

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
детский сад «Семицветик»

Программа психологического сопровождения семей,
воспитывающих детей дошкольного возраста с ограниченными
возможностями здоровья
«Мы вместе: путь развития и принятия»

Автор: Поважная Наталья Анатольевна,
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

п.Зимовники
2025 г.

Содержание

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	4
Социальная значимость программы	5
Формы и методы работы в рамках программы	7
Структура и содержание программы	8
Целевая группа программы психологического сопровождения	12
Проблемы, на решение которых направлена программа	13
Планируемые результаты и оценка эффективности реализации программы	14
Факторы и риски, влияющие на эффективность применения практики	17
Ресурсное обеспечение реализации программы	18
Список литературы	23
Краткая аннотация программы	24
Приложение 1. Конспекты информационно-просветительских встреч с родителями в формате интерактивного семинара-практикума (Блок 2)	26
Приложение 2. Конспекты встреч детско-родительского клуба «Ладшки» (Блок 3)	30
Приложение 3. Конспекты встреч группы поддержки для родителей «Ты не одна» (Блок 3)	33
Приложение 4. Конспекты коррекционно-развивающих занятия с детьми (Блок 3)	37
Приложение 5. Конспект семинара практикума для воспитателей «Единый язык общения» (Блок 4)	40
Приложение 6. Календарно-тематическое планирование	44

Пояснительная записка

Воспитание ребёнка с ОВЗ ставит перед семьёй уникальные вызовы. Родители проходят через сложный спектр эмоций: от шока и отрицания до тревоги, вины и, наконец, конструктивного принятия. Часто они сталкиваются с социальной изоляцией, хронической усталостью и нехваткой знаний о том, как правильно развивать и обучать своего ребёнка.

Актуальность данной программы обусловлена комплексом социальных, психологических и образовательных факторов современного общества.

Во-первых, рост числа детей с ОВЗ. По данным статистики, количество детей с ограниченными возможностями здоровья дошкольного возраста продолжает расти.

Во-вторых, семья как ключевая коррекционно-развивающая среда. Для ребёнка с особенностями развития семья — это первичное и наиболее эмоционально значимое пространство жизнедеятельности. Именно в семье формируется либо деформируется личность, закладываются механизмы компенсации дефекта.

В-третьих, профилактика вторичных нарушений у ребёнка. Отсутствие грамотной поддержки семьи приводит к усугублению состояния ребёнка: нарушению детско-родительских отношений, закреплению патологических форм поведения, социальной дезадаптации. Своевременное сопровождение позволяет предотвратить эти риски и создать условия для максимально возможного развития потенциала ребёнка.

Программа обладает рядом *отличительных особенностей*:

1. Системный подход (работа со всей средой ребёнка)

Данная программа рассматривает ребенка в центре системы «ребёнок — родитель — педагог». Программа работает не с изолированным симптомом у детей, а с качеством связей внутри этой триады. Изменение состояния одного элемента (например, снижение тревоги у матери) автоматически запускает позитивные изменения в поведении ребёнка и снижает напряжение в образовательном учреждении.

2. Приоритет работы с ресурсом взрослого

Ключевая особенность программы — признание того факта, что главным инструментом реабилитации является эмоционально стабильный взрослый. Значительная часть времени и методов направлена не на обучение родителей «как лечить ребёнка», а на оказание им прямой психологической помощи:

- * профилактика выгорания;
- * работа с чувством вины и стадиями принятия;
- * легализация права родителя на отдых (правило кислородной маски);
- * создание поддерживающего сообщества для борьбы с изоляцией.

3. Смещение фокуса с дефекта на способность к игре

Программа деконструирует стереотип о том, что развитие — это сидение за столом с карточками. Основной инструмент воздействия здесь — игра во всех её проявлениях (от сенсорных коробок до сюжетно-ролевых игр). Через детско-родительскую группу «Ладошки» родители учатся видеть

развивающий потенциал в простом взаимодействии, что снимает с них груз гиперответственности за академические успехи дошкольника и возвращает отношениям лёгкость.

4. Практико-ориентированный формат («Возьми и сделай»)

Встречи Родительского клуба построены не в формате лекций, а как интерактивные мастер-классы и тренинги. Каждая встреча заканчивается тем, что родитель получает конкретный алгоритм действия: дыхательную технику для снятия стресса, речевой модуль для разговора с ребёнком, идею простой игры из подручных материалов. Это повышает мотивацию и вовлечённость семей.

5. Гибкость и адаптивность маршрута

Программа учитывает нелинейность проживания кризиса. В то время как один родитель уже готов обсуждать подготовку к школе, другой может находиться в стадии острого горя. Формат индивидуальных консультаций, существующий параллельно с групповой работой, позволяет психологу дозировать информацию и оказывать поддержку строго в соответствии с актуальным состоянием конкретной семьи.

Таким образом, программа «Мы вместе: путь развития и принятия» является актуальной, поскольку она направлена не просто на коррекцию развития ребёнка, а на создание целостной системы вокруг него, центром которой выступает благополучная и компетентная семья.

Цели и задачи программы

Цель программы: создание системы комплексной психолого-педагогической помощи семьям для оптимизации детско-родительских отношений, гармонизации семейного климата и повышения эффективности развития ребёнка с ОВЗ.

Задачи программы:

1. Диагностические: изучить особенности семьи, стили воспитания, уровень психоэмоционального состояния родителей и специфику детско-родительского взаимодействия.

2. Информационно-просветительские: повысить уровень психологической грамотности родителей в вопросах возрастных и индивидуальных особенностей их ребёнка, методов коррекции и обучения.

3. Коррекционно-развивающие: оказать помощь в преодолении трудностей во взаимодействии с ребёнком; скорректировать неэффективные модели воспитания; развить у детей коммуникативные, социальные и игровые навыки.

4. Консультативные: предоставить родителям возможность получить индивидуальную поддержку по вопросам воспитания, развития и решения личных психологических проблем, связанных с ситуацией родительства.

5. Профилактические: предупредить развитие вторичных психологических проблем у ребёнка (тревожность, агрессивность) и эмоциональное выгорание у родителей.

Социальная значимость программы

Реализация программы направлена на достижение качественных, системных изменений в жизни всех участников образовательного процесса. Эти изменения можно рассматривать как переход из «зоны выживания» в «зону развития и качества жизни».

1. Изменения в жизни родителей (и семьи в целом)

Отношение к себе и своим чувствам:

До: Хроническое чувство вины («я виноват(а) в диагнозе»), стыда, тревоги за будущее; ощущение собственной некомпетентности; эмоциональное истощение и выгорание.

После: Принятие своих чувств как нормальной реакции на ненормальные обстоятельства. Снижение уровня ситуативной и личностной тревожности. Появление права на отдых и личные границы без чувства вины («кислородная маска»). Повышение самооценки как родителя.

Взаимодействие с ребёнком:

До: Гиперопека или отстранённость; фокус на дефекте ребёнка, а не на его личности; общение через приказы и инструкции; игра воспринимается как обязанность или лечение.

После: Смещение фокуса с диагноза на личность ребёнка. Умение видеть сильные стороны и успехи. Овладение навыками развивающего взаимодействия: родители знают, как играть дома для развития речи, моторики и эмоций. Установление тёплого, доверительного контакта. Игра становится общим удовольствием, а не терапией.

Семейная система:

До: Ревность здоровых сиблингов, которым не хватает внимания; конфликты супругов по вопросам воспитания; социальная изоляция семьи.

После: более равномерное распределение родительского внимания между детьми. Улучшение супружеских отношений за счёт появления общего языка и разделения ответственности. Расширение социальных связей благодаря участию в группах поддержки и общению с другими семьями в схожей ситуации.

2. Изменения в жизни ребёнка с ОВЗ

Эмоционально-волевая сфера:

До: Высокая тревожность, страхи, агрессивные вспышки или уход в себя как реакция на непонимание и давление среды; низкая самооценка.

После: Снижение проявлений дезадаптивного поведения. Ребёнок учится распознавать свои эмоции и экологично их выражать (с помощью психолога и родителей). Повышается уверенность в себе, появляется инициативность.

Познавательное и речевое развитие:

До: Задержки в развитии высших психических функций, обусловленные не только первичным дефектом, но и отсутствием качественной игровой деятельности дома.

После: Положительная динамика в развитии познавательных процессов за счёт того, что среда вокруг ребёнка стала более развивающей и предсказуемой. Стимуляция речевой активности через качественное общение со взрослыми.

Социализация и коммуникация:

До: Трудности вступления в контакт со сверстниками, отсутствие навыков совместной игры, ведомая позиция.

После: Развитие игровых навыков от манипуляции к сюжетно-ролевой игре. Появление интереса к другим детям. Формирование базовых коммуникативных умений (просить, предлагать, отказывать).

3. Изменения в профессиональной деятельности педагогов

Профессиональная компетентность:

До: Чувство растерянности и страха перед сложными случаями; использование шаблонных методов, которые не работают; дефицит знаний о специфике конкретных нарушений.

После: Рост уверенности в своих силах. Владение конкретными приёмами работы с детьми с ОВЗ и техниками коммуникации с их родителями. Понимание алгоритма действий в конфликтных ситуациях.

Психологическое состояние:

До: Высокий риск профессионального выгорания, цинизм, усталость, синдром «загнанной домохозяйки/воспитателя».

После: Профилактика выгорания через освоение техник саморегуляции и работу в интервизорской группе. Появление ресурса для эмпатичного общения. Радость от видимых результатов труда.

Командное взаимодействие:

До: Рассогласованность действий специалистов (логопед говорит одно, воспитатель — другое), перекладывание ответственности.

После: Формирование единой команды сопровождения. Создание единого понятийного аппарата и общей стратегии работы с семьёй. Эффективная работа психолого-медико-педагогического консилиума (ППК).

4. Системные изменения (уровень «Семья — ДОО»)

До: Отношения формата «заказчик-исполнитель», где семья требует, а учреждение оправдывается. Недоверие, скрытые претензии, размытая ответственность.

После: Переход к формату партнёрства. Семья становится активным участником реабилитационного процесса, продолжая работу детского сада дома. Педагоги получают поддержку семьи в реализации индивидуальных программ. Формируется единое поддерживающее пространство вокруг ребёнка, где все действуют согласованно ради общей цели.

Таким образом, программа создаёт эффект домино: изменение состояния одного элемента системы (например, снижение тревоги у мамы) неизбежно ведёт к позитивным сдвигам во всей системе, создавая устойчивую базу для дальнейшего благополучного развития ребёнка.

Формы и методы работы в рамках программы

В рамках программы «Мы вместе: путь развития и принятия» используется интегративный подход, сочетающий классические психотерапевтические техники с педагогическими методами. Формы работы дифференцированы для каждой целевой группы.

