

Письменная работа

на V областной фестиваль "Юная библиотека"

НОМИНАЦИЯ

***"Через книгу к
добру и свету"***

Адрес библиотеки:

с. Нагорное, ул. Омская, 32

ФИО руководителя:

Фельзина Елена Александровна

Контактная информация:

Телефон: (38362) 24-838

Факс: (38362) 24-838

Электронная почта: mukcmb@rambler.ru

*Открываю томик одинокий –
Томик в переплете полинялом.
Человек писал все эти строки.
Я не знаю, для кого писал он.
Пусть он думал и любил иначе
И в столетьях мы не повстречались ...
Если я от этих строчек плачу,
Значит, мне они предназначались.
Вероника Тушинова*

«Положи свое сердце у чтения...» - эти строки были написаны в одном египетском папирусе почти шесть тысяч лет тому назад. Какие удивительные мудрые слова! Книга и чтение – это великие учителя и воспитатели человеческих душ.

Идея излечивать и корректировать настроение и эмоциональное состояние с помощью книг – не нова, она может быть прослежена в истории со времени возникновения первых библиотек Греции. Начиная с Платона и далее, люди предлагали для этого такое замечательное средство, как книги. Книги – мощные инструменты, которыми можно воздействовать на мышление людей, на их характер, формировать их поведение, и, кроме того, они могут помочь в решении проблем. Способов, с помощью которых книги могут быть применены как средства воздействия на людей, существует множество.

Как и положено любой научной дисциплине, **библиотерапия** проявила себя гораздо раньше, чем получила официальный статус. Существует множество примеров, скажем: «Принимай по 3-4 страницы из романа Смолетта». Есть и упоминание об Эразме Роттердамском, который лечил нарывы на лице чтение смешных книг. Но в большинстве материалов, посвященных этой теме, исторический возраст библиотерапии подчеркивается ссылкой на сказки «1001 НОЧИ», где в одной из сказок придворный врач рекомендовал своему властелину, страдавшему тяжелой болезнью и страхами, перелистывать страницы книги и тем его вылечил. Можно вспомнить и «Ригведу» где для «излечения сердца» рекомендуется читать «мудрые книги», и Аристофана, желавшего читать свои комедии преступникам для исправления их натуры. А.С.Пушкин написал об этом свои бессмертные строки:

Коль мысли черные к тебе придут,
Откупори шампанского бутылку
Иль перечти «Женитьбу Фигаро».

Писатель Владимир Соколов, отвечая на вопрос Виктора Ерофеева: «Что ты делаешь, когда простужаешься? Какую книгу берешь с полки и читаешь?», ответил: «Я лечусь всегда Толстым. Ем лимон, пью талую воду и

читаю Толстого» (из телепередачи). «Книги, - писал английский священник, писатель и полемист Джереми Кольер, - наши руководители в юности и утешители в старости. Они – поддержка одинокому и позволяют не тяготиться самим собой. Благодаря им, мы легче переносим коварство людей и обстоятельств, смиряемся с заботами, справляемся со страстями и разочарованиями».

Не случайно творческие библиотекари рассматривают библиотерапию как одну из форм работы с читателем, справедливо включая в это понятие весь комплекс библиотечных мероприятий, направленных на то, чтобы помочь людям увидеть прекрасное.

И наша главная задача – помочь нашим пользователям найти те самые книги, какие им по душе.

Оной из наиболее нуждающихся групп наших читателей являются, конечно, подростки.

Подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период формирования эго-идентичности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку в нем утверждаются жизненные позиции и принципы, формируются социальные установки, отношение к себе, к обществу. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, - это самопознание, самоуважение и самоутверждение.

Именно поэтому на базе МУК «ЦМБ» был организован библиотерапевтический клуб для подростков «В гармонии с собой и миром», который впоследствии перерос в библиотерапевтическую службу «К добру – через книгу».

Идея создания в стенах нашей библиотеки библиотерапевтического клуба для подростков возникла уже давно, но началась ее реализация в сентябре 2006 года. Благодаря тесным контактам с социальным педагогом Октябрьской СОШ и при поддержке директора школы были проведены несколько встреч, на которых обсуждались проблемы и пути ее реализации.

В чем же состоит проблема?

Социально-психологические аспекты чтения подростков – сегодня одна из наиболее волнующих нас, библиотекарей, тем. Агрессивность, страхи, повышенная возбудимость – последствия влияния на подростков современного общества – это то, чем озабочены наши педагоги. Не секрет, что для сельской молодежи свойственна заниженная самооценка, определенная жизненная робость, неверие в свои силы, что в известной степени, определяется осознанием своей недостаточной культурной и образовательной подготовки, не позволяющей конкурировать с городским ровесником.

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

Как помочь сердцам детей не ожесточиться, быть милосердными и снисходительными? Как подготовить их ранимые души к будущей самостоятельной жизни? И чем может здесь помочь библиотека?

Прежде всего, используя широкую образовательную информацию, помочь восполнить недостаток образования и культурного развития.

Создать условия для самопознания и реализации потенциала личности: через библиотечное общение, досуговую деятельность, а также через целенаправленное тестирование, например, в целях определения конкретных качеств личности.

Создать в библиотечной среде атмосферу высокой нравственности, подчинить библиотечное общение этическим и этикетным нормам. И, что очень важно, библиотека может способствовать общению подростков в своих стенах, формированию культуры общения молодых людей, созданию особого климата доверительного общения по проблемам одиночества, любовных и семейных отношениях.

По единодушному мнению, было решено, что библиотека – самое подходящее учреждение для прохождения процесса социализации подростков в силу своей доступности, неавторитарности, обладания достаточными фондами необходимой литературы и разносторонне образованными кадрами. Руководителем клуба стала библиотекарь, имеющая психолого-педагогическое образование.

В основе работы данного читательского объединения лежит добро, справедливость, уважение к каждому. Главная **цель клуба**: посредством библиотерапевтических методов работы, способствовать успешному развитию читательской активности, адаптации в изменяющихся условиях жизнедеятельности.

