам выполнить действия, которые вы отметили?  
Что нужно вашей группе, чтобы успешно выполнить эти задания?*

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

#### **Ф2.4. Что мне нравится в тебе 10 минут**

- Поощрить поддержку сверстников.
- Маленькие листки бумаги, шляпа или коробка.

**Вам также следует присоединиться к этому заданию и выразите признательность всем детям.**

**Убедитесь, что все произносимые слова являются вежливыми и уважительными. Если кто-то скажет что-нибудь грубое или обидное, попросите его извиниться перед тем, кому были адресованы эти слова, и подумать о чем-нибудь позитивном.**

1. Попросите всех детей встать в круг и раздайте им маленькие листки бумаги. Попросите их написать на листках свои имена, смять листки и положить их в коробку или шляпу, стоящую посреди круга.
2. Теперь встряхните коробку, чтобы перемешать листки, и пригласите детей вытащить по одному листку. Если на листке окажется имя вытащившего его ребенка, попросите его вернуть листок обратно в коробку и выбрать другой.
3. Когда у всех детей будут листки с именами, попросите их по очереди выходить в круг и становиться лицом к тому, чье имя написано на листке. Попросите ребенка сказать что-нибудь другому ребенку – что-то, что ему нравится в этом ребенке, и почему ему это нравится. Например: «Джон, мне нравится, что ты так много смеешься, потому что это приносит мне радость».

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

#### **Ф1.5. Наша песня (выступление) 5 минут**

- Спеть песню, знакомую всем детям, которая вызывает у них чувство приобщения и гордости за свою культуру.

**Если дети демонстрируют достаточно энтузиазма, организуйте групповое исполнение песни для учителей, родителей, опекунов или других детей. Это даст детям повод гордиться собой и станет прекрасным завершением курса тренингов. Если вы решите это сделать, перенесите песню на последнее место в плане, после проведения оценки тренинга.**

1. Попросите детей встать и объясните, что сейчас они споют песню, выбранную ими для тренинга. Поскольку это последнее занятие, постарайтесь вызвать в них желание спеть песню как можно лучше.

**Ф2.6. Оценка тренинга и обсуждение серии прошедших тренингов** 15 минут

- Для оценки тренинга детьми и обсуждения всего пройденного курса.
- Маленькие листки бумаги, письменные принадлежности и флипчарт со смайликами.

1. Объясните детям следующее:

*Мы подошли к концу сегодняшнего занятия и к завершению всего нашего курса. Сегодня для меня и радостный день, и грустный. Я печалюсь, потому что мне будет очень недоставать вас на наших занятиях. Но я счастлив, что провел все это время с вами и так много о вас узнал. А еще я рад, что увидел, как вы выросли и какими сильными стали за это время, как вы научились доверять друг другу. Ваша работа на наших занятиях и множество ваших идей произвели на меня большое впечатление.*

*Спасибо вам за то, что вы пришли на эти занятия, я желаю вам всего наилучшего.*

*Как и на предыдущих занятиях, мне очень важно знать ваше мнение о нашем сегодняшнем тренинге. Мы воспользуемся смайликами.*

*Когда вы закончите ставить оценки нашему тренингу, мы еще несколько минут поговорим обо всех пройденных занятиях.*

2. Покажите детям флипчарт со смайликами и раздайте им маленькие листки бумаги. Попросите их нарисовать смайлик с соответствующим номером, который отражает их ощущения от сегодняшнего занятия. Скажите им, что имена писать НЕ НУЖНО. Это поможет им быть более искренними в своей оценке.

3. Когда они закончат, попросите их встать в круг и по очереди рассказать, что они почерпнули из этого курса тренинга, чему научились. Поощрите их делиться не только положительными, но и отрицательными впечатлениями об участии в занятиях.

4. Когда все дети выскажутся, поблагодарите их за отзывы и лично попрощайтесь с каждым ребенком. Это покажет детям, что их запомнили и ценят.

**РУКОВОДСТВО ПО ПРОВЕДЕНИЮ ВСТРЕЧ  
С РОДИТЕЛЯМИ И ОПЕКУНАМИ**

**ВВЕДЕНИЕ**

Встречи с родителями и опекунами дают возможность менеджерам и инструкторам программы поговорить с родителями и опекунами в ключевых моментах программы психологической реабилитации детей.

<b>Встречи</b>	<b>Задания</b>	<b>Сроки</b>
1. Введение в программу.	Информация о целях программы, запланированных заданиях, времени и месте проведения тренингов. Требуется согласие на участие детей.	<b>До</b> начала тренингов с детьми.
2А. Психосоциальное благополучие, права и обязанности детей ИЛИ	Обсуждение благосостояния детей, их прав и обязанностей. Информация о тренингах 4А и 5А.	<b>До</b> тренингов 4А и 5А.
2Б. Психосоциальное благополучие и потребности детей для здорового роста.	Обсуждение потребностей детей. Информация о тренингах 4Б и 5Б.	<b>До</b> тренингов 4Б и 5Б.
3. Реакция и эмоции детей.	Обсуждение проблем детей и видов помощи, которую им могут оказать родители и опекуны.	<b>После</b> тренинга 5.
4. Защита детей от опасностей.	Рассмотрение роли родителей и опекунов в защите детей от опасностей и обеспечении безопасной среды дома и в обществе.	<b>До</b> конца курса тренингов.

**Начало и завершение каждого тренинга**

После первой вводной встречи пользуйтесь одним и тем же планом для начала и завершения каждой встречи. Это поможет участникам почувствовать себя комфортнее и установит между вами и группой доверительные отношения. Используйте нижеследующие схемы для следующих заданий:

- приветствие и обновленная информация о тренингах с детьми;
- вопросы и ответы;
- итоги и песня.



3. Полезная информация для родителей и опекунов (взято с USB-флешки).

**Встреча 1 с родителями и опекунами**

**Цель встречи:** ознакомить родителей с программой психологической реабилитации детей.

**Цель заданий:**

- познакомить участников друг с другом;
- представить программу психологической реабилитации детей;
- поделиться полезной практической информацией;
- для родителей и опекунов – подписать письменное разрешение на участие ребенка в программе.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
1.1. Приветствие	Пространство для участников, чтобы сесть в круг. Флипчарт со списком сегодняшних заданий (см. список в Инструкции № 4 ниже). Маркеры.	10 минут
1.2. Знакомство с участниками	Пространство для участников, чтобы ходить по помещению или уединиться парами.	15 минут
1.3. Презентация программы психологической реабилитации детей	Пространство для участников, чтобы сесть в круг. Информационные листовки или флипчарт с практической информацией о тренингах с детьми. Чистые листы для флипчарта. Маркеры.	45 минут
1.4. Письменные разрешения	Бланки разрешений (см. образец бланка в Приложении 2), ручки.	10 минут
1.5. Вопросы и ответы	Пространство.	30 минут
1.6. Итоги и песня		5 минут



## **1.1. Приветствие 10 минут**

**- Поприветствовать родителей и опекунов, представить сегодняшнюю программу.**

**- Пространство для участников, чтобы сесть в круг. Флипчарт со списком сегодняшних заданий (см. список в Инструкции № 4 ниже). Маркеры.**

1. Начните встречу с представления себя и своих коллег.

Если вы работаете на какую-либо организацию, объясните, что это за организация и какой работой она занимается на месте (или где-то еще, если это международная организация).

Если вы учитель, расскажите, в какой школе вы работаете, какова ваша роль там (учитель, психолог, наставник и т.д.).

2. Поприветствуйте родителей и опекунов, поблагодарите их за то, что они нашли время прийти на эту встречу.

3. Объясните им следующее:

*Сегодня мы проведем вместе два часа. За это время мы поговорим о программе психологической реабилитации детей, для участия в которой были приглашены ваши дети. Мы также поговорим о том, почему мы проводим эту программу, и о заданиях, которые будут выполнять дети. Еще мы обсудим ваши роли в качестве родителей и опекунов, чтобы дети могли получить от нашей программы как можно больше.*

*До завершения сегодняшней встречи мы попросим вас подписать разрешение на участие вашего ребенка (или детей) и вас самих в этой программе. Очень важно, чтобы вы получили всю информацию, необходимую вам для принятия решения.*

*В ходе нашей встречи у вас будет не одна возможность задать нам вопросы, так что спрашивайте в любой момент, если вам будет что-то непонятно, или если вы хотите получить более подробную информацию о чем-либо.*

4. Пройдитесь по списку запланированных заданий на флипчарте:

- 1) Знакомство с участниками;
- 2) Практическая информация;
- 3) Бланк разрешения;
- 4) Следующая встреча.