1. Работа с родителями

Формы организации:

Родительский клуб: групповые тематические встречи (1 раз в месяц).

Группа поддержки («Ты не одна»): закрытые терапевтические группы только для родителей (без детей и специалистов) (1–2 раза в месяц).

Индивидуальное консультирование: очные или онлайн-встречи по запросу/с результатами диагностики.

Психопросвещение: создание и рассылка памяток, буклетов, чек-листов в мессенджеры.

Домашние задания: практические упражнения для отработки навыков между встречами.

Методы работы:

Мини-лекции: компактная подача теоретического материала простым языком (5–10 минут).

Групповая дискуссия: обсуждение тем (вина, гнев, принятие диагноза), обмен опытом.

Упражнения на рефлекссию чувств: техника «Письмо чувству», методика «Термометр состояния».

Арт-терапевтические техники: рисуночные методы («Мой сосуд ресурсов», «Автопортрет моей семьи») для безопасного выражения эмоций.

Телесно-ориентированные практики: дыхательные техники (например, «Квадрат»), мышечная релаксация по Джекобсону для снятия острого стресса.

Ролевые игры: проигрывание диалогов с ребёнком, врачом или представителями бюрократических структур.

Метафорические ассоциативные карты (МАК): работа с образами для выявления скрытых переживаний и ресурсов.

2. Детско-родительская группа («Ладони»)

Формы организации:

Совместные игровые сессии родителя и ребёнка под руководством психолога. Парные и круговые взаимодействия.

Методы работы:

Игровая терапия: следование за интересом ребёнка, расширение сюжета его игры.

Совместное творчество (арт-терапия): рисование на одном листе, создание общей коллажной композиции, лепка из глины/пластилина.

Песочная терапия: совместное построение миров в песочнице для проработки внутрисемейных конфликтов и укрепления привязанности.

Сказкотерапия: сочинение и разыгрывание терапевтических сказок, где герой справляется со сложностями, похожими на проблемы участников.

Сенсомоторные игры: использование кинетического песка, круп, воды, тканей, природных материалов для стабилизации нервной системы.

Танце-двигательная терапия: парные телесные упражнения, контактные танцы для установления невербального контакта.

3. Коррекционно-развивающие занятия с детьми

Формы организации:

Индивидуальные занятия. Занятия в мини-группах (2–4 человека).

Методы работы:

Нейропсихологические упражнения: дыхательные глазодвигательные упражнения, растяжки, ползание для формирования межполушарного взаимодействия.

Когнитивные тренинги: игры на развитие внимания, памяти, мышления (корректирующие пробы, таблицы Шульте в игровой форме, блоки Дьенеша).

Коммуникативные игры: упражнения на распознавание эмоций (по фото, пиктограммам), ролевые диалоги.

Элементы АВА-терапии (прикладного анализа поведения): визуальные расписания, социальные истории — строго дозированно, для формирования бытовых и учебных навыков у детей с РАС.

Метод замещающего онтогенеза: проползание базовых двигательных паттернов для восполнения дефицитов раннего развития.

4. Работа с педагогическим коллективом

Формы организации:

Обучающие семинары-практикумы, интервизорские группы (разбор кейсов), тренинги, индивидуальные консультации педагогов, участие в ППк ДОО.

Методы работы:

Балинтовские группы: метод групповой тренинговой работы для анализа трудных случаев взаимодействия с семьёй без поиска виноватых.

Тренинг ассертивности: обучение навыкам уверенного отказа и отстаивания границ.

Мастер-классы: демонстрация конкретных приёмов работы (как сделать сенсорную коробку, как использовать таймер для ребёнка с СДВГ).

Практики осознанности: короткие медитации в начале педсоветов для центрирования коллектива.

Все перечисленные методы направлены на достижение главной цели — создания поддерживающей среды вокруг ребёнка через гармонизацию всех систем, в которые он включён.

Структура и содержание программы

Программа представляет собой *циклический процесс*, рассчитана на один учебный год и включает четыре взаимосвязанных блока.

Блок 1. Диагностический (сентябрь – октябрь)

Цель: составить «психологический портрет» семьи и ребёнка:

- наблюдение за взаимодействием родителя и ребёнка в свободной и организованной деятельности.
- беседа с родителями (первичное интервью).
- анкетирование: опросники для выявления стиля воспитания (методика АСВ Эйдемиллера, Юстицкиса), уровня тревожности (шкала Спилбергера-Ханина) и родительского выгорания (опросник Бойко).
- диагностика ребёнка (по запросу и с согласия родителей): оценка уровня развития познавательной сферы, эмоционально-волевой регуляции, коммуникативных навыков.

Блок 2. Информационно-просветительский (октябрь – апрель, ежемесячные встречи)

Цель: дать родителям знания и инструменты.

Формат: родительский клуб «Осознанный родитель».

Темы встреч:

- «Мой ребёнок особенный: стадии принятия диагноза».
- «Как говорить, чтобы он услышал? Эффективные способы общения с ребёнком».
- «Игра — это серьёзно! Как играть и развивать ребёнка дома».
- «Тайная комната детских эмоций: гнев, страх, радость. Что с ними делать?»
- «Мама тоже человек: ресурсы и профилактика выгорания».
- «Готовимся к школе: что действительно важно для будущего первоклассника с ОВЗ?»

Блок 3. Практический (коррекционно-развивающий) (ноябрь – май)

Это ядро программы, включающее работу в разных форматах.

1. Индивидуальное консультирование родителей

По результатам диагностики или по запросу. Помощь в решении конкретных поведенческих проблем ребёнка, работа с чувствами вины, гнева, тревоги у родителей.

2. Детско-родительская группа «Ладшки»

Групповые занятия, где родители и дети участвуют вместе.

Цели: улучшение взаимопонимания, обучение родителей способам игровой терапии, развитие привязанности.

Формы работы: совместные арт-терапевтические сессии (рисование, лепка), песочная терапия, телесно-ориентированные игры, совместное изготовление поделок.

3. Группа поддержки для родителей «Ты не одна»

Встречи только для родителей без детей.

Цели: обмен опытом, снижение чувства одиночества и изоляции, взаимная поддержка.

Формы работы: групповая дискуссия, элементы тренинга, релаксационные техники. Ведущий (педагог-психолог) выступает модератором, создавая безопасное пространство.

4. Коррекционно-развивающие занятия с детьми

Индивидуальные или мини-групповые (2-3 человека) занятия с детьми, направленные на развитие дефицитных функций (речь, внимание, моторика, социализация). Важной частью является демонстрация приёмов работы родителям.

Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением «Компетентный наставник»

Цель блока: повышение психолого-педагогической компетентности педагогов в вопросах сопровождения детей с ОВЗ и их семей; профилактика профессионального выгорания; создание единой стратегии поддержки ребёнка всеми участниками образовательного процесса.

Формы работы:

- Обучающие семинары-практикумы («Дневник мамы особого ребенка», «Единый язык общения»).
- Тренинги профессионального роста и профилактики выгорания (Тренинг коммуникативных навыков «Как говорить о сложном», тренинги по профилактике СЭВ: «Апельсиновый тренинг», «Детство – счастливая пора», «Весеннее путешествие», «Путешествие в лес», «Путешествие по Востоку»).
- Индивидуальные консультации.
- Методические рекомендации и памятки.

Блок 4. Заключительный (Итоговый) (Май)

Цель: подведение итогов, закрепление результатов.

Повторная экспресс-диагностика (для оценки динамики).

Итоговое занятие детско-родительской группы с рефлексией («Чему мы научились за этот год»).

Круглый стол для родителей с чаепитием, вручение символических грамот за активное участие.

Разработка рекомендаций для каждой семьи на летний период.

Алгоритм реализации программы

Этап I. Подготовительно-диагностический (сентябрь – октябрь)

Цель: Установление доверительного контакта, сбор информации о семье и ребёнке, формирование запроса.

Алгоритм реализации:

Выявление целевой группы. Педагог-психолог совместно с администрацией и воспитателями формирует списки семей, чьи дети имеют заключение ПМПК.

Установочная встреча-знакомство («Психологическая гостиная»). Приглашение всех родителей целевой группы на общую встречу.

Презентация программы: цели, задачи, расписание встреч, правила конфиденциальности.

Создание безопасной атмосферы, снятие первичного напряжения через упражнения-ледоколы.

Сбор первичной информации. Проведение индивидуальных бесед-консультаций с каждой семьёй для уточнения анамнеза и формирования первичного запроса.

Анкетирование родителей (стили воспитания, уровень выгорания).

Диагностика. Наблюдение за ребёнком в группе (во время игры, занятий, режимных моментов).

Углублённая диагностика ребёнка (по запросу/с согласия): познавательная сфера, эмоционально-волевая регуляция, игра.

Старт работы с педагогами. Проведение установочного семинара-практикума для педагогов («Фундамент понимания»).

Организация интервизорской группы (график встреч).

Анализ данных и планирование. Психолог обобщает результаты, составляет индивидуальные психологические портреты детей и общие характеристики семей, корректирует тематический план родительского клуба.

Этап II. Основной (практико-ориентированный) (ноябрь – апрель)

Цель: Реализация коррекционно-развивающих и просветительских мероприятий, гармонизация отношений.

Алгоритм реализации:

Работа ведётся параллельно по трём направлениям.

Направление 1. Работа с родителями (Блоки 2 и 3)

Ежемесячное проведение встреч Родительского клуба согласно утверждённому плану.

Запуск детско-родительской группы «Ладшки» (занятия 1–2 раза в месяц).

Запуск группы поддержки для родителей «Ты не одна» (встречи 1 раз в месяц).

Осуществление записи на индивидуальные консультации по результатам диагностики или личному запросу.

Направление 2. Работа с детьми

Проведение индивидуальных или подгрупповых (2–3 человека) коррекционно-развивающих занятий с детьми.

Обязательный компонент: открытые занятия или пятиминутки, где родители присутствуют/участвуют и видят приёмы работы специалиста.

Направление 3. Работа с педагогами

Регулярные встречи интервизорской группы (разбор кейсов).

Проведение обучающих семинаров и тренингов (коммуникативные навыки, профилактика выгорания).

Индивидуальные консультации педагогов по вопросам взаимодействия с конкретными семьями.

Участие психолога в заседаниях ППк ДОО для обсуждения динамики развития детей и координации действий команды специалистов.

Этап III. Итоговый (аналитико-рефлексивный) (май)

Цель: Оценка эффективности программы, закрепление положительных изменений, планирование дальнейшей поддержки.

Алгоритм реализации:

Итоговая диагностика. Повторное анкетирование родителей (оценка уровня выгорания, стиля воспитания — для выявления динамики).

Краткая повторная диагностика детей (для фиксации прогресса).