Для достижения данной цели следовало решить следующие **задачи**:

- ✓ Изучение психологических закономерностей, механизмов и способов межличностного взаимодействия для создания основы эффективного и гармоничного общения с людьми.
- ✓ Содействие процессу личностного развития, реализации творческого потенциала.
- ✓ Развитие самосознания и самоисследования участников.
- ✓ Предупреждение эмоциональных нарушений.
- ✓ Исследование психологических проблем участников клуба и оказание помощи в их решении.
- ✓ Содействие приобретению положительных привычек, навыков здорового образа жизни, развитию межличностных отношений в коллективе, развитию коммуникативных навыков.

Участниками библиотерапевтического клуба стали учащиеся 7-9 классов. Среди них были ребята, которые библиотеку не посещали совсем или приходили очень редко, ребята, у которых наблюдалась заниженная самооценка, проблемы в коллективе сверстников, проблемы в общении с

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

родителями. Поэтому программа занятий разрабатывалась с учетом всех психологических особенностей участников клуба.

За основу была взята коррекционно-развивающая программа для подростков «Лабиринты Я», разработанная психотерапевтом Натальей Александровной Сакович (конспекты занятий см. в приложении).

№ п/п	Тема занятия	Задачи занятия	Срок проведения
1.	Встреча со сказкой детства	Знакомство участников	Сентябрь
2.	Удивительные существа	Усиление чувства группы, создание положительного эмоционального настроения	Октябрь
3.	За маской	Снижение напряженности, повышение настроения, активизация внимания и мыслительных процессов	Ноябрь
4.	Театр масок	Тренировка реакции подростков на трансформацию окружающей действительности	Декабрь
5.	Многогранное «Я»	Стабилизация и повышение самооценки подростков, актуализация их личностных ресурсов	Январь
6.	Люди и куклы	Психодиагностика, развитие интереса к себе, повышение самооценки, развитие позитивной Я-концепции, развитие саморегуляции и самоуправления.	Февраль
7.	Весь мир – театр	Обучение управлению собой, своими чувствами и эмоциями	Март
8.	Цвета жизни	Творческое самовыражение, «открытие» внутренних ресурсов, гармонизация эмоционального состояния.	Апрель

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

9.	Ярмарка идей	Повышение степени внимания друг к другу, развитие творческих способностей	Май
10.	Окна в будущее	Интеграция опыта, интеграция Я-схем прошлого, настоящего и будущего. Подведение итогов года	Июнь

На самом первом занятии подростки вместе с ведущим установили правила и законы клуба:

- ✓ Доброжелательность по отношению ко всем участникам
- ✓ Активность в обсуждении
- ✓ Искренность, открытость, доверие по отношению к коллективу
- ✓ Конфиденциальность
- ✓ Соблюдение регламента
- ✓ Слушать и слышать других
- ✓ Говорить по очереди
- ✓ Говорить от первого лица

Девизом клуба стали такие слова:

Мы с книгой умней и богаче,
Нам с нею расти и дружить,
Она задает нам задачи
И учит, как думать и жить!

Наблюдения показали, что ребята с удовольствием посещают каждое занятие. Их привлекает сама форма проведения занятий–тренингов, некоторая необычность психологических упражнений, ненавязчивое использование художественных произведений и психологических сказок. На занятиях все участники активно принимали участие в обсуждении литературных произведений, учились извлекать полезные уроки из прочитанных книг, а также с увлечением играли в различные психологические игры, отвечали на вопросы психотестов.

Подводя итоги работы библиотерапевтического клуба «В гармонии с собой и миром», мы заметили, что ребята стали более непринужденно общаться, у многих значительно повысился уровень самооценки, участники стали более свободно чувствовать себя в коллективе сверстников, перестали бояться и стесняться высказывать свое мнение, вступать в дискуссию, более уверенно отстаивали свою точку зрения. Опыт, приобретенный на занятиях данной программы, оказал не только эффект «поддержки» в сложный для подростков период, но и создал определенный социально-психологический иммунитет, помогающий решать сложные проблемы, возникающие в

межличностном общении. Новые положительные Я-схемы («Я значу», «Я любим», «Я могу» и т.п.), а также новые умения и навыки, которые сформировались в процессе программы помогают ребятам эффективно преодолевать сложности реального мира.

Немаловажным результатом явилось то, что ребята стали чаще посещать библиотеку, больше читать. Некоторые члены клуба стали активными и постоянными участниками библиотечных мероприятий местного, районного и областного уровней, и, окончив школу, остаются ими до сих пор.

*... кто с детства сказку любит,
Тот в жизни злым уже не будет!*

Для любого человека литература начинается со сказки, идущей из детства. Можно даже отбирать и рекомендовать не отдельную книгу, а литературный жанр. Для тетей часто – это сказка. Поэтому в последнее время стало развиваться такое направление библиотерапии как сказкотерапия.

Благодаря сказке, дети начинают осознавать главнейшие истины человеческого бытия. Без сказки дети не вырастают, а если это и происходит, - значит, из мира растущего человека ушла мечта, благотворная фантазия, творчество, романтика, сопереживание, необходимые для воспитания Человека в человеке. А.М.Горький утверждал, что именно через сказку необходимо учить детей гуманности, героизму, любви, справедливости, честности.

Все сказки едины в одном – желании помочь ребенку в первых шагах самопознания, в формировании духовного «Я».

В чем же состоит духовный смысл сказки? В том, что сказка отвечает на вечные вопросы: «Что такое счастье и в чем оно? – В богатстве, любви, свободе, славе? Само ли оно приходит или его надо добывать? Как? Неужели для этого нужны непременно трудности, испытания, опасности, страдания, подвиги?»

В чем же заключается «лечебная» значимость сказки?