5. Ответьте на какие-либо возникшие у участников вопросы о сегодняшней встрече и переходите к следующему заданию.

## **1.2. Знакомство с участниками 15 минут**

**- Познакомить родителей и опекунов друг с другом;**

**- Пространство для участников, чтобы ходить по помещению или уединиться парами.**

**Заранее удостоверьтесь, что данное задание приемлемо в данной культурной среде. Если нет, вы можете провести общее знакомство, когда каждый участник просто называет свое имя и рассказывает что-нибудь о себе.**

**Это вводное задание является важным инструментом, благодаря которому участники смогут почувствовать себя в группе более комфортно. Если кто-то из участников стесняется делиться чем-либо перед большой группой людей, отнеситесь к нему с участием и обязательно поблагодарите за выступление перед группой.**

1. Объясните участникам, что сейчас вы дадите им возможность лучше узнать друг друга.
2. Попросите их найти себе партнера из присутствующих в помещении – кого-то, с кем они мало знакомы или незнакомы вообще.
3. Теперь скажите, что у них есть 5 минут, чтобы поговорить с выбранным партнером. Они могут либо пройтись вместе по помещению, либо сесть отдельно от группы, чтобы поговорить без помех. За это время им нужно представиться партнеру и выполнить следующее:
  - рассказать друг другу о своем ребенке, принимающем участие в программе;
  - рассказать друг другу что-нибудь о себе;
  - выяснить три общие черты у себя и своего собеседника.
4. Если в группе остался человек без партнера, инструктор должен присоединиться к заданию.
5. Оповестите участников, когда до конца задания останется одна минута.
6. Когда закончится отведенное для задания время, соберите участников и попросите их сесть рядом со своим партнером.
7. Теперь попросите участников представить своих партнеров, назвать их имена и имена их детей. Когда оба партнера представили друг друга остальным, попросите их назвать одну из трех общих черт, которые они обнаружили у себя.
8. Когда все закончат говорить, поблагодарите их за участие.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

### **1.3. Презентация программы психологической реабилитации детей 45 минут**

**- Представить обзор программы психологической реабилитации детей и дать практическую информацию о тренингах с детьми.**

**- Пространство, чтобы участники могли сесть в круг. Информационные листовки или флипчарт с практической информацией о тренингах с детьми. Чистые листы для флипчарта. Маркеры.**

**Это задание требует некоторой подготовки до начала встречи. Необходимо написать листовки с информацией о тренингах с детьми. Образец листовки представлен в Приложении 1 на стр. 134. Если вы не будете раздавать листовки, запишите всю необходимую информацию на флипчарте.**

1. Начните с того, что вы узнали из предыдущего задания, и подчеркните, что у всех участников есть одна общая черта – они собрались здесь сегодня потому, что они являются родителями или опекунами одного или нескольких детей. Как и все родители или опекуны по всему миру, они хотят для своих детей самого лучшего.

2. Объясните, что их пригласили на эту встречу, поскольку они и их дети приглашены для участия в программе, которая будет длиться несколько недель.

3. Дайте участникам базовую информацию о программе.

*Ваши дети, как и многие другие дети по всему миру, пережили тяжелое испытание. Однако, как и взрослые, окружающие их, они продемонстрировали силу и храбрость. Программа, в которую мы пригласили вас и ваших детей, направлена на улучшение благополучия детей и сосредоточена на следующем:*

- личное благосостояние детей;
- контакт и взаимодействие с другими людьми; и
- окружение, в котором они живут.

4. Запишите три основных компонента программы на флипчарте:

(надпись на рисунке:

Программа психологической реабилитации детей:

А. Встреча с родителями и опекунами.

Б. Тренинги с детьми.

В. Обучение инструкторов.)

#### **А. Встреча с родителями и опекунами**

Данные встречи направлены на следующее:

- **ориентировать и информировать** родителей и опекунов о том, что происходит на тренингах с детьми и как у детей продвигается работа;
- **поделиться проблемами и узнать**, что, по мнению инструкторов, родителей и опекунов, является важным для благополучия детей. Это поможет родителям и опекунам поддержать своих детей дома.

Будет проведено четыре\* встречи:

1. Введение в программу (сегодня).

2. Психосоциальное благополучие, права и обязанности детей ИЛИ психосоциальное благополучие и потребности детей (см. план соответствующей встречи).

3. Реакции и эмоции детей.

4. Защита детей от опасностей.

Объясните, что родителям и опекунам настоятельно рекомендуется участвовать во всех занятиях.

\* Точное количество занятий может варьироваться в соответствии с потребностями и имеющимися ресурсами.

#### **Б. Тренинги с детьми**

Расскажите участникам, сколько тренингов вы планируете провести.

Каждый тренинг проводится в похожем формате с разнообразными заданиями:

- веселые игры, которые помогут детям расслабиться и почувствовать себя свободнее в группе;
- задания, направленные на различные проблемы, связанные с тяжелыми переживаниями детей и их реакцией на такие переживания.

Задания помогают детям:

- поиграть и почувствовать себя счастливыми;
- заняться физической активностью и позаботиться о своем здоровье;
- работать сообща, учиться помогать друг другу, проявлять доброту и уважение друг к другу;
- доверять другим и чувствовать себя уверенно, делаясь своими чувствами;
- учиться справляться с тяжелыми эмоциями;
- решать проблемы без насилия и агрессии;
- осознавать опасности и ситуации, сопряженные с риском и вредом для них, учиться, как оставаться в безопасности;
- делать безопасный выбор;
- быть более социализированными;
- искать помощи у других людей.

Расскажите родителям и опекунам, что подобные программы уже некоторое время проводятся по всему миру и помогают детям лучше справляться с ежедневными трудностями и повысить свою продуктивность в школе.

## **В. Обучение инструкторов и координаторов**

Инструкторы и координаторы проходят обучение, в ходе которого их учат проводить встречи с родителями и опекунами, а также заниматься с детьми. Это обучение также помогает им:

- научиться определять проблемы, тревожащие детей, с которыми они работают, и обучить детей справляться с ними;
- идентифицировать детей, находящихся в зоне риска и требующих особой поддержки;
- поощрять детей брать на себя инициативу и продвигать их активное участие;
- поощрять детей поддерживать друг друга.

Ответьте на возникшие у участников вопросы.

5. Теперь просмотрите практическую информацию о программе. Раздайте родителям и опекунам листовки или вместе рассмотрите флипчарт. Обсудите следующее:

- помещение для проведения тренингов с детьми и встреч с родителями;
- время проведения тренингов и встречи (даты и время);
- список приглашенных детей;
- количество детей;
- имена инструкторов и других взрослых, присутствующих на тренингах;
- контактное лицо группы родителей и опекунов.

6. Ответьте на возникшие у участников вопросы.

### **1.4. Разрешения на участие 10 минут**

**- Родители и опекуны должны подписать разрешения на участие их детей в программе психологической реабилитации.**

**- Бланки разрешений (см. образцы в Приложении 2), ручки.**

**Разрешение родителей необходимо получить в соответствии с местной практикой (см. «Этические подходы к сбору информации у детей и подростков в международной обстановке: руководство и ресурсы», 2005, стр. 41). Руководство в данном пособии является обобщенным, и его необходимо адаптировать в соответствии с требованиями вашей организации и ожиданиями данного общества.**

**Если кто-либо из участников не может читать или писать, помогите им заполнить бланк и попросите поставить какой-нибудь значок вместо подписи. Отметьте на бланке, что вы помогли участнику заполнить его.**

**Если кто-либо из родителей или опекунов не хочет подписывать разрешение и отказывается позволить своему ребенку участвовать в тренингах, обсудите это с ними один на один после окончания встречи. Ни в коем случае не стоит обсуждать это при всей группе.**

**Убедитесь, что все родители и опекуны получили необходимую информацию, чтобы принять верное решение на благо своей семьи. Постарайтесь помочь им устранить какие-либо препятствия, которые мешают им дать согласие на участие ребенка в тренингах.**

1. Объясните родителям и опекунам, что вы хотите попросить их разрешения на участие их детей в тренингах. Им также следует дать согласие на собственное участие. Раздайте бланки разрешения и ручки всем представителям каждой отдельной семьи в группе.