Проведение итоговых мероприятий. Заключительное занятие детско-родительской группы «Ладочки» с рефлексией и творческим заданием (например, создание общей картины «Наше путешествие»).

Финальная встреча Родительского клуба в формате круглого стола с чаепитием.

Завершающий тренинг для педагогов «Ресурс специалиста».

Разработка рекомендаций. Подготовка для каждой семьи письменных «Рекомендаций на летний период» с учётом достигнутых результатов (игры, чтение, режим).

Передача сводной информации воспитателям выпускных групп и школьным психологам (с соблюдением этики) для обеспечения преемственности.

Аналитическая работа психолога. Систематизация данных, анализ эффективности использованных методов.

Составление отчёта о проделанной работе за год.

Праздничное завершение. Совместное мероприятие для всех участников программы (семейный праздник), направленное на укрепление созданного сообщества.

Организационный алгоритм (действует постоянно)

Информирование: Рассылка напоминаний о встречах (через мессенджеры, объявления).

Документация: Ведение журнала учёта консультаций, протоколов встреч, индивидуальных карт динамического наблюдения.

Обратная связь: после ключевых мероприятий просьба к участникам заполнить короткую анонимную форму отзыва.

Целевая группа программы психологического сопровождения

Программа разработана для комплексной работы с двумя взаимосвязанными целевыми аудиториями: семьями, воспитывающими детей дошкольного возраста с ОВЗ, и педагогическим составом образовательного учреждения.

1. Семьи, воспитывающие детей дошкольного возраста с ОВЗ

Это основная целевая группа, на которую направлены усилия по гармонизации детско-родительских отношений и повышению родительской компетентности.

Общая характеристика

Семьи представляют собой неоднородную группу, различающуюся по составу, социальному статусу, уровню образования и типу реакции на диагноз ребёнка. Ключевой объединяющей характеристикой является наличие хронического стресса, связанного как с особенностями развития ребёнка, так и с прохождением семьёй специфических кризисных этапов. Семья рассматривается не просто как среда воспитания, а как основной реабилитирующий фактор.

Объём выборки

В рамках одной дошкольной образовательной организации 10 семей, воспитывающих детей с ОВЗ.

Пол

Женщины (матери/бабушки/опекуны): составляют ядро целевой аудитории. Именно они чаще всего являются инициаторами обращения за помощью, «ведущими» родителями, испытывают основную нагрузку и находятся в зоне риска эмоционального выгорания.

Возраст родителей

Преимущественно от 25 до 45 лет. Этот возрастной диапазон охватывает период активной социализации, построения карьеры и воспитания других (здоровых) детей в семье. Наличие у родителей маленьких здоровых братьев/сестёр ребёнка с ОВЗ является важной контекстной характеристикой, усложняющей логику семьи и распределение внимания.

2. Педагогический коллектив ДОО (воспитатели, специалисты, администрация), работающий в условиях повышенной психологической нагрузки и нуждающийся в профилактике профессионального выгорания.

Проблемы, на решение которых направлена программа

Программа психологического сопровождения направлена на решение комплекса взаимосвязанных проблем, которые затрагивают все уровни системы «ребёнок — семья — образовательное учреждение». Эти проблемы можно разделить на несколько ключевых блоков.

1. Проблемы семьи

Психоэмоциональные проблемы родителей (в первую очередь матери)

Хронический стресс и эмоциональное выгорание. Постоянная включённость в реабилитационный процесс, режим, уход за ребёнком с высокими потребностями приводит к физическому и нервному истощению.

Феномен «скрытой инвалидности». Внешне ребёнок может выглядеть здоровым, что вызывает непонимание и осуждение со стороны окружающих («это плохое воспитание»), приводя к социальной изоляции семьи.

Негативные эмоциональные состояния: чувство вины («что я сделала не так?»), стыда, тревоги за будущее ребёнка, хроническая фрустрация из-за отсутствия быстрых результатов.

Кризис супружеских отношений. Разногласия по вопросам воспитания, неравномерное распределение нагрузки (когда один партнёр становится «главным реабилитологом», а другой уходит в работу или отстраняется).

Нарушение иерархии в семье. Ребёнок с ОВЗ часто становится центром семейной вселенной, его желания ставятся выше потребностей других членов семьи, включая здоровых сиблингов.

Проблемы детско-родительского взаимодействия

Симбиотическая связь. Гиперопека, стремление всё делать за ребёнка, что блокирует развитие его самостоятельности и навыков самообслуживания.

Инвалидизация. Восприятие ребёнка через призму его ограничений, а не возможностей. Родители делают для него слишком много, лишая инициативы.

Несоответствие требований возрасту. Либо заниженные требования («он же особенный, ему нельзя»), либо завышенные ожидания немедленного результата от занятий, что ведёт к конфликтам.

Трудности установления эмоционального контакта. Особенно актуально при расстройствах аутистического спектра (РАС), когда родитель не понимает сигналы ребёнка и теряет веру в свою способность быть «достаточно хорошей матерью».

2. Проблемы педагогического коллектива ДОО

Профессиональный стресс и риск выгорания. Педагоги сталкиваются с высокой ответственностью, сложными случаями и отсутствием видимого прогресса, что снижает мотивацию.

Недостаток психолого-педагогических компетенций. Воспитатели общеразвивающих групп часто не знают специфики работы с определёнными нарушениями (ЗПР, слабослышащие, ТНР) и чувствуют себя неуверенно.

Конфликты с родителями. Недовольство родителей темпами развития ребёнка может транслироваться на педагогов. С другой стороны, педагоги могут испытывать бессилие и раздражение из-за невыполнения родителями домашних рекомендаций.

Данная программа призвана стать мостом, который соединит эти три звена, переведёт их взаимодействие из плоскости «проблема-решение» в плоскость партнёрства «мы вместе растим этого ребёнка».

Планируемые результаты и оценка эффективности реализации программы

Для оценки эффективности программы «Мы вместе: путь развития и принятия» необходимо отслеживать изменения по ряду измеримых признаков, свойств и параметров. Это **качественные** показатели, и они разделены на четыре целевые группы.

1. Параметры психологического состояния родителей

Эти признаки отражают снижение уровня стресса и гармонизацию внутреннего мира взрослого.

- Уровень эмоционального выгорания: (по методике В.В. Бойко). Ожидаемый эффект: Снижение показателей по фазам «Тревога», «Резистенция» и «Истощение». Переход от доминирования фазы «Напряжение» к конструктивным стратегиям совладания.

- Уровень ситуативной и личностной тревожности: (шкала Спилбергера-Ханина). Ожидаемый эффект: Снижение баллов в диапазоне «высокая тревожность» до умеренного уровня. Способность родителя оставаться спокойным в ситуациях неопределённости, связанных с ребёнком.

- Чувство вины и самостигматизация: (качественный анализ через интервью/анкеты). Ожидаемый эффект: Смещение локуса контроля с самообвинения («я плохой родитель») на принятие ответственности за текущие действия («что я могу сделать сегодня?»). Снижение частоты использования слов-маркеров: «должен», «нельзя», «виноват».

- Индекс жизненной удовлетворённости / ресурсное состояние. Ожидаемый эффект: Появление в расписании родителя времени для собственных нужд (хобби, отдых), не связанных с ребёнком. Увеличение количества упоминаний позитивных событий в дневниках наблюдений.

2. Параметры детско-родительского взаимодействия

Здесь оценивается качество контакта между взрослым и ребёнком.

- Стиль семейного воспитания: (опросник АСВ Эйдемиллера — Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис). Ожидаемый эффект: Снижение показателей гиперпротекции (гиперопеки) и гипопротекции (безнадзорности). Уменьшение противоречивости требований.

- Качество привязанности и эмоциональный фон общения: (наблюдение, видеосъёмка свободной игры). Ожидаемый эффект: Увеличение эпизодов зрительного контакта, улыбок, тактильного контакта (объятия). Снижение количества вербальных инструкций и приказов, увеличение диалогов.

- Способность родителя следовать за интересом ребёнка. Ожидаемый эффект: Родитель перестаёт навязывать свою игру и начинает присоединяться к деятельности ребёнка, расширяя её сюжет.

3. Параметры развития и поведения ребёнка

Эффект транслируется на ребёнка опосредованно, через изменение среды.

- Игровая деятельность: (диагностика Е.О. Смирновой; наблюдение). Ожидаемый эффект: Переход игры от стадии манипуляции предметом к процессуальной игре, а затем к появлению элементов сюжета и роли. Увеличение продолжительности самостоятельной игры.

- Коммуникативные навыки и социализация. Ожидаемый эффект: рост инициативности в общении со сверстниками и взрослыми. Снижение проявлений агрессии как способа привлечь внимание. Появление навыков просьбы и отказа словами, а не криком.

- Эмоциональная регуляция. Ожидаемый эффект: Сокращение частоты и интенсивности истерик. Ребёнок чаще использует социально приемлемые способы выражения гнева или страха (например, может сказать «я злюсь»).

- Познавательная активность. Ожидаемый эффект: Увеличение познавательного интереса, концентрации внимания на задаче в течение более длительного времени (на 2–5 минут).

4. Параметры профессиональной компетентности педагогов (показатели изменений в работе специалистов ДОО).

- Уровень профессионального выгорания: (методика МБИ Маслач К.). Ожидаемый эффект: Редукция личных достижений (педагог снова чувствует удовлетворение от работы), снижение цинизма и эмоционального истощения.

- Субъективная уверенность в работе с семьями детей с ОВЗ (самооценка по шкале). Ожидаемый эффект: педагоги отмечают рост уверенности при проведении бесед с родителями о трудностях ребёнка. Исчезновение страха перед конфликтами.

- Компетентность во взаимодействии с родителями: (анализ кейсов, экспертная оценка психолога). Ожидаемый эффект: Использование техник активного слушания, и Я-сообщений вместо директивных указаний. Умение выстраивать границы.

- Сплочённость команды сопровождения (ППк). Ожидаемый эффект: Наличие единого плана работы с семьёй, отсутствие противоречивых рекомендаций разным членам семьи от разных специалистов.

Количественные показатели позволяют объективно измерить эффективность программы. Для удобства они разделены по целевым группам и методам сбора данных.

1. Показатели состояния родителей

Эти данные собираются с помощью психодиагностических методик в начале (сентябрь) и в конце (май) программы для сравнения динамики.

Уровень эмоционального выгорания (Методика В.В. Бойко), Уровень тревожности (Шкала Спилбергера-Ханина), Чувство вины (Опросник «Анализ семейных взаимоотношений», Субъективная оценка ресурса.

2. Показатели детско-родительского взаимодействия

Данные получают методом включённого наблюдения или свободной игры (кодирование поведения по схеме КАРПО): Продолжительность совместной игры, Частота вербальных инструкций родителя, Частота поддерживающих высказываний, Количество тактильных контактов.