Главные лекарства сказки – это добро, радость, справедливость, победа слабого существа над силами зла, утверждение могущества человеческого духа, бесконечно радостное удивление перед красотой мира, твердая вера в способность человека жить мудро, достойно, поступать красиво, гуманно. В сказках отражен глубокий смысл проживания эмоциональных кризисов, характерных для развивающейся личности, и предложены пути их разрешения. Психотерапевтическая значимость сказок в том, что в них всегда обнаруживаются некие необычные средства, помогающие герою справиться с препятствиями, трудностями и преодолеть их.

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

Именно поэтому программа второго года работы библиотерапевтического клуба «Обрети себя» была основана на методе сказкотерапии. За основу была взята программа психолога Т.В.Кунигель.

№ п/п	Тема занятия	Задачи занятия	Срок проведения
1.	Начало путешествия	Поддержка самораскрытия, самопознания, прояснение Я-концепции, развитие умения анализировать, активация механизмов творческого воображения	Сентябрь
2.	Такой неповторимый мир	Получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки и актуализации личностных ресурсов, познание себя с помощью группы.	Октябрь
3.	Путешествуем вместе	Тренировка способности сотрудничать, умения учитывать чувства и интересы других и ориентироваться на них в своем поведении, тренировка невербальной коммуникации	Ноябрь
4.	Могущество	Оказание помощи участникам в раскрытии своих сильных сторон	Декабрь
5.	Перекрестки	Осознание собственного влияния на людей и их влияния на себя, помощь в определении личностных ценностей	Январь
6.	Эмоции и чувства	Тренировка умения выразить свое эмоциональное состояние и понимать его	Февраль
7.	Мои проблемы	Обучение распознаванию своих проблем и нахождению способов из решений, преодолению трудностей, мешающих самовыражению	Март

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

8.	Дом моей души	Определение личностных ценностей, повышение уверенности в себе	Апрель
9.	Творческая личность	Углубление процесса самораскрытия, расширение границ когнитивного восприятия мира	Май
10.	Тайны времени	Актуализация и обобщение знаний о своем будущем, обогащение осознания позитивными, эмоционально окрашенными образами личности.	Июнь

Занятия данной программы представляют собой совокупность рисуночных заданий, тестов, психогимнастических упражнений и экспериментов, направленных на то, чтобы помочь подросткам освоить разные виды творческого и осмысленного времяпровождения и расширить их временную перспективу. Именно с помощью творческих заданий можно удовлетворить потребность подростка в «путешествиях», в стремлении найти другой мир, где его понимают, любят, принимают, мир, в котором он герой, способный вынести тяготы и боль жизни. Изучение подростком других миров на этих занятиях начинается с познания такого близкого, однако, такого незнакомого мира – самого себя.

С нами это случилось –
Долгожданное счастье!
Книга нас научила
Доброте и участью!
В интернетовском сайте
Мы оставим эпиграф:
«Люди, не зависайте
Вы в компьютерных играх!»
Разве новый бестселлер
Вашу жизнь не украсит?
Или, юный доселе,
Всеми признанный классик?
Эта книга – не иго,
Прочитайте, не поздно...
Мы к добру – через книгу,
Как сквозь тернии – к звездам!

В.Кветинский местный поэт

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

Проанализировав результаты работы библиотерапевтического клуба, мы разработали проект «Создание межпоселенческой библиотерапевтической службы «К добру – через книгу», который представили в апреле 2007 года на конкурс социально-значимых проектов, объявленный администрацией Новосибирской области. Наш проект был замечен и получил грант в размере 45 тыс. руб.

Цель данного проекта: посредством библиотерапевтических методов работы, способствовать успешному развитию читательской активности, адаптации в изменяющихся условиях жизнедеятельности, коррекция и самокоррекция различных деформаций личности подростка.

Для реализации проекта была разработана программа, состоящая из двух семинаров для библиотекарей и четырех библиотерапевтических тренингов для подростков.

Для проведения этой работы был приглашен профессиональный психолог, ведущий психологических тренингов, специалист Центра социально-психологической помощи «Феникс» Белова Любовь Николаевна.

Свои занятия для подростков Любовь Николаевна построила на методе сказкотерапии. Ведь история самостановления – это история героя, так часто встречающаяся в мифах, сказках. Каждый подросток, становясь на путь «героя», проходя через испытания, преодолевая трудности, делает тот или иной выбор. Сам подросток не в состоянии пройти множество путей, сделать множество выборов, получить множество различных результатов. Но, идентифицируя себя с героем мифа или сказки, он имеет такую возможность. Опираясь на опыт других «героев», он сможет выбрать, по какому пути пойти ему самому.

Проводить тренинги было решено на базе МУК «ЦМБ». Участниками данного проекта стали подростки 7-9 классов (члены клуба «В гармонии с собой и миром» и другие учащиеся). Ребята приняли участие в таких тренингах: «Уроки любимой сказки», «Какой я литературный герой», «Сочиняем сказку сами», «Доскажи сказку». Целью данных занятий было: выявить сильные стороны личности ребенка посредством сказок; осознание основных идей и уроков сказки; понять видимую и скрытую мотивацию героев, способы их поведения, разрешения проблемных ситуаций; выявление эмоциональной реакции, чувств, которые вызывает сказка; проигрывание эмоциональных кризисов и преодоление страха.

На занятиях использовались и приемы арттерапии, т.е. ребята выражали свои чувства, эмоции, страхи при помощи красок, рисунков.

Презентуя свои работы, участники выявляли параллели с реальными жизненными ситуациями. При сочинении сказок были представлены интересные и творческие работы. Эти сказки позволили актуализировать моменты личной истории, отобразили внутренние конфликты, переживания подростков. В обсуждении психолог помогла участникам сформировать

новый взгляд на сложившуюся в их жизни ситуацию и перейти на новый уровень ее осознания.

Подводя итоги занятий-тренингов, ребятами была отмечена более высокая активность участников, которые при повседневном общении пассивны. С помощью ведущего участники тренингов смогли создать модель более конструктивного отношения и поведения в различных ситуациях.

