

**Разработка тренинга «ЕСТЬ КОНТАКТ!»  
для волонтеров, работающих с детьми  
с ограниченными возможностями здоровья**

***Автор: Якушевич Елена, депутат Молодежного парламента  
при Мостовском районном Совете депутатов***

**Цель:** формирование у учащихся психологической готовности к волонтерской деятельности.

**Задачи:**

*образовательные:*

обучить учащихся социально-эмоциональным навыкам;

*развивающие:*

формировать способность устанавливать и поддерживать позитивные взаимоотношения с другими людьми;

развивать свои сильные и слабые стороны, чувство уверенности в себе;

развивать навыки активного слушания, сотрудничества;

*воспитательные:*

воспитывать уважительное отношение к людям;

воспитывать способность к сопереживанию, оказанию поддержки и помощи.

**Категория учащихся:** депутаты Молодежного парламента при Мостовском районном Совете депутатов.

**Возраст учащихся:** 9-11 классы.

**Методы и приемы:** игры и упражнения, направленные на социально-эмоциональное развитие учащихся.

**Оборудование и материалы:** планшеты, клубок ниток, рукавичка, повязки для глаз, банты, перчатки, платки, шарфы.

**Ход тренинга**

Приветствие и знакомство (*клубок ниток*).

Рефлексия начала тренинга (*передают рукавичку добра с пожеланиями друг другу.*)

*Вводное слово ведущего тренинга.*

Под волонтерской деятельностью понимается форма социального служения, осуществляемая по свободному волеизъявлению граждан, направленная на бескорыстное оказание социально значимых услуг на местном, национальном или международном уровнях, способствующая личностному росту и развитию выполняющих эту деятельность граждан (добровольцев).

Социально-психологическая готовность молодежи к волонтерской деятельности проявляется в осознании и контроле собственных эмоций; стрессоустойчивости; смелости в принятии решений и развитии лидерских навыков.

Направления, формы, методы и технологии добровольческой деятельности зависят от целевой аудитории, то есть особо нуждающихся в помощи категорий населения.

Одним из значимых направлений волонтерской деятельности является помощь детям с ограниченными возможностями здоровья. Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – это дети, имеющие недостатки в физическом и (или) психическом развитии. Дети с ограниченными возможностями здоровья должны обеспечиваться не только медико-социальным, но и психолого-педагогическим сопровождением, включающим такую составляющую, как работа со средой (социальным окружением), в которую интегрируется ребенок.

### **Упражнение-разминка «Импульс».**

Сейчас для дальнейшего общения, и чтобы снять напряжение и волнение, которое, безусловно, у нас с вами присутствует, выполним несложное упражнение. Давайте встанем в круг, возьмемся за руки, и будем передавать «импульс»: будем сжатием руки передавать друг другу ту или иную эмоцию. «Импульс» начинает передавать ведущий тренинга.

Итак, начинаем. Я передаю «импульс» тепла. *(Каждый участник сжимает правой рукой руку рядом стоящего, передавая таким образом «импульс», когда импульс вернется к ведущему, он вновь его отправляет.)* Я передаю импульс добра, радостного настроения, счастья.

### **Упражнение «Я пришел сюда, чтобы...» /мотивация/.**

*Учащиеся по очереди говорят.*

### **Упражнение «Коммуникатор».**

Ведущий выходит из кабинета, остальные участники делятся на 4 команды и получают задание:

1. команда должна улыбаться, когда к ней обращаются и отвечать с улыбкой;
2. команда не должна улыбаться;
3. команда не должна смотреть в глаза ведущему;
4. команда должна смотреть в глаза ведущему.

Вернувшись, ведущий должен будет поздороваться с любым учащимся. Произнести какое-то приветствие, чем-то поинтересоваться. В завершении упражнения спросите у ведущего: с представителем какой команды он мог бы скорее вступить в контакт. Делаем вывод, что установить контакт помогает улыбка, взгляд, открытая поза.

### **Упражнение «Снеговик» / Рассогласование тела и интеллекта/.**

Упражнение выполняется в положении альбом на голове, придерживать не ведущей рукой, взять фломастер и четко выполнять инструкции. Не разговаривать.

Начните с того, что:

Нарисуйте в верхней части планшета маленький ровный круг – это будет голова снеговика.

Теперь в нижней части планшета нарисуйте большой круг – основание снеговика.

Теперь вернитесь к голове снеговика и нарисуйте на ней черный цилиндр.