3. Показатели развития и поведения ребёнка

Фиксируются специалистами (психологом, логопедом, дефектологом) через протоколы наблюдений и карты динамического наблюдения: Эмоциональная регуляция, Игровая деятельность, Коммуникация, Познавательная сфера.

4. Профессиональный ресурс педагогов

Уровень цинизма (по опроснику Маслач).

Количество пропусков по болезни среди педагогов (как маркер стресса).

Мониторинг этих параметров проводится дважды (вводный — сентябрь/октябрь, итоговый — май), что позволяет объективно зафиксировать динамику и скорректировать ход реализации программы.

Факторы и риски, влияющие на эффективность применения практики

Эффективность любой психолого-педагогической программы зависит не только от качества её содержания, но и от внешних и внутренних условий реализации. Ниже представлен анализ факторов и рисков для программы «Мы вместе: путь развития и принятия».

Факторы успеха (что помогает)

1. Организационно-административные факторы

Позиция администрации ДООУ: активная поддержка со стороны заведующего и старшего воспитателя, выделение фиксированного времени в расписании специалистов под программу (а не «когда будет окно»).

Материально-техническое обеспечение: наличие отдельного кабинета для индивидуальных консультаций и групповой работы, закупка качественных материалов для арт-терапии и сенсорных игр.

Системность: интеграция программы в годовой план работы учреждения, а не реализация как разового проекта по личной инициативе психолога.

2. Профессионально-личностные факторы

Компетентность ведущего: высокий уровень подготовки педагога-психолога, владение диагностическим инструментарием, навыки фасилитации группы и управления конфликтами.

Личность специалиста: способность выдерживать чужую боль без выгорания, эмпатия, гибкость, отсутствие директивности («я знаю, как вам жить»).

Командная работа: готовность логопеда, дефектолога и воспитателей участвовать в интервизиях и следовать единой стратегии, отказавшись от ведомственных барьеров.

3. Мотивационные факторы участников

Осознанный запрос родителей: семья пришла не потому, что «врач направил», а с внутренним желанием разобраться в ситуации.

Вовлечённость педагогов: специалисты видят в программе ресурс для своей работы, а не дополнительную неоплачиваемую нагрузку.

Раннее вмешательство: начало работы на стадиях шока или гнева более эффективно, чем попытки реанимировать семью на стадии глубокого хронического кризиса.

Риски и ограничивающие факторы (что мешает)

1. Внешние риски

Низкая явка / нестабильность состава Родители пропускают встречи из-за усталости, бытовых проблем, неверия в успех или отсутствия физической возможности прийти (нет няни). Группа не сплочивается, динамика отсутствует, программа превращается в серию лекций для случайных людей.

Высокий уровень вторичной выгоды у семьи Симптом ребёнка (например, истерики) является единственным способом для матери получить внимание мужа или избежать выхода на работу. Саботаж рекомендаций; любая попытка научить мать самостоятельности ребёнка воспринимается как угроза безопасности семьи.

Глубокие супружеские конфликты Один партнёр саботирует участие другого, обесценивает усилия специалистов. Семья находится в процессе развода. Невозможность выстроить единую стратегию воспитания; ребёнок становится инструментом манипуляции.

Непрофессиональное окружение Вмешательство бабушек/дедушек с архаичными взглядами («пороть надо», «само пройдёт») или общение родителей в деструктивных интернет-сообществах. Дискредитация рекомендаций психолога; усиление тревоги родителя через непроверенную информацию.

Бюрократическая нагрузка на педагогов Подготовка к проверкам, заполнение отчётов занимают всё время специалистов. Педагоги посещают семинары формально, не участвуют в интервизиях, выгорают быстрее, чем получают помощь.

2. Внутренние риски (процессуальные)

Переход педагога-психолога из позиции помогающего специалиста в позицию спасателя или судьи; чрезмерная эмоциональная вовлечённость. Быстрое профессиональное выгорание самого психолога; формирование зависимости у родителей.

Несоответствие темпа группы В одной группе оказались родители в острой стадии горя и родители в стадии конструктивного принятия. Опытные участники уходят, так как им скучно; новички пугаются сильных эмоций других и тоже прекращают ходить.

Отсутствие измеримых целей Работа ведётся «для галочки», нет протоколов диагностики до/после. Невозможно доказать эффективность практики ни родителям, ни руководству; риск закрытия программы из-за отсутствия финансирования.

Ресурсное обеспечение реализации программы

Требования к специалистам, реализующим программу:

Специалист, реализующий программу (педагог-психолог), должен иметь среднее профессиональное, либо высшее профессиональное образование; владеть базовыми знаниями общей, возрастной, клинической психологии,

психодиагностики и психологического консультирования.

Методические материалы

Для качественной реализации программы «Мы вместе: путь развития и принятия» специалисту необходим доступ к фундаментальной литературе, современным практическим пособиям и инструментам диагностики.

1. Фундаментальная литература (Теоретическая база)

Эти книги формируют системное видение проблемы семьи ребёнка с ОВЗ.

Выготский Л.С. «Основы дефектологии». Зачем: Концепция о единстве аффекта и интеллекта, учение о зоне ближайшего развития и компенсации. Это база для понимания того, что развитие ребёнка невозможно в отрыве от его эмоционального состояния.

Селигман М., Дарлинг Р.Б. «Обычные семьи, особые дети». (Перевод англ. издания). Зачем: Классический труд по семейному системному подходу в контексте инвалидности. Подробно описаны стадии адаптации семьи и влияние рождения особого ребёнка на супружескую подсистему и здоровых сиблингов.

Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребёнком. Как?». Зачем: несмотря на универсальность, книга незаменима для блока работы с коммуникацией. Техника «Я-высказываний» и активного слушания — главный инструмент деэскалации конфликтов с родителями.

Фюр Г. «Запрещённое горе». (Перевод шведского издания). Зачем: Глубокое исследование переживания горя родителями детей с особенностями развития. Помогает психологу легализовать чувства вины и утраты у участников группы.

2. Практические руководства и методики

Мамайчук И.И. «Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии». Зачем: Пошаговое описание конкретных техник нейропсихологической коррекции, арт-терапии и игровой терапии для разных нозологий.

Лютова-Робертс Е.К., Моница Г.Б. «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми». Зачем: Готовый конструктор игр и упражнений для детско-родительской группы «Ладошки». Содержит протоколы занятий на снижение агрессии и развитие эмпатии.

Баенская Е.Р. «Помощь в воспитании детей с особым эмоциональным развитием». Зачем: Специализированный материал для работы с детьми с РАС. Описывает способы установления аффективного контакта через сенсорные игры.

Битова А.Л. (ред.) «Особый ребёнок. Исследования и опыт помощи». (Сборники ЦЛП). Зачем: Российский опыт интегративного подхода. Статьи ведущих специалистов по практической работе с тяжёлыми нарушениями.

3. Диагностический инструментарий

Стандартизированные методики для фиксации динамики (вход/выход).

Родители:

Методика В.В. Бойко Фазы и симптомы эмоционального выгорания.

Шкала Спилбергера-Ханина (STAI) Реактивная (ситуативная) и личностная тревожность.

Опросник АСВ (Эйдемиллер, Юстицкис) Нарушения семейного воспитания (гиперпротекция, гипопротекция, неустойчивость).

Шкала семейной адаптации и сплочённости FACES-3 (Олсон) Уровень сплочённости и гибкости семейной системы.

Дети

Диагностика уровня психического развития дошкольников (Семаго, Семаго) Комплексная оценка когнитивной сферы.

Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) Уровень тревожности у детей 4–7 лет через анализ реакций на картинки.

Наблюдение за игрой + Схема КАРПО (Карпова, Пономарёва) Качество привязанности и характер детско-родительского взаимодействия.

4. Материалы для работы с педагогами

Групп-анализ: Труды Зигмунда Фрейда или современные пособия по ведению балнтовских групп. Позволяют структурировать разбор сложных педагогических случаев без перехода на личности.

«Эмоциональное выгорание педагогов» (под ред. В.Е. Орла): Сборник методик и тренингов именно для российской образовательной среды.

Техника «SWOT-анализ случая»: Шаблон таблицы для интервизорской группы, где педагоги коллективно разбирают сильные/слабые стороны своей работы с конкретной семьёй, возможности и угрозы.

5. Нормативно-правовая база (РФ)

Для грамотного ведения документации и аргументации позиции перед администрацией или требовательными родителями.

Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (актуальная редакция со статьями об инклюзивном образовании).

ФГОС ДО (Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования).

Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».

6. Дополнительные ресурсы

Изображения и карточки: Наборы карточек PECS (для визуального расписания), наборы изображений эмоций («Азбука эмоций»), пиктограммы социальных историй Кэрол Грей.

Сенсорные материалы: Базовый набор для кабинета (кинетический песок, балансиры, массажные мячи су-джок, бизиборды).

Материально-техническое обеспечение

Для качественной и безопасной реализации программы «Мы вместе: путь развития и принятия» требуется соответствующая материально-техническая база:

Кабинет педагога-психолога для индивидуальной работы ($\approx 10\text{--}12$ кв. м): Расположение в тихой зоне, вдали от музыкального/спортивного зала. Звукоизоляция (двойная дверь или шумопоглощающие панели) для обеспечения конфиденциальности бесед. Возможность проветривания и регулировки освещения.

Помещение для групповой работы (Родительский клуб, интервизии) ($\approx 20\text{--}30$ кв. м): достаточно места, чтобы участники могли сесть в круг. Мобильная мебель (лёгкие стулья), которую можно быстро убрать для проведения двигательных упражнений.

Кабинет для детско-родительской группы («Ладшки») и песочной терапии: отдельное помещение с доступом к воде и раковине (необходимо для уборки песка и занятий с красками/глиной).

Зона ожидания: небольшой уголок со скамьёй или креслами перед кабинетом психолога, где родители могут спокойно посидеть перед встречей, а не стоять в коридоре.

Технические средства: Музыкальная колонка или аудиосистема для воспроизведения релаксационной музыки.

Флипчарт или магнитно-маркерная доска, набор маркеров разных цветов, ватман, малярный скотч.

Организационно-управленческие механизмы — это каркас, на котором держится программа. Без чёткого административного регулирования даже самая лучшая методика останется лишь теорией.

Административный уровень:

Заведующий ДОО: осуществляет общий контроль, обеспечивает ресурсами (бюджет, помещения), представляет программу во внешних инстанциях.

Старший воспитатель: включает программу в образовательный маршрут ДОО, контролирует взаимодействие между специалистами, анализирует отчётность.

Исполнительский уровень:

Руководитель программы (педагог-психолог): отвечает за содержание, проведение диагностики, консультирование, ведение документации, координацию действий команды.