Тема библиотерапии была основной и на районных семинарах библиотечных работников, проведенных в рамках реализации социально-значимого проекта. Психолог-консультант познакомила сельских специалистов с понятием «сказкотерапия», различными методами работы со сказкой, предложила схему обсуждения сказок. На каждом этапе работы психолог дала библиотекарям подробные рекомендации, а также участники семинара имели возможность принять участие в психологическом тренинге с элементами сказкотерапии. Библиотечные работники, также как и подростки, сочиняли истории, рисовали сказочную страну, объясняя каждый элемент своего рисунка, анализировали сказки. В завершении работы библиотекарям были даны рекомендации по применению данной методики в профессиональной деятельности. Все участники семинара выделили главное достоинство сказки – она не имеет возрастных ограничений. Она одинаково эффективна не только с дошкольниками и младшими школьниками, но и с подростками и со взрослыми.

По итогам работы над проектом работниками МУК «ЦМБ» были изданы библиографические пособия малых форм:

- ✓ Буклет «К добру – через книгу» (практические советы)
- ✓ Библиотерапевтические рецепты «Собеседники души моей»
- ✓ Закладки «Правила успешного общения»

В ходе реализации данного проекта подростки, нуждающиеся в психологической поддержке, получили возможность осуществить социально-психологическую защиту своей личности.

В качестве вывода

Исходя из нашего опыта, можно с уверенностью сказать, что библиотекарь, как никто другой, способен осуществлять библиотерапию общества, определенных читательских групп, отдельной личности именно как "лекарь души", вооруженный знанием психологии чтения. В идеале хотелось бы, чтобы каждый библиотекарь обладал подобными терапевтическими навыками и был не только практикующим библиографом, но и практикующим психологом и педагогом.

Через развитие читательской культуры библиотекари помогают каждому находить "лекарства для души" в, так называемой, "библиоаптеке".

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

Физическое здоровье подрастающего поколения обеспечивается, прежде всего, здоровьем духовным. И здесь роль чтения художественной литературы, нравственный аспект ее переоценить невозможно.

Наибольшим оздоравливающим влиянием на личность ребенка обладает русская классика 19-го века (особенно курс литературы 9-10 классов). Свое мощное влияние оказывает Лев Толстой с его философским осмыслением ценности самой жизни в ее естественных проявлениях.

Например, роман Л. Толстого "Война и мир" учит детей думать, учит не бояться жизни, а главное - любить жизнь - естественную, простую, во всех ее проявлениях, учит любить и ценить людей во всем разнообразии человеческих характеров.

Не только Толстой своим романом "Война и мир" помогает становлению позитивно направленной личности - вся русская классика такова. И поэтому возможности воздействия на духовное оздоровление подростка у учителя-словесника огромны.

Но, к сожалению, на уроке, как ни парадоксально это звучит, многое невозможно. Хотя бы в силу вечного дефицита учебного времени. Нужен другой - неспешный, внимательный - "режим общения" с юным читателем. И здесь неоценима роль школьного библиотекаря. Потому что именно библиотека - центр духовного становления и духовного оздоровления личности. В библиотеке по-другому идет время, здесь иной тон общения. Ребенку более комфортно, потому что в библиотеке не требуют, а предлагают и помогают.

Хорошая школьная библиотека может быть сравнима - в самом лучшем смысле этого слова - с церковью. И там, и здесь - внимание к духовной жизни, и там, и здесь важен и интересен не какой-то там коллективный результат, не лучшие ученики, а каждый пришедший. И это вовсе не случайно. Библия, библиотека - слова с одним корнем. И на работниках библиотек всегда есть некий знак одухотворенности, печать служения не суетному - высокому. Это высокое есть приобщение ребенка к чтению.

Сегодня духовное здоровье нации незаметно, без пышных фраз формируется именно в скромном помещении школьной библиотеки. А потому ее сотрудникам просто необходимо знать о разнообразных формах немедицинской терапии: лечении духа и тела средствами литературы и искусства.

Арттерапия (то есть использование различных видов искусства, литературы для оптимизации деятельности человека) - это одна из

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

технологий социальной работы с детьми. Библиотерапия, музыкотерапия, цветотерапия, смехотерапия, театротерапия, танцевальная терапия, изотерапия, аротерапия и так далее - все эти, умело применяемые методы помогут библиотекарю, учителю, родителю воспитать здорового и веселого, оптимистично настроенного ребенка. Да и просто рассказать ребятам о том, как воздействуют на человека хорошая книга, музыка, запах, цвет, занятия рисованием, лепкой, танцами тоже интересно и полезно.

Эти немедицинские формы поддержания здоровья помогут и нам, взрослым, и нашим детям сохранить веру в свои силы и бодрость духа.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Занятие «Удивительные существа»

Упражнение «Воздушные шары»

Задачи. Усиление чувства группы, создание положительного эмоционального настроя.

Ход работы. Все участники стоят в кругу. «Сегодня на занятии мы с вами будем использовать воздушные шары. Предлагаю начать вот с этого шара (ведущий держит в руках один воздушный шар). Сейчас мы будем передавать его по кругу, но при одном условии, делать это можно только локтями, помогать кистями нельзя. Итак, начали». Второй круг шар передается только ногами (сжав шар коленками). Третий круг шар передается с помощью головы (шар прижимается головой к плечу).

Упражнение «Существа из шариков» (основное задание)

Ведущий дает в руки каждому по надутому воздушному шару. «Когда-то давным-давно на земле жили удивительные существа. Они выводились из яиц и были полностью отличны друг от друга. Падение метеорита на землю остановило их существование. Но мы с вами можем сейчас закрыть глаза, представить, что в руках у нас яйцо удивительного существа, которое готово вылупиться и выйти в свет. Давайте представим, кто же вылупится из яйца, как это существо будет выглядеть, какое оно будет по характеру. Затем нарисуйте, пожалуйста, это существо, придумайте ему имя и историю его жизни».

Ведущий включает приятную, специально подобранную музыку.

Обсуждение. В руках каждого участника находится изображение вылупившегося из его шарика существа. Каждый должен назвать его, представить и рассказать его историю.