В промежутке между маленьким и большим кругами нарисуйте круг среднего размера – это будет туловище снеговика.

Теперь снова вернитесь к голове и в правой ее части нарисуйте кусочек угля – глаз снеговика.

С левой стороны туловища нарисуйте ветку-руку снеговика, чтобы она заканчивалась в виде пальцев, держащих метлу.

Ровно в том месте, где соприкасаются маленький и средний круги, нарисуйте шарф, обмотанный вокруг шеи снеговика, чтобы его концы развевались по ветру вправо.

Нарисуйте второй глаз в левой части снеговика и точно посередине между глаз нарисуйте нос-морковку.

С правой стороны туловища нарисуйте еще одну ветку-руку, чтобы на ней сидела птичка – породу выбирайте сами, – причем ровно посередине ветки.

Нарисуйте улыбку на лице снеговика. Теперь нарисуйте маленькую елочку, стоящую слева от снеговика. Прекратите рисовать.

Теперь можете взглянуть на свое художественное произведение.

### **РЕФЛЕКСИЯ.**

Какие чувства, испытывали при работе?

Что мешало?

Как отражался на работе быстрый темп и «сухость» ведущего?

Какие чувства вызывал ведущий?

Какие чувства вызвал результат работы?

*Учащиеся отвечают на вопросы.*

### **Упражнение «Жизнь в темноте».**

Давайте мы немного подвигаемся. Сейчас я попрошу вас встать, завязать повязкой глаза и представить себя в темной незнакомой комнате. А теперь будьте предельно внимательны и осторожны, выполняя команды. Не открывая глаз, ответьте, пожалуйста, где вы находитесь, куда пришли? А прийти вы должны были туда, откуда начали движение.

Откройте глаза. Получилось ли прийти в нужную точку? Что вы чувствовали, двигаясь с закрытыми глазами? Согласны ли вы, что с дружеской помощью вам было бы намного комфортнее, надежнее?

*Учащиеся отвечают на вопросы.*

Вот так чувствуют себя в нашей жизни люди с проблемами зрения.

Существует специальная азбука – азбука Брайля, чтобы эти люди тоже могли читать, обучаться, общаться.

В основе ее стоит выпуклое шеститочие: комбинациями точек обозначаются и буквы, и цифры, и нотные знаки.

**Упражнение «Я вас не слышу...».**

А как живут люди с проблемами слуха? Ведь на улице они не слышат гудков автомобилей, их не окликнешь, не предупредишь об опасности издали.

А они общаются жестами, это – жестовая речь. Поэтому таким людям необходимо видеть руки и лицо собеседника.

**Упражнение «Что такое компенсаторные возможности».**

Есть люди, у которых нет руки или ноги, или обеих рук и ног, или руки и ноги совсем не слушаются своего хозяина. Они вынуждены постоянно пользоваться посторонней помощью.

Представьте свое утро со связанными руками: как умываться, завтракать, одеваться? (*Пробное упражнение – рука зафиксирована платком к телу и с помощью только 1 руки, надеть перчатку или завязать бант.*).

**Упражнение «Цепочка».**

Участники тренинга по очереди называют что-нибудь в поведении человека с ограниченными возможностями, которое может помешать им в общении с ним.

**Упражнение «ЕСТЬ КОНТАКТ!».**

Каждый участник группы с помощью своего мобильного находит группу в ВК или ОК, которая оказывает помощь людям с ограниченными возможностями здоровья (фонд милосердия, фонд Константина Хабенского, помощь детям с ДЦП и др.).

Участник тренинга читает в течение нескольких минут репосты и находит тот, которым он желает поделиться с собственным комментарием (как волонтер) в социальных сетях.

**Обсуждение:** Какую группу по оказанию помощи другим вы нашли в социальной сети? Как вы считаете, какая доля правды в сообщениях данной группы существует? Как вы воспринимаете данную информацию? Почему вы захотели поделиться именно такой информацией с другими людьми? Какой комментарий вы сделали?

*Учащиеся отвечают на вопросы.*

**Ритуал прощания.**

Возьмите то, что вам сейчас важно /работа с метафорическими картами-спокойствие, силы, понимание, терпение, веру и т.д./, а затем возьмите то, что вы хотели бы подарить другу /подарок другу/.

Мы закончим нашу встречу, встав в круг, взявшись за руки. И пожелаем друг другу: «Направь шаги тропею доброты!».