Воспитатели групп: основные реализаторы рекомендаций в ежедневной деятельности.

Нормативно-правовое обеспечение программы

Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (актуальная редакция со статьями об инклюзивном образовании).

ФГОС ДО (Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования).

Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».

Локальные акты ДОО: Приказ заведующего об утверждении программы.
Положение о работе родительского клуба.

Список литературы:

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. - СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 212 с.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2009.
3. Белоконь О.В. Эмоциональный и социальный интеллект и феномен лидерства. Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2009.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб: Питер, 2008. – 398 с.
5. Готтман Д., Деклео Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей. - Изд-во «Манн, Иванов и Фербер», 2014.
6. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. / Т.А. Данилина. - М.: Изд-во Айрис-Пресс, 2012. - 160 с.
7. Житная И.В. Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте как предпосылка позитивной социализации ребёнка. // Сборник материалов Международной конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста» 12-14 мая, Москва, МГУ им. М.В. Ломоносова. 2016.
8. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: «Академия», 2004. – 288 с.
9. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006.
10. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Ярославль, 1996.
11. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников. - М.: Изд.центр «Академия», 2003. – 176 с.
12. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. Ярославль, 2000.
13. Люсин Д.В. Социальный интеллект: Теория, измерения, исследование. - М., 2004. – 14. Путилова О.А. Эмоциональный мир ребёнка. / О.А. Путилова. – М.: Генезис, 2012. – 122 с.

Краткая аннотация программы «Мы вместе: путь развития и принятия»

Программа представляет собой модель комплексного психолого-педагогического сопровождения семей, воспитывающих детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), реализуемую на базе дошкольной образовательной организации. Проект разработан в соответствии с принципами гуманистической психологии и системного семейного подхода, где семья рассматривается не как объект воздействия, а как главный партнёр и реабилитирующий фактор.

Целевая аудитория: программа ориентирована на две взаимосвязанные группы:

1. Семьи, воспитывающие детей-дошкольников с ОВЗ (преимущественно матери/отцы в возрасте 25–45 лет), находящиеся в ситуации хронического стресса, риска эмоционального выгорания и социальной изоляции.
2. Педагогический коллектив ДОО (воспитатели, специалисты, администрация), работающий в условиях повышенной психологической нагрузки и нуждающийся в профилактике профессионального выгорания.

Цель программы: создание единого реабилитационного пространства «семья — детский сад», направленного на гармонизацию детско-родительских отношений, повышение родительской компетентности и обеспечение стабильного психоэмоционального развития ребёнка с ОВЗ через принятие его особенностей.

Структура и содержание. Программа рассчитана на один учебный год и реализуется поэтапно по четырём ключевым блокам:

* Диагностический (сентябрь—октябрь): комплексная оценка семейной системы, стиля воспитания, уровня выгорания родителей и актуального уровня развития ребёнка для формирования индивидуальных маршрутов.

* Информационно-просветительский (ежемесячно): работа Родительского клуба «Осознанный родитель». Темы встреч охватывают стадии принятия диагноза, техники эффективной коммуникации, секреты развивающей игры дома и методы самопомощи для профилактики выгорания.

* Практический коррекционно-развивающий (ноябрь—апрель): ядро программы, включающее индивидуальные консультации, группу поддержки для родителей «Ты не одна», детско-родительскую группу «Ладони» (арт-терапия, песочная терапия) и подгрупповые занятия с детьми.

* Работа с педагогическим составом: обучающие семинары-практикумы, интервизорские группы для разбора кейсов и тренинги по профилактике выгорания. Цель блока — создать единую команду специалистов, говорящих с семьёй на одном языке.

Инновационность и уникальность:

- * Системный подход: одновременная работа психолога со всеми участниками процесса (ребёнок, родители, педагоги), что исключает разрыв между домашней средой и образовательным учреждением.

- * Профилактика выгорания: программа уделяет равное внимание ресурсу родителей и педагогов, рассматривая их благополучие как необходимое условие благополучия ребёнка.

- * Практико-ориентированность: минимум теории, максимум отработанных навыков. Родители уходят с каждой встречи с конкретными инструментами для взаимодействия с ребёнком.

Ожидаемые результаты:

- * Для родителей: снижение тревоги и чувства вины; овладение эффективными приёмами воспитания; формирование поддерживающего сообщества; профилактика эмоционального истощения.

- * Для детей: положительная динамика в развитии коммуникативных, игровых и регуляторных функций; снижение дезадаптивного поведения; укрепление безопасной привязанности к родителям.

- * Для семьи: гармонизация внутрисемейного климата, преодоление изоляции.

- * Для педагогов: рост профессиональной компетентности, снижение рисков выгорания, выстраивание конструктивного партнёрства с семьями.

Реализация данной практики способствует повышению качества дошкольного образования и созданию доступной, инклюзивной среды, в которой каждый ребёнок имеет возможность для полноценного раскрытия своего потенциала.

Конспекты информационно-просветительских встреч с родителями в формате интерактивного семинара-практикума (Блок 2).

Встреча 1. «Мой ребёнок особенный: стадии принятия диагноза»

Цель: нормализовать чувства родителей, помочь им осознать своё эмоциональное состояние как закономерный процесс, снизить чувство вины и изоляции.

Материалы: Флипчарт или доска, маркеры, распечатки с описанием стадий проживания горя (по Кюблер-Росс), листы бумаги А4 и ручки для каждого участника, метафорические карты (если есть).

Ход встречи:

1. Вступление (5–7 минут)

Приветствие. Создание безопасной атмосферы.

Слово психолога: «Сегодня мы поговорим о том, что остаётся за закрытыми дверями. О наших чувствах. Когда в семье появляется ребёнок с особенностями, жизнь меняется. И первое, что происходит — это огромная внутренняя работа у нас, у родителей. Эта работа похожа на горевание. Не потому, что мы не любим своих детей, а наоборот — потому что очень сильно любили ту картину будущего, которую нарисовали себе когда-то. Сегодня наша задача — без осуждения посмотреть на свои чувства и понять, что они нормальны».

2. Мини-лекция «Карта эмоций» (10 минут)

Психолог схематично рисует на флипчарте кривую линию и обозначает станции/стадии:

Шок и Отрицание: «Этого не может быть», «Врачи ошиблись». Это защитный механизм психики.

Гнев: «Почему я?», «За что?», агрессия на врачей, партнёра, судьбу, иногда на самого ребёнка.

Торг: Попытка "договориться" со вселенной. «Если я буду делать всё идеально, он выздоровеет». Поиски чудо-средств.

Депрессия / Уныние: Осознание реальности во всей полноте. Опустошение, апатия, усталость. Самый опасный этап, где нужна поддержка.

Принятие: не радость, а смирение с реальностью. Фокус смещается с вопроса «почему?» на вопрос «как жить дальше? Как помочь моему ребёнку сегодня?».

Важно подчеркнуть: Эти стадии нелинейны. Можно перескакивать, возвращаться назад. Это нормально.

3. Упражнение «Письмо чувствам» (15 минут)

Инструкция: «Возьмите лист бумаги. Напишите письмо своему чувству. Это может быть гнев, вине, усталости или страху. Обращайтесь к нему на

"ты". Выскажи ему всё, что накопилось. Что ты отнимаешь у меня? Чего ты от меня хочешь? Я злюсь на тебя, потому что... Мне страшно, когда ты приходишь, потому что... Бумага всё стерпит. Никому это читать не нужно».

После написания психолог предлагает символически избавиться от письма (порвать, смять), если есть желание.

4. Групповая дискуссия «Островки спокойствия» (10 минут)

Вопросы для обсуждения:

На какой «станции» вы бываете чаще всего в последнее время?

Что помогает вам вернуться к состоянию «здесь и сейчас», когда эмоции захлёстывают?

Кто или что является вашей опорой?

5. Завершение. Практика «Ресурсный чемоданчик» (8 минут)

Психолог просит подумать и назвать три простые вещи, которые можно сделать для себя в ближайшие дни (горячая ванна, 15 минут тишины с чаем, звонок подруге). Задача — записать их в телефон как напоминание.

Обратная связь: участники по кругу говорят одно слово, с которым уходят.

Встреча 2. «Игра — это серьёзно! Как играть и развивать ребёнка дома».

Цель: снять с родителей груз «образовательной ответственности», показать игру как главный инструмент развития и коррекции, дать конкретные приёмы.

Материалы: Различные виды простых игрушек (пирамидки, сортеры, куклы, машинки, кубики, крупы, вода), карточки с идеями игр.

Ход встречи:

1. Вступление (5 минут)

Слово психолога: «Многие родители думают, что развитие — это сидение за столом, карточки, буквы и цифры. Для ребёнка с ОВЗ, да и для любого дошкольника, это путь в никуда. Главный язык ребёнка — игра. Через неё он познаёт мир, учится общаться, развивает мышление и речь. Сегодня мы будем учиться играть так, чтобы это было терапией».

2. Мозговой штурм «Что такое игра?» (7 минут)

Родители называют ассоциации со словом «игра». Психолог фиксирует на доске. Затем подводит итог: игра — это удовольствие, свобода, правила, воображение, общение.

3. Практикум «Учимся видеть цель» (20 минут)

Участники делятся на мини-группы (по 3–4 человека). Каждая группа получает простую игрушку (например, пирамидку).

Задание: придумать 5 способов поиграть с этой пирамидкой с ребёнком, у которого (психолог даёт каждой группе разную задачу): Группа 1: ...слабая моторика рук.

Группа 2: ...трудности с пониманием инструкций.

Группа 3: ...негативизм («не хочу, не буду»).

Группа 4: ...нужно научить цветам.

Презентация идей группами. Обсуждение.

Ключевой вывод психолога: Любое действие можно превратить в развивающее, если добавить элемент игры и немного фантазии.

4. Демонстрация приёмов (10 минут)

Психолог показывает на примере одного родителя и условного «ребёнка» (игрушки):

Приём «Параллельный разговор»: родитель озвучивает действия ребёнка («Ты берёшь красную машинку. Би-би! Она едет быстро»).

Приём «Расширение фразы»: ребёнок говорит «мяч», родитель отвечает «Да, большой красный мяч! Давай катим!».

Сенсорные коробки (крупы, вода): почему это важно для саморегуляции.

5. Домашнее задание (3 минуты)

Выделить 15 минут в день на «совместную свободную игру» с ребёнком. Правило: взрослый следует за интересом ребёнка, не учит, а присоединяется. Просто наблюдать и получать удовольствие.

Встреча 3. «Мама тоже человек: ресурсы и профилактика выгорания».

Цель: Актуализировать тему заботы о себе, познакомить с техниками самопомощи, легализовать право родителя на отдых.