Упражнение «Первое впечатление» (завершение работы)

Задачи. Установление позитивной, поддерживающей обратной связи, что способствует переносу результатов занятия в повседневную жизнь участников.

Ход работы. «Вспомните, пожалуйста, тот момент, когда вы впервые увидели своего соседа слева. вспомните первое впечатление от общения с ним. Сейчас каждый по кругу выскажет свои впечатления».

Занятие «За маской»

Упражнение «Общий признак»

Задачи. Снижение напряженности, повышение настроения, активизация внимания и мыслительных процессов.

Ход работы. Участники садятся в круг, в центре которого стоит ведущий. Стоящий в центре круга предлагает поменяться местами

(пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Например: «Пересядьте все те, у кого карие глаза», - и все, у кого карие глаза, должны поменяться местами.

При этом ведущий тоже принимает участие в игре и должен успеть занять освободившееся место, оставшийся без места продолжает игру. По окончании игры подростки рассказывают, как себя чувствовали.

Упражнение «Создай маску»

Ход работы. Подросткам предлагается сделать маску. Главное, чтобы маска каждого отражала его внутренний мир, характеризовала его. Перед началом работы ведущий рассказывает о том, для чего в разных культурах применяются маски, что маска может означать для человека, надевшего ее.

На листе бумаги рисуется овал по размеру лица подростка, определяется место для глаз и рта и затем с использованием красок, карандашей, журналов и других материалов маска наполняется содержанием.

После завершения изображения маску необходимо вырезать и надеть себе на лицо.

Обсуждение. По очереди «оживают» маски всех участников и каждой маске предоставляется время для выступления. Ведущий обращается к ним с вопросом: «Что бы вы, маска, хотели рассказать о своем владельце?». Затем группа делится на пары и внутри каждой пары происходит обмен масками. Надев себе маску партнера, подросток повторяет те слова, которые сказала эта маска на предыдущем этапе. Другой ребенок в паре должен проговорить то, что он чувствует, когда видит эту маску и слышит слова.

Упражнение «Сильные стороны»

Задачи. Создание положительного эмоционального настроения в конце занятия, получение каждым подростком личностной обратной связи, которая так важна для него.

Ход работы. Бросая мячик по очереди друг другу, ребята говорят о сильных сторонах того, кому направляют мяч. Мячик должен побывать в руках у каждого.

Занятие «Театр масок»

Упражнение «Путаница»

Задача. Манипуляция психологическими пространствами с целью тренировки реакции подростков на трансформацию зон комфорта.

Ход работы. «Сейчас один из вас должен выйти за двери. Остальные должны встать в круг и взяться за руки. После того, как образуется плотное кольцо, необходимо запутаться, не разжимая рук. Когда «клубок» будет готов, ведущий (тот, кто вышел из помещения) попытается распутать группу»

Упражнение «Драматизация с масками»

Ход работы. «Сейчас каждый из вас возьмет в руки сою маску, которую изготовили на прошлом занятии. Ваша задача – сначала придумать историю, в которой будут участвовать эти маски, а затем проиграть ее. В сюжете обязательно должны быть задействованы все маски». Время на выполнение этого задания – 30 минут.

Подростки должны сами определить, кто будет сценаристом, кто – режиссером. Когда история будет готова, подростки ее проигрывают. В этом упражнении важны спонтанность и импровизация, по этому представление начинается без предварительных репетиций.

Обсуждение. Участники возвращаются в круг. Каждому подростку предлагается рассказать о своих чувствах и переживаниях, связанных с работой, о том опыте (негативном или позитивном), который он получил.

Упражнение «Покажи пальцем».

Задача. Реализация обратной связи в группе.

Ход урока. Участники садятся в круг. Ведущий просит каждого поднять вверх любую руку с вытянутым пальцем. Затем он предлагает показывать пальцем на того, кто, с точки зрения каждого участника, обладает определенным свойством. Он задает такие вопросы: «Покажите самого активного сегодня. Самого веселого. Самого обаятельного. Того, кто сегодня удивил. Того, кто помог вам сегодня. Того, кто был звездой группы и т.д.»

Занятие «Многогранное «Я»

Упражнение «Шеренга»

Задачи. Осознание невербальных средств установления контакта, апробация их в безопасных условиях группы.

Ход работы. «Сейчас вам предстоит построиться в шеренгу по цвету глаз: от самых светлых до самых темных. При построении запрещается разговаривать. Итак, начали»

На построение дается 2 минуты. Затем предлагается построиться по цвету волос, от самых светлых к самым темным. Условия те же.

Последнее задание самое сложное: необходимо построиться по росту с закрытыми глазами и не разговаривая.

По окончании ведущий задает вопросы: «Что вы сейчас чувствуете? Что вам больше всего понравилось?» и др.

Коллаж «Грани моего «Я»

Ход работы. «Необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них на листе бумаги составить композицию на заданную тему. Если в композиции чего-либо не хватает, то вы можете дорисовать или дописать все необходимое самостоятельно».

Время работы – 30 минут.

Обсуждение. Все участники возвращаются в круг и представляют свои коллажи. Ведущий просит подростков раскрыть значение каждого символа в коллаже. Это позволит глубже осознать составляющие Я-концепции каждого участника.

Упражнение «Комплименты»

Задачи. Стабилизация и повышение самооценки подростков, актуализация их личностных ресурсов.

Ход работы. Участники делятся на две группы и образуют два круга – один в другом. Внутренний и внешний круг стоят лицом друг к другу. «В течение одной минуты участники, стоящие напротив друг друга, обмениваются комплиментами. Затем внешний круг сдвигается на одного человека, и вновь образованные пары продолжают задание. Так происходит до тех пор, пока первые пары не совпадут».

Занятие «Начало путешествия»

Задачи. Поддержка дальнейшего самораскрытия, самопознания, прояснение Я-концепции.

Упражнение «Ритмическое эхо»

Под музыку участники группы повторяют за ведущим те движения, которые он показывает: танцевальные, гимнастические, голосовые, мимические. Упражнение повторяется до тех пор, пока все не начинают выполнять их в едином ритме.