2. Пройдитесь по всем пунктам бланка, разъясняя участникам каждую фразу. Удостоверьтесь, что они имеют право на выдачу такого разрешения и являются законными опекунами ребенка.

3. Объясните участникам, что если детей будут снимать на фото или видео, эти материалы будут использованы в следующих целях:

- для информирования о благополучии и защите детей;
- во время обучения инструкторов и координаторов;
- в организационных отчетностях;
- для распространения информации о тренингах среди других детей.

4. Объясните, что если ребенок заболит или поранится, будут сразу же предприняты все меры, чтобы связаться с родителем или опекуном. Однако если связаться с ними не удастся, в таком случае вы просите разрешения предоставить ребенку немедленную медицинскую помощь, если это необходимо.

5. Ответьте на вопросы. Попросите участников заполнить бланк разрешения.

6. Когда все бланки будут заполнены и подписаны, соберите их и храните в безопасном месте, поскольку они содержат персональные данные.

7. Объясните участникам, что вы также спросите согласия детей на участие в тренингах. Если кто-либо из детей не захочет участвовать, их не будут к этому принуждать.

### **1.5. Вопросы и ответы                      30 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 104.**

### **1.6. Итоги и песня                      5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 104.**

**Встреча 2А с родителями и опекунами**

**Цель встречи:** информировать родителей о психосоциальном благополучии, правах и обязанностях детей.

**Цель заданий:**

- информировать родителей о потребностях детей для здорового роста и развития – социального, эмоционального, физического и интеллектуального;
- информировать родителей и помочь им понять о правах и обязанностях детей.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
2А.1. Приветствие и обновленная информация о тренингах с детьми		15 минут
2А.2. Что нужно детям?	Листы для флипчарта и маркер.	25 минут
2А.3. Права и обязанности детей	Пространство, флипчарт и маркер, бумага, ручки, копии текста Конвенции ООН по правам детей, который можно взять в папке «Рабочие материалы» на USB-флешке.	45 минут
2А.4. Вопросы и ответы	Пространство.	30 минут
2А.5. Итоги и песня		5 минут

## **2А.1. Приветствие и обновленная информация о тренингах с детьми 15 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 104.

Представьте цель сегодняшней встречи:

*Сегодня мы проведем вместе еще два часа. Мы обсудим все, что необходимо детям для здорового роста. Мы также поговорим о правах и обязанностях детей.*

## **2А.2. Что нужно детям? 25 минут**

**- Информировать родителей о потребностях детей для здорового роста и развития – социального, эмоционального, физического и интеллектуального.**

**- Листы для флипчарта и маркер.**

**При подготовке к этому заданию нарисуйте простенькую картинку с маленьким ребенком или младенцем на одном из листов для флипчарта. Оставьте вокруг рисунка место, чтобы можно было написать там ключевые слова.**

1. Попросите участников взглянуть на картинку с ребенком, которую вы нарисовали.

2. Скажите следующее:

*Все мы знаем, что детям необходима забота, и если вы будете хорошенько о них заботиться, они вырастут сильными. Наши дети – это следующее поколение человечества, и им приходится расти в окружении множества проблем и помогать обществу, в котором они живут.*

*Сейчас мы рассмотрим, что же необходимо ребенку, чтобы вырасти сильным.*

3. Попросите участников назвать все, что необходимо детям для роста. Отмечайте все идеи, поступившие от группы, например, так: «Да, детям нужна еда», и пишите на рисунке «еда».

4. Убедитесь, что среди потребностей упомянуто следующее:

- физические потребности (еда, убежище);
- интеллектуальные (образование);
- эмоциональные (любовь);
- социальные (чувство принадлежности, поддержка от других).

**Адаптировано по материалам Региональной инициативы по психосоциальной поддержке (REPSSI) (2004): «Жизненный путь».**

### 2А.3. Права и обязанности детей

45 минут

- Информировать родителей о правах и обязанностях детей;

- Пространство, флипчарт и маркер, бумага, ручки, копии текста Конвенции ООН по правам ребенка, который можно найти в папке «Рабочие материалы» на USB-флешке.

Для этого задания необходимо как следует подготовиться для ответов на вопросы и обсуждения Конвенции по правам ребенка.

Обсуждение прав может быть очень деликатной темой, особенно если вы работаете в обстановке, в которой многие права не реализуются. Очень важно проводить это обсуждение в объективной и позитивной манере. Родители или опекуны *ни в коем случае* не должны чувствовать себя виноватыми в том, что права их детей не соблюдаются. Задание направлено не на это, а на информирование о правах детей, а также об обязанностях взрослых и детей при защите данных прав.

1. Разделите участников на три группы. Дайте каждой группе листы бумаги и ручки, чтобы они могли записывать свои оценки и комментарии.
2. Раздайте копии текста Конвенции ООН по правам ребенка – отдельную копию каждому участнику, если это возможно. Если копий недостаточно, раздайте некоторое количество копий каждой группе, чтобы участники могли делиться друг с другом.
3. Объясните участникам следующее:

*В 1945 году была создана Организация Объединенных Наций. Конвенция по правам ребенка была утверждена в 1989 году и стала действовать с 1990 года. Все страны мира, кроме двух, подписали ее. У этой Конвенции есть четыре основных принципа. Это права (запишите на флипчарте):*

1. *На выживание и развитие (например, забота и образование).*
2. *На неприменение к себе дискриминации (по расовому, половому признаку, из-за инвалидности и т.д.).*
3. *На защиту интересов ребенка (следует учитывать перспективы детей при планировании каких-либо действий).*
4. *На участие (следует учитывать мнение детей).*

4. Продолжайте объяснения:

*Все дети имеют определенные права.*

*Взрослые, участвующие в жизни детей, отвечают за реализацию прав детей. Это касается родителей и опекунов, а также всех взрослых, обладающих определенными полномочиями и могущих повлиять на реализацию этих прав.*

*У детей также есть определенные обязанности при реализации их прав.*

5. Приведите следующий пример, чтобы проиллюстрировать это мнение:

*Право на образование.*

*Правительство несет ответственность за предоставление образования всем детям.*



*Родители и опекуны обязаны дать детям возможность ходить в школу, если им предоставляется образование.*

*Дети обязаны ходить в школу и делать домашнее задание, если им обеспечили возможность ходить в школу.*

6. Теперь попросите участников просмотреть текст Конвенции по правам ребенка и обсудить в группах следующие вопросы. Когда они закончат, попросите их прокомментировать обсуждение.

*Какие из прав наших детей реализуются в нашем обществе?*

*Какова наша роль как родителей и опекунов в реализации и защите таких прав?*

*Какие обязанности есть у детей при реализации их прав?*

7. Дайте группам 10-15 минут на обсуждение, а затем попросите их прокомментировать обсуждение для общей группы.

8. Поблагодарите участников за работу и завершите задание.

**Адаптировано по материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».**

#### **2А.4. Вопросы и ответы** **30 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 104.**

#### **2А.5. Итоги и песня** **5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 104.**

**Встреча 2Б с родителями и опекунами**

**Цель встречи:** рассказать о психосоциальном благополучии детей и их потребностях для здорового роста.

**Цели заданий:**

- рассказать о потребностях детей для здорового роста и развития – социального, эмоционального, физического и интеллектуального;
- обсудить, каким образом родители или опекуны и сами дети могут помочь поддержать здоровье и силу детей.

<b>Задания</b>	<b>Ресурсы</b>	<b>Время</b>
2Б.1. Приветствие и обновленная информация о тренингах с детьми		15 минут
2Б.2. Что нужно детям?	Листы для флипчарта и маркер.	25 минут
2Б.3. Как помочь детям сохранить здоровье и силу	Пространство, флипчарт и маркер, бумага, ручки.	45 минут
2Б.4. Вопросы и ответы	Пространство.	30 минут
2Б.5. Итоги и песня		5 минут

## **2Б.1. Приветствие и обновленная информация о тренингах с детьми 15 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 104.