Материалы: Спокойная музыка, бланки с опросником (упрощённый вариант), бумага, карандаши.

Ход встречи:

1. Вступление (5 минут)

Слово психолога: «Есть правило в самолёте: сначала наденьте кислородную маску на себя, потом на ребёнка. Звучит цинично, но это единственный способ выжить. Уставший, выгоревший родитель не может дать тепла и поддержки. Забота о себе — это не эгоизм, это ваша обязанность перед ребёнком».

2. Диагностика «Термометр моего состояния» (10 минут)

Раздаются анонимные бланки с вопросами-шкалами (от 1 до 10):

Насколько часто вы чувствуете физическую усталость?

Хватает ли вам времени на сон?

Есть ли у вас занятие, которое приносит радость лично вам (не связанное с семьёй)?

Чувствуете ли вы раздражение по отношению к ребёнку?

Результаты не собираются. Это повод для личной рефлексии.

3. Арт-терапевтическое упражнение «Мой источник силы» (15 минут)

Инструкция: «Нарисуйте сосуд. Это вы. Закрасьте его тем цветом, который соответствует вашему текущему состоянию. А теперь дорисуйте то, что наполняет ваш сосуд. Это могут быть капли, реки, узоры. Что даёт вам энергию? Прогулка? Книга? Тишина? Шопинг? Сон? Рисуйте то, что вас питает».

Желающие могут поделиться своими рисунками.

4. Практикум «Микро-ресурс» (15 минут)

Психолог знакомит группу с быстрыми техниками самопомощи:

Дыхание "Квадрат": Вдох (4 счёта) → Пауза (4 счёта) → Выдох (4 счёта) → Пауза (4 счёта). Повторить 5 раз. Отлично снимает острый стресс.

Техника заземления "5-4-3-2-1": Чтобы выйти из тревоги, назовите про себя: 5 вещей, которые видите; 4 вещи, которые можете потрогать; 3 звука, которые слышите; 2 запаха, которые чувствуете; 1 вещь, которую можете попробовать на вкус.

Правило "1%": Не обязательно ехать на неделю в санаторий. Начните с 1%. Это 15 минут в день только для вас. Без телефона, без ребёнка. Просто посидеть в тишине.

5. Завершение. Ритуал «Дар соседу» (10 минут)

Участники пишут на маленьких листочках один совет-рекомендацию для уставшей мамы (из своего опыта). Листочки сворачиваются и кладутся в центр круга. Каждый вытягивает случайный совет. Это создаёт ощущение общности и взаимной поддержки.

Конспекты встреч детско-родительского клуба «Ладшки» (Блок 3)

Занятие 1. Тема: «Наши ладошки — мост доверия»

Цель: формирование базового чувства безопасности и доверия в паре «родитель–ребёнок», знакомство с тактильными техниками, обучение родителей простым приёмам игровой терапии через работу с отпечатками ладоней.

Материалы: пальчиковые краски (гипоаллергенные), плотная бумага А3, влажные салфетки, кисточки, ватные палочки, ёмкость с тёплой водой, полотенца, спокойная фоновая музыка.

Ход занятия

1. Приветствие и настройка (5 минут)
 - Упражнение «Тёплые ладошки»: родитель и ребёнок сидят напротив друг друга, соприкасаются ладонями на 10–15 секунд, затем мягко хлопают друг друга по ладоням 3 раза.
 - Короткая беседа: «Что сегодня хочется сделать вместе?» (родители формулируют 1–2 слова, ребёнок — жест или звук).
2. Телесно-ориентированная игра «Домики для пальчиков» (7 минут)
 - Родитель складывает ладони «домиком», ребёнок прячет свои ладошки внутри. По очереди меняются ролями.
 - Задача родителя: удерживать мягкий, предсказуемый контакт, не торопить ребёнка, комментировать: «Я держу, ты в домике, тут безопасно».
3. Арт-терапевтическая сессия: отпечатки ладоней (15 минут)
 - Ребёнок и родитель выбирают по одному цвету краски.
 - Делают отпечатки своих ладоней на общем листе А3.
 - Затем дорисовывают образы: из ладошки можно сделать птицу, рыбку, цветок. Используют ватные палочки для мелких деталей.
 - Психолог подсказывает родителям фразы поддержки: «Ты сам выбрал цвет — это здорово», «Давай посмотрим, что получилось», «Мне нравится, как ты стараешься».
4. Совместное изготовление поделки: «Ладшки-обнимашки» (10 минут)
 - На отдельном листе обводят ладошки, вырезают их (или используют готовые шаблоны, если моторика ребёнка ограничена).
 - Склеивают две ладошки (родитель + ребёнок) в форме сердечка или «объятия».
 - Подписывают: имя ребёнка и имя родителя, дата.
5. Рефлексия и завершение (8 минут)
 - Каждый родитель вслух называет 1 качество ребёнка, которое ему сегодня особенно понравилось (например, «Ты был очень старательным»).
 - Ритуал прощания: «Ладшка к ладошке — мы вместе».

Ожидаемые результаты: снижение тревожности у ребёнка, повышение уверенности родителя в своих воспитательных возможностях, формирование позитивного опыта совместной деятельности.

Занятие 2. Тема: «Песочная страна: строим наш мир»

Цель: развитие навыков сотрудничества и эмоциональной регуляции через песочную терапию, обучение родителей приёмам вербальной поддержки и совместного планирования.

Материалы: песочница (или большой контейнер с песком), миниатюрные фигурки (люди, животные, домики, деревья), вода в пульверизаторе, влажные салфетки, карточки-подсказки для родителей (фразы поддержки).

Ход занятия

1. Приветствие (5 минут)
 - Упражнение «Песочные волны»: родитель и ребёнок по очереди проводят ладонями по песку, создавая «волны». Комментируют: «Смотри, как песок течёт», «Твоя волна большая».
2. Правила работы с песком (3 минуты)
 - Совместно проговаривают 3 простых правила: «Не бросаем песок», «Сначала спрашиваем, прежде чем трогать чужую постройку», «Если песок попал в глаза — сразу говорим взрослому».
3. Песочная терапия: «Строим наш общий дом» (20 минут)
 - Пара выбирает 3–5 фигурок.
 - Вместе договариваются, что будут строить (дом, парк, дорогу). Психолог помогает формулировать договорённости: «Ты хочешь поставить домик, а мама — дерево рядом. Давайте проверим, хватит ли места».
 - Родители учатся использовать фразы: «Давай сделаем вместе», «Я помогу, если хочешь», «Ты главный архитектор».
4. Телесно-ориентированная пауза «Дождь из песка» (5 минут)
 - Ребёнок и родитель по очереди сыплют песок тонкой струйкой из кулачка на тыльную сторону ладони партнёра.
 - Важно: делать медленно, следить за реакцией ребёнка. Если есть гиперчувствительность — заменить на пересыпание крупы или поглаживание по руке.
5. Арт-элемент: «Карта нашего мира» (10 минут)
 - На листе бумаги рисуют схематичную карту песочного мира: домик, дерево, дорожка. Ребёнок ставит отпечаток пальца рядом с объектом, родитель подписывает.
6. Рефлексия (7 минут)
 - «Что было самым приятным?», «Что было трудным?», «Что мы сделаем в следующий раз?» — ответы дают жестами, карточками или 1–2 словами.
 - Ритуал завершения: «Мы построили, мы убрали, мы молодцы».

Ожидаемые результаты: улучшение навыков совместного планирования, снижение конфликтности в паре, освоение родителями техник эмоциональной поддержки.

Занятие 3. Тема: «Волшебные мешочки: учимся понимать друг друга без слов»

Цель: развитие невербальной коммуникации и эмпатии, обучение родителей методам сенсорной регуляции и игровым приёмам снятия напряжения.

Материалы: ткань для мешочков (хлопок), наполнитель (крупа, фасоль, мягкие шарики), нитки/ленты для завязывания, пуговицы/аппликации, ножницы (по необходимости), карточки с эмоциями (смайлики), спокойная музыка.

Ход занятия

1. Приветствие «Тихий разговор ладонями» (5 минут)
 - Сидя напротив, родитель и ребёнок передают друг другу простые сигналы через прикосновения ладоней: «привет», «давай играть», «стоп».
2. Телесно-ориентированная игра «Мешочек-обнимашка» (7 минут)
 - Используют готовый мягкий мешочек: ребёнок кладёт его себе на колени, родитель мягко придерживает края. Держат 30–60 секунд.
 - Цель: дать ощущение границ и безопасности.
3. Совместное изготовление «Волшебных мешочков» (15 минут)
 - Каждая пара делает свой мешочек: насыпает наполнитель, завязывает лентой, украшает аппликацией.
 - Вариации: «мешочек спокойствия» (мягкие шарики), «мешочек силы» (фасоль), «мешочек радости» (яркие бусины).
 - Психолог обучает родителей фразам: «Ты выбрал фасоль — значит, это мешочек силы», «Давай потрогаем, какой он на ощупь».
4. Песочно-сенсорная пауза (5 минут)
 - В песочнице прячут 2–3 маленькие фигурки. Ребёнок ищет их на ощупь, родитель комментирует: «Чувствуешь твёрдый уголок? Это, наверное, домик».
5. Арт-игра «Эмоции в мешочке» (10 минут)
 - Используют карточки с эмоциями. Родитель показывает карточку, ребёнок с помощью своего мешочка показывает, как эта эмоция «звучит» (стучит, трясёт, прижимает к себе).
 - Затем меняются ролями: ребёнок выбирает эмоцию, родитель показывает.
6. Рефлексия и ритуал завершения (8 минут)
 - Каждый участник называет 1 слово, которое описывает его состояние сейчас (или показывает карточку).
 - Ритуал: «Мы сделали мешочки, они будут напоминать нам, что мы вместе».

Конспекты встреч группы поддержки для родителей «Ты не одна» (Блок 3)

Все встречи рассчитаны на 90 минут, проходят без детей, ведущий — педагог-психолог, задача которого — модерировать, удерживать безопасную атмосферу, следить за правилом «здесь и сейчас», конфиденциальностью и правом «стоп».

Встреча 1. «Я не одна: знакомство и право на усталость»

Цель: создать безопасное пространство, снизить чувство изоляции, легализовать эмоции (усталость, вину, тревогу), сформировать первичные связи в группе.

Материалы: карточки с эмоциями, листы А4, маркеры, бумага для рефлексии, спокойная фоновая музыка для релаксации.