Упражнение «Продолжение знакомства»

Участникам предлагается нарисовать себя на одной стороне листа в виде какого-нибудь предмета, а на другой стороне – в виде животного.

По окончании выполнения рисунков каждому предлагается представиться сначала от имени предмета, например: «Я пуговица, блестящая, красивая, люблю..., хочу..., не люблю...», и затем так же от имени животного.

Упражнение-игра «Путешествие на планету Творчества»

Ход работы. Ведущий выдвигает гипотезу: изменение восприятия – способ попутешествовать, узнать другие миры, уйти от данной действительности.

«Люди-путешественники свое стремление превращают в профессию: в первую очередь к ним относятся актеры, художники, музыканты и т.п. Вселенная творчества огромна: ее составляют музыкальные миры, мир театра, кино, живописи, скульптуры, мир танца, пластики, мир самой

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

Природы и еще много-много разных миров. Давайте организуем наше первое путешествие на планету Творчество. Каждый из вас нарисует по одному материку, даст ему название, нанесет ландшафт (горы, реки, озера, долины, города, замки и т.п.) и придумает для всего названия. Обязательно нужно проложить путь по материку, выделив начало и конец этой дороги».

Участникам дается лист А4, из которого они вырезают материк любой формы. После завершения самостоятельной работы все материки размещаются на готовой нарисованной заготовке планеты.

Обсуждение. Участники представляют свой материк и отвечают на вопросы:

- ✓ На какой материк вы хотели бы попасть? Почему?
- ✓ Как вы думаете, где может находиться эта планета?

Упражнение «Окно»

Каждый рассказывает, что нового он о себе узнал и заполняет схему «Окно».

На листе формата А4 нарисовано окно, в одной половине которого располагается надпись «Узнал о себе сам», в другой - «Об этом сказали другие», кроме того, оставлена форточка как скрытая часть область знаний о себе.

Узнал о себе сам	?
	Об этом сказали другие

Занятие «Такой неповторимый мир»

Задачи. Углубление процессов самораскрытия, познание себя с помощью группы, актуализация личностных ресурсов.

Упражнение «Ритмическое эхо»

См. занятие «Начало путешествия».

Упражнение-игра «Путешествие в страну Превращений. Полянка»

Ход работы. Подросткам предлагается представить, что перед ними зеленая полянка в лесу. «Трава. Лето. Светит солнце. Тепло. Вокруг зеленый лес. На этой полянке сидите вы. Выберите в кого или во что каждый из вас хотел бы превратиться».

Участники по очереди сообщают, в кого или во что они будут «превращаться», после чего на втором этапе игры роли разыгрываются.

Обсуждение. При обсуждении игры участники отвечают на такие вопросы:

- ✓ Вы довольны выбранной вами и прожитой в игре ролью?
- ✓ Удалось ли повлиять на происходящие события или они остались в стороне от вас? Если удалось, то как?
- ✓ Какие чувства вы испытывали?

Упражнение-рисование «Самореклама»

Участникам группы предлагается нарисовать рекламу для самого себя, включив в нее короткий текст. По окончании все по очереди представляют свои рекламные проекты.

Завершающее упражнение «Окно»

Домашнее задание «Таким я хочу быть»

Подростков просят к следующему занятию нарисовать или сделать коллаж на тему «Таким я хочу быть». Это задание обсуждается на занятии «Могущество».

Занятие «Путешествуем вместе»

Задачи. Тренировка способности сотрудничать, умения учитывать чувства и интересы других и ориентироваться на них в своем поведении, тренировка невербальной коммуникации.

Упражнение «Ритмическое эхо»

Упражнение-эксперимент «Зачем нужны вопросы?»

Взаимопонимание при общении людей зависит от многих факторов. В этом эксперименте исследуется следующая проблема: «Насколько необходима и важна для общения обратная связь?».

Необходимые материалы. Для каждой пары участников необходимы два одинаковых набора деталей разной формы и цвета (круги, треугольники,

квадраты, ромбы, прямоугольники и т.д. различных цветов). Картонка, большая книга в качестве перегородки. Бумага и карандаш для записей.

Ход работы. Эксперимент выполняется поэтапно.

1. Участники разбиваются на пары и садятся за стол друг напротив друга. Между ними ставится перегородка. Каждый получает по набору деталей.

2. Один участник так, чтобы не видел напарник, строит из деталей какое-нибудь сооружение или выкладывает орнамент, после чего дается инструкция.

«Участник, который выполнил орнамент, на космическом корабле облетает планету Зуг, обитатели которой настроены к нему дружелюбно, но не имеют никакого понятия о земной технике. На космическом корабле обнаружили неисправности, что вызывает необходимость посадки, но прежде, чем она будет совершена, зуггийский лоцман (партнер в паре) должен понять, как выглядит пульт управления. К счастью, вы умеете говорить на одном языке, поэтому все детали пульта можно описать.

Но, к несчастью, зуггианцы не могут отвечать вам или задавать вопросы, потому что у них испортился передатчик. К тому же они не могут видеть капитана корабля, и потому он не может объясниться с ними жестами.

У напарника-«лоцмана» есть такой же набор деталей, как у капитана. Капитан должен описать свой пульт управления, а лоцман попытаться сделать его точную копию. Помните, что ваше общение может быть только односторонним. По завершении уберите перегородку и проверьте, насколько точно напарнику удалось воспроизвести орнамент или сооружение. Сможет ли капитан совершить посадку на планете Зуг?»

Обсуждение. Обсуждение предполагает ответы участников на следующие вопросы:

- ✓ Возможно ли взаимопонимание при одностороннем общении, когда говорит только один, а другой не может ни ответить, ни задать вопрос?
- ✓ Насколько это важно, чтобы была возможность задавать вопросы и получать на них ответы?
- ✓ Насколько важен при общении язык жестов?

Упражнение «Групповой рисунок»

Участники выбирают тему, на которую будут выполнять общий рисунок. После чего молча, при необходимости используя жесты, приступают к созданию общего рисунка.