Представьте цель сегодняшней встречи:

*Сегодня мы проведем вместе еще два часа. Мы обсудим все, что необходимо детям для здорового роста. Мы также поговорим об участии родителей, опекунов, общества и самих детей в поддержании здоровья и силы детей.*

## **2Б.2. Что нужно детям? 25 минут**

- Рассказать родителям о потребностях детей для здорового роста и развития – социального, эмоционального, физического и интеллектуального.

- Листы для флипчарта и маркер.

**При подготовке к этому заданию нарисуйте простенькую картинку с маленьким ребенком или младенцем на одном из листов для флипчарта. Оставьте вокруг рисунка место, чтобы можно было написать там ключевые слова.**

1. Попросите участников взглянуть на картинку с ребенком, которую вы нарисовали.

2. Скажите следующее:

*Все мы знаем, что детям необходима забота, и если вы будете хорошенько о них заботиться, они вырастут сильными. Наши дети – это следующее поколение человечества, и им приходится расти в окружении множества проблем и помогать обществу, в котором они живут.*

*Сейчас мы рассмотрим, что же необходимо ребенку, чтобы вырасти сильным.*

3. Попросите участников назвать все, что необходимо детям для роста. Отмечайте все идеи, поступившие от группы, например, так: «Да, детям нужна еда», и пишите на рисунке «еда».

4. Убедитесь, что среди потребностей упомянуто следующее:

- физические потребности (еда, убежище);
- интеллектуальные (образование);
- эмоциональные (любовь);
- социальные (чувство принадлежности, поддержка от других).

**Адаптировано по материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».**

### **2Б.3. Как помочь детям сохранить здоровье и силу 45 минут**

**- Обсудить, как родители, опекуны и сами дети могут способствовать поддержанию здоровья и силы детей.**

**- Пространство, флипчарт и маркер, бумага, ручки.**

1. Разделите участников на три группы. Раздайте каждой группе бумагу и ручки, чтобы они могли записывать свои оценки и комментарии.

2. Попросите группы обсудить потребности детей, определенные в предыдущем задании, и ответить на три нижеследующих вопроса, на каждый по отдельности. Дайте группам примерно 10 минут на каждый вопрос, а затем попросите их прокомментировать общей группе свои ответы, прежде чем переходить к следующему вопросу (примеры ответов приводятся после каждого вопроса).

*А. Как родители и опекуны могут помочь в обеспечении потребностей детей?*

**Пример ответа:** Они могут обеспечить своим детям здоровую пищу каждый день.

*Б. Как общество может помочь в обеспечении потребностей детей? Что можно улучшить в данном обществе, чтобы повысить качество жизни детей?*

**Пример ответа:** Общество и наш район должны быть безопасным местом для детей. В нашем районе есть некоторые темные места, небезопасные для детей, особенно ночью. Установление освещения в этих местах может повысить уровень безопасности для наших детей.

*В. Что могут сделать сами дети, чтобы оставаться здоровыми и сильными?*

**Пример ответа:** Дети должны научиться принимать ответственность за свои действия и выбор. Например, в случае обеспечения базовых потребностей детей в отношении здоровья дети должны принимать верные решения, чтобы оставаться здоровыми. Например, им не следует курить или пробовать наркотики.

3. Когда все три группы ответят на вопросы, резюмируйте дискуссию и скажите, что все мы играем определенную роль в том, чтобы поддерживать здоровье и силу наших детей.

4. Скажите родителям и опекунам, что вы также будете обсуждать эти вопросы с детьми во время тренингов.

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

**2Б.4. Вопросы и ответы**

**30 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 104.**

**2Б.5. Итоги и песня**

**5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 104.**

Объясните участникам следующее:

*Сегодня мы обсудили потребности детей для здорового роста. Мы также говорили о том, что мы, родители и опекуны, можем сделать, чтобы помочь нашим детям оставаться здоровыми и сильными. А еще мы говорили о том, что могут сделать сами дети, чтобы сохранить свое здоровье и силу.*

*В следующий раз мы рассмотрим проблемы, с которыми дети сталкиваются в нашем обществе, и все то, чем мы, взрослые, можем им помочь.*

### Встреча 3 с родителями и опекунами

**Цель встречи:** повысить уровень коллективной осведомленности и поощрить дискуссию о проблемах, с которыми дети сталкиваются в данном обществе (или районе).

**Цели заданий:**

- определить проблемы, с которыми дети сталкиваются в данном обществе;
- продемонстрировать, как многочисленные проблемы в жизни ребенка могут угнетать его и мешать его позитивному и здоровому развитию;
- помочь участникам понять реакцию детей на проблемы и вызвать дискуссию о том, чем и как можно помочь детям.

Задания	Ресурсы	Время
3.1. Приветствие		5 минут
3.2. Проблемы детей	Флипчарт и маркер.	15 минут
3.3. Тяжесть проблем	Крепкий мешок/сумка или корзина. Несколько тяжелых камней, которые представляют проблемы детей, определенные в предыдущем задании.	20 минут
3.4. Реакция детей на проблемы	Пространство для групповой работы, бумага и ручки.	45 минут
3.5. Вопросы и ответы	Пространство.	30 минут
3.6. Итоги и песня		5 минут

### **3.1. Приветствие** **5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 104.

Представьте цель сегодняшней встречи:

*Сегодня мы проведем вместе еще два часа. Мы поразмышляем о проблемах, с которыми сегодня приходится сталкиваться нашим детям, а также поговорим об их реакции на эти проблемы и о том, чем и как мы можем помочь им справиться с этими проблемами.*

### **3.2. Проблемы детей** **15 минут**

**- Определить проблемы, с которыми дети сталкиваются в данном обществе.**

**- Флипчарт и маркер.**

1. Начните с напоминания участникам о задании, которое они выполняли на прошлой встрече:

*В прошлый раз мы говорили о том, что необходимо детям для здорового роста. Однако в процессе взросления все дети сталкиваются с различными проблемами. Сегодня мы поговорим о конкретных проблемах детей в нашем обществе. Какие проблемы своих детей вы знаете?*

2. Записывайте ответы на флипчарте.

3. Теперь спросите участников, считают ли они, что дети могут решить эти проблемы самостоятельно. Приведите некоторые примеры проблем, которые дети могут решить сами, и те, которые не могут. Рассмотрите все эти проблемы по очереди и отметьте на флипчарте те, которые дети могут решить, и те, которые не могут.

*Адаптировано по материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».*

### **3.3. Тяжесть проблем** **20 минут**

**- Продемонстрировать, как многочисленные проблемы в жизни ребенка могут угнетать его и мешать его позитивному и здоровому развитию.**

**- Крепкий мешок/сумка или корзина. Несколько тяжелых камней, представляющих проблемы детей, определенных в предыдущем упражнении.**

**Здесь вы можете либо провести задание 3.3, либо продолжить дискуссию из задания 3.2, если это более приемлемо.**

1. Попросите участников встать в круг. Попросите добровольца повесить сумку или корзину себе на спину. Этот человек будет олицетворять ребенка в данном обществе.

2. Теперь объясните, что каждый камень, лежащий перед вами, представляет одну из проблем, с которыми дети сталкиваются в данном обществе.

3. Раздайте камни разным участникам. Передавая камень, называйте проблему, которую он представляет. Например:

*Этот камень представляет голод, который испытывают некоторые дети в нашем обществе.*

4. Теперь попросите добровольца с пустым мешком на спине подпрыгнуть как можно выше. Отметьте, насколько силен «ребенок».

5. Теперь попросите участников положить свои камни по одному в мешок «ребенка», называя при этом каждый свою проблему.

Например, первый участник кладет камень в мешок и говорит: «У этого ребенка нет доступа к образованию».

6. Когда все участники положат камни в мешок, попросите «ребенка» снова подпрыгнуть.

7. Спросите участников, почему «ребенку» теперь трудно прыгать.

8. Отметьте, что даже сильный ребенок при столкновении с проблемами будет испытывать трудности с их решением, особенно если на него наваливаются несколько разных проблем одновременно.

9. Попросите участников показать, как они могут помочь ребенку, и обсудите способы, которыми взрослые могут помочь детям в своем районе. Если участники не могут додуматься до этого сами, покажите им, что вес мешка уменьшится, если поднять мешок вместо ребенка или вытащить несколько камней.