Ход встречи

1. Вступление и правила группы (10 минут)
 - Приветствие, представление ведущего.
 - Правила: конфиденциальность, уважение, «я-сообщения», право не говорить, правило «стоп», фокус на чувствах, а не на оценках.
 - Короткое упражнение «Зачем я здесь»: каждый называет 1–2 слова-мотива.
2. Упражнение «Карта эмоций» (15 минут)
 - Раздать карточки с базовыми эмоциями (усталость, вина, страх, надежда, благодарность и др.).
 - Каждый выбирает 1–3 эмоции, которые чаще всего испытывает сейчас, и кратко (1 предложение) объясняет выбор.
 - Ведущий фиксирует на флипчарте повторяющиеся эмоции, подчеркивая: «Вы не одни в этих переживаниях».
3. Групповая дискуссия «Право на усталость» (20 минут)
 - Вопросы для обсуждения: «Что в вашей ежедневной рутине забирает больше всего сил?», «Какие фразы окружающих ранят сильнее всего и почему?», «Что помогает вам хотя бы на 10 минут выдохнуть?».
 - Задача ведущего: не давать советов, а отражать чувства («Слышу, как тяжело слышать “просто не нервничай”»), соединять схожие переживания участников.
4. Мини-тренинг «Стоп. Дыхание. Опора» (15 минут)
 - Техника «4–7–8»: вдох на 4, задержка на 7, выдох на 8 (3 цикла).
 - Упражнение «Точка опоры»: участники находят устойчивую позу, кладут руку на грудь или живот, проговаривают про себя: «Сейчас мне тяжело, и это нормально. Я делаю, что могу».
 - Обсуждение: «Что из этого реально можно сделать сегодня вечером?»

5. Творческая рефлексия «Письмо себе из будущего» (20 минут)
 - На листе А4 написать короткое письмо от себя из будущего (через год): что изменилось, что помогло, за что вы себя благодарите.
 - По желанию — 1–2 фразы зачитываются в группе. Остальные складывают письма в конверты, которые ведущий хранит до следующей встречи.
6. Завершение и домашнее задание (10 минут)
 - «Круг благодарности»: каждый называет одно слово благодарности другому участнику или группе.
 - Домашнее задание: вести «Дневник маленьких опор» (3 дня записывать 1–2 вещи, которые помогли выдохнуть: чашка чая, 5 минут тишины, разговор с подругой).

Встреча 2. «Ресурсы и границы: я выбираю, что могу»

Цель: помочь родителям осознать свои ресурсы, научиться ставить реалистичные цели и выстраивать личные границы в общении с близкими и специалистами.

Материалы: цветные карточки «ресурсы» (время, поддержка, деньги, информация, тело, творчество), листы «Мои границы», маркеры.

Ход встречи

1. Проверка связи и обмен опытом (15 минут)
 - Участники делятся 1–2 строками из дневника опор (по желанию).
 - Ведущий отмечает общие находки, фиксирует «работающие» микро-стратегии на флипчарте.
2. Мини-лекция с обсуждением «Ресурсы родителя: видимые и невидимые» (15 минут)
 - Разделение ресурсов на категории: время, поддержка, здоровье, информация, финансы, творчество/хобби.
 - Вопрос группе: «Какой ресурс у меня уже есть, но я редко им пользуюсь?»
 - Практическое задание: выбрать 1 ресурс, который можно задействовать в ближайшие 3 дня.
3. Тренинг «Фразы для границ» (25 минут)
 - Разбор типичных ситуаций: непрошенные советы, давление родственников, сравнение с другими детьми, «ты же мать, должна...».
 - Отработка 3 типов фраз:
 - «Я слышу, что ты хочешь помочь, сейчас мне важно...»
 - «Спасибо за совет, я подумаю. Сейчас я хочу просто выговориться.»
 - «Мне тяжело это слышать, давай сменим тему.»
 - Ролевые пары/тройки: участники проигрывают ситуации, затем обсуждают, что получилось, что мешало.
4. Техника «Колесо баланса» (упрощённое) (15 минут)

- Лист с 6 секторами: здоровье, семья, отдых, работа/учёба, забота о ребёнке, «моё».
 - Оценить по шкале 1–10 каждый сектор «как сейчас» и «как хочу через месяц».
 - Выбрать 1 сектор для маленького шага (например, «моё»: 20 минут в день без телефона).
5. Релаксация «Безопасное место» (10 минут)
- Под спокойную музыку участники закрывают глаза и представляют место, где они чувствуют себя спокойно и защищённо.
 - Зафиксировать 1 деталь (цвет, запах, звук) и мысленно «взять её с собой» как якорь на трудные моменты.
6. Завершение (10 минут)
- Обратная связь: «Что я забираю с собой сегодня?»
 - Домашнее задание: написать и отрепетировать 1 фразу для границы, которую хочется использовать в ближайшие дни; отметить в дневнике 1 маленький шаг по выбранному сектору «Колеса баланса».

Встреча 3. «Принятие и надежда: история моего пути»

Цель: укрепить чувство общности, поддержать принятие текущего этапа развития ребёнка, сформировать опору на собственные достижения и маленькие победы.

Материалы: листы «Линия жизни», стикеры, карточки «маленькие победы», спокойная музыка.

Ход встречи

1. Обмен опытом и обратная связь по домашнему заданию (15 минут)
 - Кто попробовал фразу для границ? Что получилось? Что было сложно?
 - Обмен «маленькими победами» за неделю (1–2 предложения).
2. Упражнение «Линия жизни» (20 минут)
 - На листе нарисовать линию от «до диагноза/первых тревог» до «сейчас». Отметить 3–5 ключевых точек: трудный момент, момент поддержки, маленькая победа, момент, когда стало легче дышать.
 - Рядом с каждой точкой подписать 1 эмоцию и 1 ресурс, который помог.
 - В парах (или по кругу) — поделиться 1 точкой, которая особенно важна.
3. Дискуссия «Принятие: не равнодушие, а опора» (20 минут)
 - Ведущий проясняет разницу между принятием и пассивностью: принятие — это «я вижу реальность и выбираю, где я могу действовать».
 - Вопросы: «Что в ситуации с ребёнком я не могу изменить?», «Где я всё-таки могу влиять?», «За что я могу себя похвалить, даже если день был тяжёлым?»

- Акцент на «маленьких шагах» и «достаточно хорошем родительстве».
4. Практика «Банка маленьких побед» (15 минут)
- Каждый пишет на стикере 1–2 маленькие победы за последние 2 недели (не про ребёнка, а про себя как родителя: «не сорвалась», «попросила помощи», «нашла нужную информацию»).
 - Стикеры складываются в общую «банку» (коробку) — символ коллективной поддержки.
 - Несколько примеров зачитываются (с согласия авторов).
5. Медитация-визуализация «Рука на сердце» (10 минут)
- Под музыку участники кладут руку на грудь, делают 3 медленных вдоха-выдоха, мысленно произносят: «Я делаю всё, что могу. Этого достаточно. Я не одна.»
 - Завершить фразой: «Сегодня я выбираю заботу о себе».
6. Закрытие и план на будущее (10 минут)
- «Что я научился(ась) за эти встречи?» — каждый называет 1 навык/понимание.
 - Обсудить формат дальнейшей поддержки: раз в месяц, чат, тематические встречи.
 - Вручить участникам «Памятку самоподдержки» (короткие фразы для трудных дней, контакты служб, список быстрых техник).

Конспекты коррекционно-развивающих занятия с детьми (Блок 3).

Индивидуальные или мини-группы 2–3 человека. Занятия построены по принципу «от простого к сложному», с опорой на сенсорную интеграцию, игровую мотивацию и многократное проговаривание.

Конспект 1. Развитие речи и внимания через сенсорные коробки и сюжетную игру «В гостях у Ёжика»

Цель: развитие активной речи (простые фразы), устойчивости и переключения внимания, мелкой моторики.

Возраст: 4–6 лет.

Форма: мини-группа 2–3 ребёнка.

Материалы: сенсорная коробка (сухой рис/фасоль, мелкие фигурки животных, камешки, корзинка), игрушка Ёжик, карточки с пиктограммами (действия: «дай», «возьми», «покажи», «положи»), карточки эмоций (грустный/весёлый), маркеры/штампы, альбомный лист.

Ход занятия

1. Ритуал начала (3–4 минуты)

Приветствие у «волшебного мешочка»: каждый достаёт камешек и называет своё имя + одно слово-настроение («Я Маша, я весёлая»).

Педагог фиксирует пиктограмму настроения на доске.

2. Разминка «Слушаем тишину» (3 минуты)

Инструкция: «Закроем глазки, слушаем 10 секунд. Что слышали?» Дети называют 1–2 звука. Цель — тренировка слухового внимания и формулирование фразы.

3. Сенсорная коробка «Собери для Ёжика» (10–12 минут)

Дети по очереди достают предметы и называют их: «Это грибок», «Это яблоко». Задача — отобрать только «съедобное для Ёжика». Педагог вводит фразы-модели: «Ёжик любит...», «Дай Ёжику...».

Дифференциация:

- Для ребёнка с низким уровнем речи — выбор из 2 предметов и повторение фразы за взрослым.
- Для более продвинутого — составление фразы из 3 слов.

4. Игра на переключение внимания «Грустный/Весёлый Ёжик» (5–7 минут)

Педагог показывает пиктограммы эмоций. Инструкция: «Если Ёжик грустный — погладь его. Если весёлый — дай ему грибок». Дети выполняют действие и проговаривают: «Ёжик весёлый, я даю грибок».

5. Творческая часть «Подарок для Ёжика» (7–8 минут)

Штампы или пальчиковые краски: дети ставят 3–5 отпечатков на листе — «это ягоды для Ёжика». Проговаривание: «Я делаю ягоды. Ёжик будет рад».

6. Рефлексия и ритуал завершения (3 минуты)
Каждый ребёнок выбирает пиктограмму «как я работал» (старался/отдыхал/помогал) и произносит 1 фразу: «Я старался».

Ожидаемые результаты: ребёнок произносит 3–6 простых фраз, удерживает внимание 10–15 минут, выполняет 2–3 инструкции подряд, проявляет инициативу в общении.

Конспект 2. Развитие зрительно-моторной координации, пространственных представлений и социализации «Строим город для зверят»

Цель: развитие зрительно-моторной координации и пространственных представлений («вверху/внизу», «рядом/между»), социализация (очередность, просьба о помощи).

Возраст: 5–6 лет.

Форма: мини-группа 2–3 ребёнка.

Материалы: крупные строительные блоки, фигурки зверей, карточки-схемы (простые планы 3×3 клетки), флажки-маркеры, песочные часы на 3 минуты, карточки «Помоги мне, пожалуйста» и «Спасибо».