При обсуждении делятся впечатлениями.

Завершающее упражнение «Окно»

Домашнее задание «Письмо инопланетянину»

Дается задание написать письмо инопланетянину. Письмо должно быть кратким и содержать в смешной форме информацию, по которой инопланетянин смог бы найти его автора среди миллионов жителей Земли.

Это задание обсуждается на занятии «Перекрестки». Сначала ведущий зачитывает письма, не называя имен, а участники должны угадать автора письма. Затем подростки делятся впечатлениями, рассказывают о том, что помогло им определить автора.

Занятие «Мои проблемы»

Цели и задачи: осознание своих сильных и слабых сторон, положительных и негативных качеств; обучение распознаванию своих проблем и нахождению способов их решения, преодолению трудностей, мешающих полноценному самовыражению

Игра-разминка «Ритмическое эхо»

Обсуждение домашнего задания «Ода Лени»

На занятии «Могущество» подросткам предложено написать оду Лени (по жанру это может быть рассказ, сказка) под названием «Вселенная – это где все лентяся», в которой Лень будет восхваляться и характеризоваться исключительно с положительной стороны.

Участники зачитывают свои работы о Лени. В качестве дополнения можно предложить им прослушать сказку «Лень-река» Дмитрия Соколова.

*Синь да тень, ночь да день, то ли снег, то ли дождь, коли век обождешь
— там узнаешь...*

*Целый день среди стен, думать лень, кушать лень... Лень вставать,
лень лежать, лень глаза открывать... Лень-река разлилась...*

*Ах, и раздолье на Лень-реке! Вдаль уплываю на челноке! Ширь така!
Глубь така! Хо-ро-ша Лень-река! Ох, хороша!*

Я на лодке плыву, весла волочатся. Хочу рыбу поймать большую, жду, пока сама в лодку заплывет. Ловить-то лень! Но, однако, не плывет рыбина. Я размышляю: чего ж она ждет, в лодку не плывет? Думаю: борт высок. Взял топор, в борту дырку прорубил. Вода потекла. Лодка моя ниже, ниже, ну и на дно приплыла. Рыбы кругом — море. Ну не море, река. Только за хвосты и хватай. Ну мне хватать-то лень. Лежу и думаю: как мне рыбу-то наловить? Придумал. «Эй, — говорю, — рыбы! Как вам не лень плавать, плавниками да хвостами шевелить?» Рыбы забулькали, задумались. «И

верно, — говорят, — лень!» Перестали они хвостами шевелить, стали на дно опускаться. И в лодку мою их нападало — целая гора. Тут я лежу, ленюсь, а кругом они лежат, лентяся, а иные-некоторые и на мне лениться пристроились: большие на пузе, мелкота в ладошках. «Ого, — думаю, — цельну лодку наловил, порадомой плыть». Акак плыть: в лодке дыра, грести неохота? Придумал Лень-реку обмануть. И говорю ей: «Лень-матушка, ласкова касатушка! Приголубила ты меня и приютила, а я ведь — стыдно сказать — не твоего поля ягода! Парень я работой-ного складу! По утрам я — раз — зарядку делаю! Потом — бывает, что и полчаса — читать учусь, и букв знаю немало десятков! А уж рисовать примусь — хоть изба гори, свое домалюю! Ах, и стыдно мне в таком признаваться, но ведь...»

Не успел и выговорить, как Лень-река испугалась, возмутилась, и меня с лодкой ка-ак выплеснула! Не только на берег, а так наподдала, что до родного дома мы в минуту домчались!

Хороша Лень-река, привольна. А и дома хорошо. Рыбы у нас теперь всюду живут: мелкие вроде канареек, а на крупных мы как на лошадях катаемся.

По окончании прочтения подростки рассуждают о положительных и отрицательных свойствах лени, ее месте в жизни каждого из членов группы.

Упражнение «Преодоление»

Ведущий: «Жизнь — это борьба. Эту формулу вы, безусловно, слышали много раз. С ней можно не соглашаться, спорить. Действительно, лучше жить в мире и согласии с собой и окружающими. Но жизнь часто ставит перед нами серьезные проблемы, создает препятствия, которые нужно преодолевать. Именно это в значительной мере стимулирует рост и развитие личности.

Вспомните о тех препятствиях, которые вам пришлось преодолевать за последнее время, затем найдите то общее, что помогло вам справиться с этими трудностями.

А теперь мы выслушаем всех и особое внимание уделим способам преодоления препятствий. Мы составим общий перечень и назовем его «Преодоление». У каждого из вас в трудную минуту будет под рукой наш общий опыт успешного преодоления трудностей».

Рисование «Мой Дракон»

Ведущий: «Все мы читали сказки, легенды о смелом воине, убивающем дракона или Змея Горыныча. Помните, как было страшно, когда богатырь отрубал у дракона одну голову, а на ее месте тут же вырастала другая? И казалось, этому не будет конца. Дракон (он же Змей Горыныч) непобедим.

Но слетала еще одна голова, и еще. И вдруг оказывалось, что дракон обезглавлен, побежден. Говоря современным языком, количество запасных голов было ограничено.

У каждого из нас есть свой дракон. Он появляется как маленький, почти безобидный дракоша, но, если его вовремя не уничтожить, он может вырасти и стать опасным для самого человека и всех его близких. Почти каждый из нас в один прекрасный момент решает убить своего дракона. Но у того на месте отрубленной головы вырастает другая, потом третья. И мы часто отступаем. Не боремся с драконом, а приручаем его или стараемся «поселить» его как-нибудь так, чтобы его никто не заметил. И тогда остается только удивляться: почему из скромного, тихого дома вдруг вырываются клубы пламени и время от времени вдруг слышится рык дикого зверя, а иногда даже вдруг качается земля. Самое обидное, что, занятые своим драконом, мы не можем и не успеваем сделать больше ничего.

Поэтому лучше всего воевать с драконом, пока он еще мал и пока у вас еще достаточно сил. Самое главное — помнить, что количество голов у дракона не беспрельдно и его можно победить.