10. Когда участники называют способы оказания помощи ребенку, попросите их вынимать по одному камню на каждый способ оказания помощи.

11. Завершите задание и скажите следующее:

*Когда ноша ребенка становится слишком тяжелой, и его жизнь наполняется слишком большим количеством проблем одновременно, он уже не может нормально развиваться и расти здоровым. В такие моменты ему требуется помощь других людей, чтобы он снова мог встать на путь позитивного развития.*

**По материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».**

### **3.4. Реакция детей на проблемы**

**45 минут**

**- Помочь участникам понять реакцию детей на проблемы и вызвать дискуссию о том, чем и как можно помочь детям.**

**- Пространство для групповой работы, бумага и ручки.**

1. Начните задание со следующих слов:

*Когда у детей появляются проблемы, они часто реагируют поведением, которое может беспокоить окружающих. Нам необходимо сразу идентифицировать детей, которые борются с проблемами, понять их реакцию и предоставить им необходимую поддержку.*



2. Разделите участников на три группы и попросите их обсудить следующие вопросы (примерно 5 минут на первый вопрос и 10 минут на второй). Дайте каждой группе бумагу и ручки, чтобы они могли записывать свои комментарии.

а. Есть ли в вашем районе конкретные группы детей, у которых проблем больше, чем у остальных? **Например:** беспризорники, живущие на улице; дети, подвергшиеся дискриминации; дети, живущие в крайней нищете; дети, потерявшие родителей или других членов семьи и т.д.

б. Как себя ведут проблемные дети, какие чувства они проявляют в своем поведении? Например:

в. Дети агрессивны. Агрессивное поведение – признак страха, разочарования и грусти.

г. Дети все время цепляются за опекунов. Это признак неуверенности и страха.

д. Некоторые дети ведут себя отчужденно и не хотят играть с другими. Это может быть признаком грусти, неуверенности и страха.

Через 15 минут попросите каждую группу зачитать ответ на первый вопрос, а затем так же последовательно ответить на второй.

3. Запишите ответы на двух листах флипчарта: один лист с заголовком «дети с проблемами», другой – «обычное поведение и чувства».

4. Объясните участникам следующее:

*Дети с проблемами могут реагировать по-разному в зависимости от характера и внутренней силы, а также окружающей их обстановки. Помимо этого, они учатся реагировать на трудные ситуации, наблюдая за сверстниками, родителями и опекунами.*

Например, если опекуны ребенка сами выказывают страх и беспокойство, ребенок будет демонстрировать то же поведение. Если же сверстники и семья ребенка излучают ощущение безопасности, комфорта и счастья, ребенок тоже будет счастливым.

Необходимо понять, что дети, как и взрослые, реагируют на свое окружение. Это значит, что если ребенок демонстрирует проблемное поведение, его следует не наказывать, а разобраться с проблемами, беспокоящими ребенка. Родители и опекуны должны понимать реакцию и чувства ребенка, поддерживать его, чтобы он сумел справиться с проблемами.

5. Попросите участников вернуться в свои три группы и выбрать одну общую проблему из списков «дети с проблемами» и «общее поведение и чувства». Группам следует выбрать три разные проблемы, чтобы не пересекаться в обсуждениях.

Например:

Группа 1 выбирает детей, ставших свидетелями насилия и испытывающих ночные кошмары и страх.

Группа 2 выбирает бездомных детей, демонстрирующих агрессивное поведение и разочарование в жизни.

Группа 3 выбирает детей, потерявших родителей и демонстрирующих отчужденность и грусть.

6. Теперь дайте группам 10 минут на обсуждение следующего вопроса относительно выбранных ими ситуаций:

*Как мы, родители и опекуны, можем поддержать детей с этими проблемами?*

7. Через 10 минут попросите каждую группу представить свои ответы остальным.

8. В Приложении 3 на USB-флешке есть подсказки для помощи детям со следующими поведенческими реакциями:

1. Хождение «хвостиком» за взрослыми.
2. Проблемы со сном.
3. Страшные сны.
4. Ночные страхи.
5. Ночное недержание.
6. Воспоминания о плохих событиях.
7. Агрессия.
8. Депрессия.

Используйте эту информацию, если она соответствует примерам, приведенным в этом задании. Не стоит обсуждать различные виды поведенческой реакции детей и все приведенные подсказки, это может запутать участников.

9. Резюмируйте следующими словами:

*Чаще всего мы можем понять по поведению ребенка, что у него возникли проблемы. Если мы исследуем причины поведения и попытаемся понять чувства и реакции ребенка, мы уже встали на путь помощи такому ребенку. Большинству детей можно помочь справиться с проблемами при поддержке родителей и опекунов.*

10. Подчеркните важность понимания того, что дети, демонстрирующие проблемное или негативное поведение, делают это не потому, что они плохие, а потому, что таким образом они показывают нам, что им плохо, и им нужна помощь.

### **3.5. Вопросы и ответы                      30 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 104.**

### **3.6. Итоги и песня                      5 минут**

**Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 104.**

Скажите следующее:

*Сегодня мы рассмотрели виды проблем, с которыми сталкиваются дети в нашем обществе. Мы также обсудили реакцию детей на проблемы и различные способы оказания им помощи и поддержки, чтобы они могли стать сильнее и справиться с проблемами.*

*В следующий раз мы продолжим говорить о том, как мы можем помочь детям, как защитить их от опасности и подстегнуть их, чтобы они принимали верные решения.*

### Встреча 4 с родителями и опекунами

**Цель встречи:** повысить уровень осведомленности и поощрить меры по улучшению механизмов защиты детей в данном обществе.

**Цель заданий:**

- стимулировать дискуссию об опасностях, подстерегающих детей в данном обществе или районе;
- обсудить, что означает сильный ребенок и как научить детей быть сильными;
- показать, как различные круги поддержки помогают защитить детей;
- поощрить дискуссию о том, что семьи и сообщества могут предпринять для усиления защиты детей.

Задания	Ресурсы	Время
4.1. Приветствие		5 минут
4.2. Опасность в нашем районе	Пространство для групповой работы участников и большого круга. Листы для флипчарта и маркеры	25 минут
4.3. Как сделать детей сильными	Список опасностей из предыдущего задания. Чистые листы для флипчарта и маркеры.	20 минут
4.4. Круги поддержки	Пространство для большого круга с маленьким кругом внутри него.	15 минут
4.5 Защита наших детей	Бумага и ручки.	15 минут
4.6. Вопросы и ответы	Пространство.	30 минут
4.7. Итоги и песня		5 минут

#### 4.1. Приветствие 5 минут

Для инструкций по этому заданию см. Схему 1 на странице 104.

Представьте цель сегодняшней встречи:

*Сегодня мы проведем вместе еще два часа. Мы рассмотрим способы оказания помощи нашим детям, чтобы они стали достаточно сильными и могли справиться с проблемами. Мы также рассмотрим уровни своей ответственности и меры, которые мы можем принять для защиты наших детей.*

#### 4.2. Опасность в нашем районе 25 минут

- Стимулировать дискуссию об опасностях, подстерегающих детей в данном районе.

- Пространство для групповой работы участников и большого круга. Листы для флипчарта и маркеры.

1. Начните задание со следующих слов:

*В прошлый раз мы обсуждали некоторые проблемы, с которыми сталкиваются дети в нашем обществе, реакцию, которую дети демонстрируют на такие проблемы, и способы оказания им помощи. Сейчас мы рассмотрим виды опасностей, представленных в нашем районе, места, где детей может подстеречь опасность, и способы их защиты.*

*Дети постоянно подвергаются риску по всему миру. Будучи взрослыми, мы обязаны защитить наших детей и научить их, как принимать верные решения, чтобы они оставались в безопасности. Однако бывают моменты, когда наши дети находятся в зоне повышенного риска.*

2. Разделите участников на 3 группы и дайте им 15 минут, чтобы обсудить следующий вопрос. Раздайте им бумагу и ручки, чтобы они могли вести записи и потом отчитаться перед общей группой.

*А. Чем рискуют наши дети? Какие опасности подстерегают их в нашем районе?*

**Например:** насилие, эксплуатация, наркотики или спиртное, кража детей и т.д.

*Б. Есть ли у нас дети, рискующие больше, чем остальные? Кто они?*

**Например:** дети, живущие в крайней нищете, беспризорники, сироты, дети, живущие без родителей, дети-инвалиды и т.д.

3. Через 15 минут попросите группы отчитаться перед всеми. Записывайте их ответы на флипчарте.

4. Убедитесь, что в список опасностей включено насилие. Подчеркните, что существуют различные виды насилия, и все они очень вредны для ребенка:

- сексуальное насилие;
- физическое насилие;
- словесное насилие;
- эмоциональное насилие;
- пренебрежение;

5. Объясните, что в некоторых странах физические побои или эмоциональное насилие со стороны родителей или опекунов являются обычным наказанием для детей. Попросите участников поразмышлять над тем, почему это вредно для ребенка.

6. Попросите участников привести другие примеры, как они могут помочь детям осознать, что они допустили ошибку, вместо того чтобы причинять им физическую или эмоциональную боль.

7. Завершите задание следующим резюме:

*Информация, которой вы только что поделились с нами, четко показывает, что дети в нашем обществе подвергаются опасности. Это обыденное явление – любая окружающая среда подвергает детей возможной опасности. Наша задача как родителей и опекунов – научить детей распознавать эти опасности и сделать все, что в наших силах, чтобы защитить их.*

**Адаптировано по материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».**

### **4.3. Как сделать детей сильными 20 минут**

**- Обсудить, что означает сильный ребенок и как научить детей быть сильными.**

**- Список опасностей из предыдущего задания. Чистые листы для флипчарта и маркеры.**

1. Рассмотрите флипчарт со списком опасностей с прошлого задания. Спросите участников, которые из этих опасностей можно избежать, если научить детей принимать верные решения. Обведите их кружком в вашем списке.

Например: наркотики, преступность, проституция и т.д.

2. Объясните участникам следующее:

*Ребенок, умеющий принимать решения – это ребенок, обладающий внутренней силой и поддержкой своего окружения.*

3. Попросите участников назвать характеристики сильного ребенка в своем обществе. Запишите ответы на флипчарте. Убедитесь, что в списке есть следующее:

- может попросить о помощи;
- ко всему относится позитивно и надеется на будущее;
- может ставить себе цели;
- прилагает усилия, выполняя какую-то работу;
- хорошо играет с другими детьми;
- заботится о своем теле;
- может справиться с проблемами и разочарованием;
- берет на себя ответственность и безразличен к братьям/сестрам и другим членам семьи.

4. Теперь скажите следующее:

*Мы можем помочь укрепить способность ребенка решать проблемы. Мы можем помочь детям оставаться сильными пред лицом проблем или, что еще лучше, дать им силу еще до встречи с проблемами.*

5. Теперь попросите участников обсудить с тем, кто сидит рядом, как мы (семьи и сообщества) можем помочь детям оставаться сильными.

Через несколько минут попросите их поделиться соображениями со всей группой.

Вот несколько примеров:

- обеспечить заботливую обстановку: подарить детям любовь, принятие и руководство;
- дать детям чувство принадлежности;
- поощрять взаимное уважение между детьми и взрослыми;
- дать детям возможность высказываться в семьях и сообществах;
- подчеркнуть важность совместной работы;
- поддержать развитие всеобщих ценностей и убеждений;
- равноценно относиться к развитию мальчиков и девочек.

По материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».

#### 4.4. Круги поддержки 15 минут

- **Показать, как различные круги поддержки могут помочь защитить детей.**
- **Пространство для большого круга с маленьким кругом внутри него.**

1. Попросите участников встать в круг, а затем пригласите добровольца встать в центре. Этот доброволец олицетворяет ребенка, потерявшего мать, в нашем обществе.

2. Теперь попросите восьмерых добровольцев встать вокруг «ребенка» и объясните им, что они представляют разных взрослых людей в жизни ребенка, защищающих его от опасностей. Например, это могут быть священник, учитель, няня ребенка и т.д.

3. Пусть они встанут вокруг ребенка и возьмутся за руки. Объясните, что теперь они являются **Кругом поддержки** для ребенка и защищают его от опасностей, лежащих за пределами круга.

4. Попросите «ребенка» попытаться освободиться из Круга поддержки. Взрослые должны удостовериться, что ребенок не может выйти в опасную зону.

**В следующей части задания история меняется. Представьте участникам ситуацию, выберите что-нибудь, часто происходящее в данном обществе. Пример, приведенный ниже, касается ранней беременности юной девушки. Этот пример подходит, если доброволец в центре круга – женщина. Если это мужчина, можно применить пример молодого парня, сделавшего девушке ребенка и отказавшегося от ответственности за содеянное.**

Еще примеры, в которых дети могут утратить социальную и эмоциональную поддержку и защиту:

- а. Ребенок, узнавший, что у него ВИЧ;
- б. Ребенок, совершивший преступление;
- в. Ребенок, которого застали за употреблением наркотиков.

5. Через несколько минут остановите игру и объясните, что ситуация изменилась.

*Девушка забеременела. Священник отказывается поддержать ее, поскольку считает, что она грешница. (Здесь вы просите «священника» выйти из круга.) Учитель не хочет, чтобы в его классе была беременная девушка, поэтому он также отказывается помочь. (Попросите «учителя» выйти из круга.) Еще один из взрослых считает, что девушка вела себя безответственно, переспав с кем-то в таком юном возрасте, и также отказывается поддержать ее. (Попросите еще одного человека покинуть круг.)*

6. Оставьте разрывы в кругу открытыми. Скажите участникам, что они не могут повторно взяться за руки и сформировать меньший круг. Им нельзя держаться за руки или прикасаться друг к другу, но они должны попытаться защитить ребенка и не дать ему выйти из круга.

7. Теперь попросите ребенка вырваться из круга.

8. Обычно ребенку удается вырваться из круга и выйти в опасную зону.

9. Используйте это упражнение, чтобы показать, что в случае ослабления, отсутствия или враждебности системы поддержки ребенок может оказаться в опасности – он может принять неверное решение или станет слишком уязвим перед опасностями в данном обществе.

**Адаптировано по материалам REPSSI (2004): «Жизненный путь».**

#### **4.5. Как защитить наших детей                    15 минут**

**- Поощрить дискуссию о том, что семьи и сообщества могут сделать для усиления защиты детей дома.**

**- Бумага и ручки.**

1. Начните с результатов предыдущего задания:

*Несмотря на то, что некоторые сообщества кажутся безопасными для наших детей, всегда существуют какие-либо риски. В этом последнем задании мы рассмотрим варианты, как мы можем усилить защиту наших детей дома и на улице.*

2. Попросите участников разбиться на три группы и дайте каждой группе свой вопрос для работы:

- а. Что можно изменить или улучшить в **нашем районе**, чтобы защитить детей от опасностей?
- б. Что можно изменить или улучшить в **наших школах**, чтобы защитить детей от опасностей?
- в. Что можно изменить или улучшить в **наших домах**, чтобы защитить детей от опасностей?

3. Дайте группам примерно 10 минут для обсуждения, а затем попросите их поделиться соображениями с общей группой. Дайте каждой группе бумагу и ручки, чтобы они могли делать записи.

4. Когда все ответят, завершите задание следующим резюме:

*Мы увидели, что существует множество различных способов, как улучшить и обезопасить окружение детей. Вы вполне можете изменить ситуацию либо самостоятельно, либо в группе.*

**Если появится возможность, предложите участникам еще раз встретиться группой и обсудить варианты, как усилить защиту детей в своем районе.**

**Разработано специально для данного сборника пособий.**

#### **4.6. Вопросы и ответы                      30 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 2 на странице 104.

#### **4.7. Итоги и песня                              5 минут**

Для инструкций по этому заданию см. Схему 3 на странице 104.

Объясните участникам следующее:

*Сегодня мы рассмотрели опасности, с которыми наши дети могут столкнуться в нашем обществе. Мы также рассмотрели характеристики сильного ребенка и меры, которые мы можем принять, чтобы помочь нашим детям стать сильнее. Укрепление духа наших детей – очень хороший способ защиты от опасности. Мы также обсудили важность кругов поддержки для заботы и защиты наших детей, и поговорили о том, что мы можем сделать самостоятельно и в группе, чтобы улучшить систему защиты для наших детей.*

*Сегодня мы встречаемся в последний раз в рамках данного курса занятий. Надеюсь, мы все получили богатый опыт в нашей совместной работе и размышлениях над темами, которые очень важны для благополучия наших детей.*



## ПРИЛОЖЕНИЯ

## **Содержание**

### **Приложения**

Приложение 1: Информационный листок для родителей и опекунов (образец заполненной версии).