Нарисуйте сейчас своего «дракона», назовите его в целом и каждую голову в отдельности»

Сочинение сказки «Победа над драконом»

Дается задание придумать сказку о том, как каждый из участников будет сражаться и в результате победит своего дракона. История может быть изображена в виде комикса, представлена в виде рассказа или сценария к фильму. Желавющие могут объединиться в группы и придумать общую историю, но драконов и героев должно быть столько же, сколько участников.

Завершение занятия «Окно»

Домашнее задание «Мой герб».

Участникам предлагается изобразить свой герб, который отражает жизненное кредо, отношение к себе и к миру в целом.

Занятие «Уроки любимой сказки»

Приветствие.

Вы находитесь в сказочной стране. Жители этой страны очень любят здороваться необычными способами. Поздоровайтесь носами, локтями, пятками, коленками и т.д.

Упражнение «Аукцион сказок»

Участники вспоминают сказки, которые знают и по очереди записывают их на ватман. Каждый участник пишет своим фломастером. Таким образом

участники создают свой банк сказок. Сказки не должны повторяться. В завершении подводятся итоги и выясняется, чей банк сказок самый большой.

Упражнение «Рисование сюжета».

Участники выбирают любую понравившуюся сказку, определяют в ней главный сюжет на свой взгляд. Этот сюжет изображают при помощи красок.

Обсуждение. Каждый участник представляет свой рисунок, рассказывает о главном на его взгляд сюжете, отвечает на вопросы ведущего.

- ✓ Почему этот сюжет главный?
- ✓ Кто этот герой?
- ✓ Какие уроки несет каждый герой?

Анализ занятия.

Ребята рассказывают о том, что им понравилось, что вызвало затруднение, какие чувства испытывают.

Занятие «Мой любимый сказочный герой»

Приветствие.

Каждый участник называет свое имя и качество ему присущее, затем называет любые две части тела. Остальные участники должны соприкоснуться этими частями тела. Например: «Я – Катя, общительная, рука-нога». В роли ведущего должны побывать все участники.

Эстафета «Сказочные герои»

Участники стоят в шеренге. По очереди называют сказочных персонажей. Называя персонажа, делают один шаг вперед. Тот, кто не назвал героя, делает шаг назад. Сказочные персонажи не должны повторяться. Победит тот, кто окажется дальше всех.

Основная тема.

Подростки выбирают своего любимого героя и определяют мотивы его поступков. Затем при помощи красок выражают в цвете те чувства, которые испытывает этот герой. Это может быть какой-либо образ, а может быть что-то бесформенное.

Каждый участник демонстрирует свой рисунок, а остальные должны сказать, какие чувства они бы выразили этими красками. После того, как выскажутся все участники, автор рисунка рассказывает о своих чувствах.

Анализ занятия.

Ребята рассказывают о том, что им понравилось, что вызвало затруднение, какие чувства испытывают.

Схема обсуждения сказок.

Акцент	Направление размышления	Вопросы
Основная тема	Понять основные идеи сказки	О чем сказка? Чему учит? Какой опыт передает сказка? О чем предупреждает?
Мотивы поступков	Понять видимую и скрытую мотивацию героев	Для чего герой совершает тот или иной поступок? Зачем нужно? Чего добивался?
Способы преодоления трудностей	Осознать способы выхода из проблемной ситуации	Как герой решает проблемы? Какой способ поведения выбирает? Решает сам или передает ответственность другому? В каких ситуациях эффективен каждый способ преодоления трудностей?
Отношение к окружающему миру и себе	Понять направленность героя: созидательная или разрушительная	Что приносят поступки героя окружающим? Что они чувствуют?
Актуализация чувств	Осознать, какую эмоциональную реакцию, чувства вызывает сказка, ситуация в сказке	Какие чувства вызывает сказка? Какие чувства вызывают поступки героев? Какие чувства испытывает герой, совершая поступки?
Образы и символы	Осознать, какие уроки, способы поведения несет каждый герой	Кто такой герой?

Работы подростков.

Занятие «Дом моей души»

Наздрачев Иван, 12 лет. «Я бы хотел, чтобы моя душа переселилась в тело льва. Потому что лев – это король животных и всей природы! Лев очень мудрое, умное и смелое животное».

Грошечкина Лена, 13 лет. «Я перевоплотилась бы в речку. Потому что в жизни много трудностей, нервотрепки. А будучи речкой, я была бы спокойной, размеренной и тихой, без всяких проблем. И жить было бы легко».



Мне нравятся занятия, проводящие с Анатолем Ивановичем. Мы можем показать свое умение на возникшем вопросе, тем самым дружно и обдумать вместе раннюю тему.

В нашем клубе очень интересно, весело. Там можно расслабиться. Мы учимся слышать человека. В нашем клубе человек может показать своим талантом и открыть в себе новые способности.

Там можно узнать человека поближе, которого мы раньше не общались и увидеть в нем что-нибудь интересное.

С каждым проводящим занятием мы можем увидеть мир с новой стороны. Это как бы услышать и узнать для себя что-то новое и интересное.

Для тебя много открываются новой стороной.

Мы проводим игры, развиваемся. Учимся новым занятиям. Человек, который приходит в такой настрой, то будет в порядке.

Меня туда привела подруга, и я более не жалею, что стала туда ходить, ведь если бы не ходила, то я может быть и не узнала бы много людей, которыми хочется так близко общаться. Я рада, что сейчас знаю и люблю. Мне все это нравится и я рада, что занимаюсь этим.

Если у меня даже занят весь день, то я все равно найду свободной час и займусь занятием, а после не жалею, ведь с каждым занятием я живу и знаю, что день прошел не зря.

Я хочу в наш клуб и буду продолжать ходить, а если не представлю, то на это должна быть уж слишком редкая причина, так что мне трудно будет перестать ходить на занятия.

Машкина Катя

Муниципальное учреждение культуры
"Центральная межпоселенческая библиотека" Куйбышевского района