Приложение 1: Информационный листок для родителей и опекунов.

Приложение 2. Бланк разрешения родителей и опекунов на участие детей в программе психологической реабилитации.

### **Организации**

### **Литература**

### **Дополнительная информация**



## Информационный листок для родителей и опекунов

### Программа психологической реабилитации детей

Целью программы является оказание помощи детям, чтобы они почувствовали себя сильнее и смогли справиться с проблемами в своей повседневной жизни.

#### Информация о программе:

Программа состоит из \_\_\_\_\_ тренингов для детей и \_\_\_\_\_ встреч с родителями и опекунами. Все тренинги длятся полтора часа.

#### Участники:

Приглашенные для участия дети \_\_\_\_\_

Тренинги посетят \_\_\_\_\_ детей.

#### Место проведения:

Тренинги для детей и встречи с родителями будут проводиться в \_\_\_\_\_.

#### Время:

Тренинги для детей – \_\_\_\_\_.

Встречи с родителями проводятся:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

#### Инструкторы:

Инструкторы, проводящие тренинг – \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.

**Другие взрослые, присутствующие на тренингах или регулярно посещающие тренинги:**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Кому можно позвонить, если у меня возникнут вопросы:

Инструктор: \_\_\_\_\_ тел. \_\_\_\_\_

Менеджер программы: \_\_\_\_\_ тел. \_\_\_\_\_

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Бланк разрешения родителей и опекунов на участие детей в программе психологической реабилитации

Я, \_\_\_\_\_, подтверждаю, что я законный опекун  
(ФИО родителя или опекуна)

\_\_\_\_\_  
(ФИО ребенка)

#### Отметьте соответствующий пункт:

Я получил(а) всю необходимую информацию о программе психологической реабилитации детей.                    ДА                     НЕТ

У меня была возможность обдумать полученную информацию и задать вопросы о программе.                    ДА                     НЕТ

Я соглашаюсь на свое участие и участие моего ребенка в программе психологической реабилитации.                    ДА                     НЕТ

Я соглашаюсь посещать встречи для родителей и опекунов, если у меня будет такая возможность.                    ДА                     НЕТ

Я осознаю, что мое участие и участие моего ребенка является добровольным.                    ДА                     НЕТ

Я осознаю, что во время программы будет проводиться сбор персональных данных для дальнейшего мониторинга. Сбор проводится анонимно.                    ДА                     НЕТ

Я даю разрешение на фотосъемку моего ребенка во время тренингов.                    ДА                     НЕТ

Я даю разрешение на видеосъемку моего ребенка во время тренингов.                    ДА                     НЕТ

Я даю разрешение на оказание моему ребенку неотложной медицинской помощи, если ребенок заболеет или поранится в присутствии инструкторов тренинга.                    ДА                     НЕТ

\_\_\_\_\_  
Подпись

\_\_\_\_\_  
Дата

Контактная информация (телефон и/или адрес): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Организации

Все задания, использованные в этом пособии, основываются на практике целого ряда организаций с мировым опытом повышения качества жизни детей. Сердечно благодарим все организации, так щедро предоставившие нам свои руководства и материалы:

Инициатива по правам детей (Action for the Rights of Children)

Международная ассоциация волонтеров (Association of Volunteers in International Service)

Инициатива «Пора нарушить молчание» (Breaking the Silence), Бангладеш

Канадское международное агентство по развитию (Canadian International Development Agency)

Инициатива «Католики против СПИДа», Намибия (Catholic Aids Action Namibia)

Фонд «Дети и война» (Children and War Foundation)

Международная федерация организаций Красного креста и Красного полумесяца:

*Красный крест в Америке, Красный крест в Канаде, Красный крест в Дании, Красный крест на Гаити, Красный крест в Индонезии, Красный полумесяц в Иране и Красный полумесяц в Пакистане.*

Международный альянс по ВИЧ/СПИД (International HIV/AIDS Alliance)

Национальная ассоциация по охране детства (National Association of Child Care Workers), Южная Африка

Региональная инициатива по психосоциальной поддержке (Regional Psychosocial Support Initiative), Южная Африка, особенно авторы д-р Джонатан Бракарш и Группа по информированию и вдохновению сообщества (СИТ)

Организация «Спасем детей» (Save the Children), представительства:

*Бангладеш, Дания, Гаити, Киргизстан, Ливия, Палестина (оккупированная палестинская территория), Сомали, Швеция.*

Организация «Terres des Hommes»

Фонд ООН помощи детям (UNICEF):

*UNICEF в Канаде, UNICEF в Доминиканской Республике*

Организация «Дети войны» в Голландии (War Child Holland)

Организация «World Vision»

Также хотим поблагодарить детей, их родителей и опекунов, инструкторов и персонал партнерских организаций «Спасем детей» на Гаити, в Ливии, Палестине (оккупированной палестинской территории) и Пунтленде, а также партнеров Международной федерации организаций Красного креста и Красного полумесяца на Гаити и в Пакистане, участвовавших в разработке пилотной программы.

Особая благодарность Абу Кокофеле (Abu Kokofele), Биргитте Мунк Эриксен (Birgitte Munck Eriksen), Даниэлю Уолдену (Daniel Walden), Эа Сюзанне Акаша (Ea Suzanne Akasha), Грете Торё (Grete Thorøe), Жинтанат Ананворанич (Jintanat Ananworanich), Джону К. Ланге (Jon K. Lange), Ларсу Стиллингу Неттебергу (Lars Stilling Netteberg), Ларсу Рёгилдсу (Lars Røgilds), Лене Карлссон (Lena Karlsson), Мие Мелин (Mie Melin), Минье Пойшель (Minja Peuschel), Патрику Куто (Patrick Couteau) и Полу Митчеллу (Paul Mitchell). Мы бесконечно благодарны им за вклад в развитие этих материалов.

## Литература

- Аластер Аджер, Бри Акессон, Линдси Старк, Ейрини Флури, Бракстон Окот, Фэйт Макколлистер и Нейл Бутби. *Влияние школьной программы психосоциальных инициатив (PSSA) на детей, пострадавших при конфликтах в Северной Уганде*. Журнал детской психологии и психиатрии, том 52:11, стр. 1124-1133. 2011 г.
- **Национальная организация Красного креста в Америке**. *Жизнь, потеря и горе как последствия трагедии. План урока 3: чувства и реакции*. 2007 г.
- **Организация Красного креста в Америке**. *Оперативное обучение преподавателей в зоне, пострадавшей от цунами. Руководство по обучению учителей оказанию психосоциальной поддержке в школе. Часть 1. Серия тренингов программы психосоциальной поддержки – Руководство № 6*. 2003 г.
- **Международная ассоциация волонтеров**. *Руководство для учителей*. Кампала, 2003 г.
- **Бостонский центр по психологии травм и «Спасем детей»**. *Базовое учебное руководство по Программе психосоциальной реабилитации на базе школы для детей и подростков, побывавших в тяжелых обстоятельствах*. 2003 г.
- **Организация «Пора нарушить молчание»**. *Занятия, переведенные в поле*. Бангладеш.
- **Канадское международное агентство по развитию**. *Виды дружбы: работа с детьми и подростками, пострадавшими от военных действий*. 2003 г.
- **Канадское международное агентство по развитию и UNICEF**. *Реализация прав детей. Шестой класс: языковое искусство и социальные исследования*. 2008 г.
- **Организация Красного креста в Канаде**. **Программа предотвращения насилия RespectEd**. *За пределами программы предотвращения угроз, насилия и преследования*. Канада, 2012 г.  
Для более подробной информации см. вебсайт [www.redcross.ca/respected](http://www.redcross.ca/respected)
- **Инициатива «Католики против СПИДа» в Намибии**. *Психологическая реабилитация детей, пострадавших от ВИЧ/СПИД*. 2003 г.
- **Фонд «Дети войны»**. *Учебное пособие «Дети войны»: дети и катаклизмы. Обучение технике психологического восстановления*. Обновленное издание. 2002 г.
- **Организация Красного креста в Дании**. *Руководство по проведению тренингов с детьми, пострадавшими от вооруженных конфликтов*. 2008 г.
- **Программа «Горизонты»/ Совет по семейному здоровью и консультациям для населения**. *Этические подходы к сбору информации о детях и подростках в международной обстановке: руководство и ресурсы*. Стр. 41, 2005 г.
- **Дж. Хаббард**. *Руководство по краткому этнографическому опросу: как распознать проблему или идею в местной перспективе*. 2012 г.  
Обновленная информация по этому материалу опубликована на сайте [www.cvt.org](http://www.cvt.org).

- **Межведомственная система образования в экстренных ситуациях.** *Минимальные стандарты образования: подготовка, реакция и восстановление.*
- **Межведомственная система образования в экстренных ситуациях.** *Минимальные стандарты образования в экстренных ситуациях, хронических кризисах и раннее восстановление.* 2004 г.
- **Межведомственная система образования в экстренных ситуациях, Глобальный образовательный кластер, Кластер по защите детей, Межведомственный постоянный комитет.** *Принципы создания безопасных мест для детей в чрезвычайных ситуациях.* Стр. 2, 2011 г.
- **Межведомственный постоянный комитет.** *Гендерное руководство Межведомственного постоянного комитета по гуманитарным инициативам.* 2006 г.
- **Межведомственный постоянный комитет.** *Руководство Межведомственного постоянного комитета по охране психического здоровья и психосоциальной поддержки в чрезвычайных ситуациях.* 2007 г.
- **Международная федерация организаций Красного креста и Красного полумесяца.** *Базовая программа психосоциальной поддержки Межведомственного постоянного комитета на 2005-2007 гг.*
- **Международная федерация организаций Красного креста и Красного полумесяца.** *Политика психологической поддержки Межведомственного постоянного комитета (принято на 7-й сессии Правления Международной федерации организаций Красного креста и Красного полумесяца).* Женева, май 2003 г.
- **Центр психосоциальной поддержки Международной федерации организаций Красного креста и Красного полумесяца.** *Психосоциальная интервенция. Руководство.* 2009 г.
- **Международный альянс по ВИЧ/СПИД.** *100 способов активизации групп: игры для тренингов и встреч.* 2003 г.
- **Организация Красного полумесяца в Иране и Международная федерация организаций Красного креста и Красного полумесяца.** *Другой взгляд.* Бам, 2004 г.
- **Марк Дж. Д. Джорданс, Иван Г. Компроу, Витсе А. Толл Брендон А. Корт, Нагендра П. Луител, Роберт Д. Мейси и Джуп Т.В.М. де Йонг.** *Оценка психосоциальной интервенции на базе школы в регионах Непала, пострадавших от вооруженных конфликтов: выборочные контролируемые тесты.* Журнал детской психологии и психиатрии, том 51:7, стр. 818-826. 2010 г.
- **Национальная ассоциация по охране детства.** *Как изменить ситуацию.* Южная Африка.
- **Национальная ассоциация по охране детства.** *Путь мирного воина.* Южная Африка.
- **Организация экономического сотрудничества и развития.** *Принципы Комитета по способствованию развития для оценки способствования развитию.* 1991 г.



- **Кирси Пелтонен и Раиджа-Лина Пунамаки.** *Превентивная интервенция среди детей, пострадавших в вооруженных конфликтах: обзор учебной литературы.* Издание «Агрессивное поведение», том 36, стр. 95-116. 2010 г.
- **Дж. О. Прюитт Диаз и А. Дайал.** *Чувство принадлежности: модель общественных программ психосоциальной поддержки.* Австралазиатский журнал исследований влияния катастроф на психику. Том 2008-1.
- **Региональная инициатива психосоциальной поддержки.** «Жизненный путь». 2004 г.
- **Организация «Спасем детей».** *Снижение риска бедствий для детей: практическое руководство.* 2007 г.
- **Организация «Спасем детей».** *Защита детей в экстремальных ситуациях: приоритеты, принципы, практика.* 2007 г.
- **Организация «Спасем детей».** *Практическое руководство по составлению программ о правах детей.* 2007 г.
- **Организация «Спасем детей».** *Первая психосоциальная помощь для детей.* 2011 г.
- **Организация «Спасем детей».** *Программа психосоциальной структурированной поддержки.* 2006 г.
- **Представительство «Спасем детей» в Дании.** *Свобода от притеснений.* 2008 г.
- **Партнеры организации «Спасем детей» в Киргизстане.** *Определение достоинства.*
- **Секретариат ООН.** *Исследование Генерального секретаря о насилии против детей: право на защиту от насилия.* Стр. 7-8. 2006 г.
- **Проект «СФЕРА».** *Гуманитарный устав и минимальные стандарты реагирования при бедствиях.* 2011 г.
- **Организация «Terres des Hommes».** *Руководство по проведению тренингов по психосоциальной защите детей.* 2008 г.
- **Организация «Terres des Hommes».** *Смеемся, бегаем и двигаемся для совместного развития: игры с психосоциальной направленностью.* 2007 г.
- **UNICEF.** *Межведомственное руководство по оценке психосоциальных программ реагирования в чрезвычайных ситуациях.* Детский фонд ООН. Нью-Йорк, 2011 г.
- **UNICEF в Канаде.** *Изучаем права детей: права, желания и потребности.* Глобальная система обучения организации UNICEF в Канаде.
- **UNICEF в Доминиканской Республике.** *Возврат к счастью.* 2010 г.
- **Организация Объединенных Наций.** *Конвенция ООН по правам ребенка.* 1989 г.
- **Организация Объединенных Наций.** *Универсальная декларация прав человека.* 1948 г.
- **Организация «Дети войны» в Голландии.** *Конфликт и мир: модуль интервенции от организации «Дети войны».* 2009 г.

- Вебсайт [www.winstonswish.org.uk](http://www.winstonswish.org.uk). 29.11.2011.

- Организация «World Vision». *Творчество с детьми. Руководство по упражнениям для детей.*

### **Дополнительная информация**

Для получения более подробной информации об организации «Спасем детей», Международной федерации организаций Красного креста и Красного полумесяца и других организаций см. следующие вебсайты:

Ссылки на МФОКК и КП:

[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

Ссылки на организацию «Спасем детей» и ее партнеров:

[www.savethechildren.org](http://www.savethechildren.org)

Более подробная информация о психосоциальной поддержке:

Центр психосоциальной поддержки МФОКК [www.ifrc.org/psychosocial](http://www.ifrc.org/psychosocial)

Ресурсный центр «Спасем детей»: <http://resourcecentre.savethechildren.se/>

Инициатива по защите детей от организации «Спасем детей»:

<http://resourcecentre.savethechildren.se>

Инициатива по правам детей: <http://www.arc-online.org>

Система охраны психического здоровья и психосоциальной поддержки: <http://mhpps.net/>

**Программа психологической реабилитации детей**  
Психосоциальная поддержка в школе и вне ее

**Как помочь детям в кризисных ситуациях**

Эта книга входит в сборник методических пособий для планирования и внедрения программы психологической реабилитации детей. Задания, описанные в ней, направлены на оказание помощи детям с целью их психологической адаптации, чтобы они могли положительно справиться с трудными жизненными ситуациями. Материалы предназначены для работы с последствиями вооруженных конфликтов, стихийных бедствий, насилия, эксплуатации и жизни среди большого количества ВИЧ-инфицированных.

Сборник состоит из буклета о понимании благополучия детей, методического пособия для менеджеров программы и двух пособий с планами тренингов для детей в пределах школы и вне ее, а также руководство по проведению встреч с родителями и опекунами. Все четыре книги и дополнительные материалы можно получить в электронной форме в режиме онлайн или на USB-флешке.

Чтобы организовать такие занятия для детей, вам необязательно иметь все четыре книги. Большую часть материалов можно применять как отдельные ресурсы, но полный комплект поможет вам лучше понять и внедрить программу психологической реабилитации детей.

Центр психосоциальной поддержки  
Международная федерация организаций  
Красного креста и Красного полумесяца

Международная организация «Спасем  
детей»