Ход занятия

1. Ритуал начала «Ладошка дружбы» (2–3 минуты)
Дети кладут ладошки друг на друга и хором говорят: «Мы строим вместе, помогаем всегда».
 2. Ориентировка в пространстве «Где живёт зверёк?» (5 минут)
На столе — схема из 9 клеток. Педагог ставит фигурку в центр. Дети по очереди выполняют инструкции: «Поставь лису вверху», «Поставь зайца между медведем и котом». Используются слова-ориентиры.
 3. Строительство «Город для зверят» (12–15 минут)
Каждая пара/тройка строит «улицу» из блоков по простой схеме.
Правила:
 - Очередность: песочные часы — 3 минуты на каждого.
 - Если не хватает детали — произнести фразу-просьбу по карточке: «Помоги мне, пожалуйста».
 - После помощи — «Спасибо».Педагог поддерживает фразовую речь: «Я ставлю дом здесь. Рядом будет парк».
 4. Игра «Найди по описанию» (5–7 минут)
Один ребёнок прячет фигурку, другой ищет по словесной инструкции: «Посмотри под синим домом», «Посмотри рядом с деревом».
 5. Рефлексия «Что получилось?» (3–4 минуты)
Каждый говорит 1–2 фразы: «Я построил дорогу», «Мне помог Саша».
- Ритуал завершения — «ладошка дружбы» и общий хлопок.

Ожидаемые результаты: ребёнок использует 3–4 пространственных предлога, соблюдает очередность 3 раза подряд, формулирует просьбу и благодарность, удерживает инструкцию из 2 шагов.

Конспект 3. Развитие крупной и мелкой моторики, саморегуляции и эмоционального интеллекта «Путешествие на поезде»

Цель: развитие крупной моторики и координации, регуляция двигательной активности, распознавание и называние эмоций, социализация (совместное планирование).

Возраст: 4–5 лет.

Форма: мини-группа 2–3 ребёнка.

Материалы: коврики/ленты на полу — «рельсы», обручи — «станции», карточки эмоций, карточки действий («тихо», «быстро», «стоп»), колокольчик, мягкие мячи, альбом/лист для «билетов».

Ход занятия

1. Ритуал начала «Паровоз» (2–3 минуты)

Дети становятся «паровозиком» и двигаются по кругу, повторяя: «Чух-чух, мы едем вперёд!» — это настраивает на совместную деятельность.

2. Двигательный блок «Поезд едет» (8–10 минут)

По сигналу колокольчика меняются режимы движения:

- «Быстро» — лёгкий бег по «рельсам».
- «Тихо» — ходьба на носочках.
- «Стоп» — замирание в позе «дерева».

Задача — услышать сигнал и выполнить действие. Педагог проговаривает: «Услышали — остановились».

3. Станции «Эмоции» (7–9 минут)

На каждой «станции» (обруч) — карточка эмоции. Ребёнок заходит на станцию, называет эмоцию, показывает мимикой/жестом, говорит фразу: «Мне грустно, потому что...», «Я рад, потому что...». Остальные кивают: «Я вижу, ты рад».

4. Мелкая моторика «Билеты на поезд» (6–8 минут)

Дети делают «билеты» из бумаги: обводят шаблон, вырезают (или отрывают по контуру), ставят штамп-печать. Проговаривание шагов: «Сначала обвожу, потом режу, потом ставлю печать».

5. Совместное планирование «Куда поедem?» (4–5 минут)

На доске — 3 карточки-направления («в лес», «к морю», «в горы»). Дети по очереди выбирают 1 карточку и объясняют: «Я хочу в лес, там живут зайцы». Педагог подводит итог: «Сегодня мы едем в лес».

6. Рефлексия и завершение (3 минуты)

Карточки «Мне было легко/трудно». Каждый выбирает и произносит: «Мне было легко бежать», «Мне было трудно стоять тихо». Ритуал — «паровоз» делает «последний гудок» и «останавливается».

Ожидаемые результаты: ребёнок выполняет 3 двигательных режима по сигналу, называет 2–3 эмоции и связывает их с причиной, соблюдает простой алгоритм действий из 3 шагов, участвует в совместном выборе.

Конспект семинара-практикума для воспитателей «Единый язык общения» (Блок 4)

Целевая аудитория: воспитатели ДОО, работающие с детьми дошкольного возраста с ОВЗ и их семьями.

Продолжительность: 2 часа (с перерывом 15 минут).

Цель: сформировать у педагогов навыки единого, уважительного и понятного языка взаимодействия с детьми с ОВЗ и их родителями, повысить психолого-педагогическую компетентность в вопросах сопровождения семей.

Задачи:

- раскрыть значение «единого языка общения» в инклюзивной практике;
- познакомить с этичными формулировками и речевыми конструкциями при работе с детьми с ОВЗ и их семьями;
- отработать техники активного слушания и эмпатической обратной связи;
- выработать общие правила коммуникации внутри педагогического коллектива и с родителями;
- создать банк фраз-помощников для типичных ситуаций.

Структура и содержание семинара

Часть 1. Вводная (30 минут)

1.1. Приветствие и постановка проблемы
Ведущий кратко обозначает актуальность темы: разные формулировки педагогов, «медицинский» язык, оценочные суждения и неясные термины создают барьеры в общении с семьями. Это снижает доверие и мешает совместному планированию сопровождения.

1.2. Мини-лекция «Что такое “единый язык общения”»
Ключевые идеи:

- Ориентированность на ребёнка и семью: язык должен быть поддерживающим, а не стигматизирующим.
- Уважительная терминология: избегаем ярлыков («проблемный», «необучаемый»), используем нейтральные и точные формулировки.
- Понятность: избегаем избыточных профессиональных терминов без пояснений.
- Единые правила в коллективе: согласованность сообщений от разных специалистов — залог доверия семьи.

1.3. Упражнение «Слова-ловушки» (10 минут, работа в парах)
Участникам предлагается список фраз (например: «Ваш ребёнок не слушается», «У него задержка», «Он не справляется»). Задача — перефразировать каждую фразу в поддерживающей, безоценочной форме.
Примеры:

- «Ваш ребёнок сейчас не слушается» → «Я заметила, что сегодня ему трудно следовать правилам. Давайте подумаем, как мы можем помочь ему чувствовать себя спокойнее».

- «У него задержка» → «Мы видим, что некоторые навыки формируются медленнее. Давайте обсудим, какие шаги мы можем предпринять вместе».

Часть 2. Теоретико-практическая (30 минут)

2.1. Мини-лекция «Этика и терминология в работе с ОВЗ» (5 минут)

Основные принципы:

- «Человек прежде диагноза»: «ребёнок с расстройством аутистического спектра», а не «аутист».
- Фокус на возможностях: «ребёнок осваивает навык», а не «не умеет».
- Избегание оценочных суждений: вместо «плохой», «трудный» — описание поведения и контекста.

2.2. Практикум «Активное слушание и эмпатия» (20 минут, малые группы по 3–4 человека)

Участники разыгрывают диалоги «воспитатель — родитель» по карточкам с типичными ситуациями:

- родитель тревожится из-за медленного прогресса;
- родитель не согласен с рекомендациями специалистов;
- родитель просит «просто успокоить» ребёнка, не углубляясь в причины.

В каждой группе есть наблюдатель, который отмечает:

- использование техник активного слушания (перефразирование, уточнение, отражение чувств);
- наличие эмпатических формулировок;
- ясность и конкретность предложений.

После каждой сценки — краткий разбор: что сработало, что можно улучшить.

2.3. Работа с речевыми шаблонами (15 минут, индивидуальная работа + общее обсуждение)

Педагоги заполняют таблицу «Типичные ситуации — поддерживающие формулировки»:

Ситуация	Неудачная фраза	Поддерживающая формулировка
Родитель спрашивает о прогрессе	«Прогресс небольшой»	«Мы видим небольшие, но важные шаги: например, он теперь дольше удерживает внимание на задании. Давайте обсудим, что помогает ему дома и в саду»
Ребёнок проявляет нежелательное поведение	«Он опять всё разбросал»	«Сегодня ему было особенно трудно справиться с эмоциями, и он сбросил материалы. Мы помогли ему успокоиться и начать заново. Подскажите, что обычно помогает ему дома?»
Родители не хотят обсуждать диагноз	«Вы должны понимать»	«Я уважаю ваше отношение к диагнозу. Давайте сосредоточимся на том, что сейчас важно для ребёнка: например,

Ситуация	Неудачная фраза особенности ребёнка»	Поддерживающая формулировка как помочь ему лучше справиться с переходами между занятиями»
----------	--	---

Часть 3. Практическая отработка и согласование правил (60 минут)

3.1. Ролевая игра «Консилиум в миниатюре» (10 минут, 2–3 группы)
Каждая группа получает кейс ребёнка с ОВЗ (с описанием особенностей, текущих трудностей, запросов семьи). Задача группы — подготовить единое сообщение для родителей, используя «единый язык». Сообщение должно включать:

- описание наблюдаемого поведения (без оценок);
- отмеченные успехи и ресурсы ребёнка;
- конкретные предложения по совместной работе;
- приглашение к диалогу.

Примеры кейсов:

- ребёнок с РАС, избегает групповых занятий, предпочитает индивидуальные;
- ребёнок с ТНР, проявляет агрессию при непонимании инструкций;
- ребёнок с НОДА, быстро утомляется, нуждается в частых перерывах.

3.2. Разработка «Правил единого языка общения в нашем коллективе» (10 минут, общее обсуждение)

На флипчарте или доске фиксируются согласованные правила, например:

- избегать оценочных слов и ярлыков;
- использовать формулировки, ориентированные на сотрудничество («мы можем вместе», «давайте подумаем»);
- при использовании терминов — кратко пояснять их значение;
- в сообщениях родителям делать акцент на сильных сторонах ребёнка и конкретных шагах.

Каждый участник подписывает «соглашение о едином языке» (раздаточный лист), обязуясь придерживаться этих правил в ежедневной практике.

3.3. Рефлексия и завершение (5 минут)

Участники отвечают на вопросы:

- какая фраза/приём оказались для вас самыми полезными?
- что вы обязательно примените в ближайшее время?
- какие трудности вы предвидите при внедрении «единого языка»?

Материалы и оборудование

- флипчарт, маркеры, стикеры;
- карточки с ситуациями и кейсами;
- раздаточные листы: «Правила единого языка», «Банк поддерживающих фраз», «Соглашение о едином языке»;
- памятка «Термины и формулировки: как говорить корректно».

Ожидаемые результаты

- педагоги осознают влияние языка на взаимодействие с семьями;
- сформирован общий словарь и набор речевых шаблонов для работы с детьми с ОВЗ и их родителями;
- отработаны техники активного слушания, эмпатии и конструктивной обратной связи;
- принят локальный документ «Правила единого языка общения», который станет частью методических материалов ДОУ.

Рекомендации по внедрению

- разместить «Банк поддерживающих фраз» в методическом кабинете и в чатах педагогов;
- раз в месяц проводить короткие «минутки языка»: разбирать 1–2 фразы из практики и искать более поддерживающие варианты;
- включить тему «единого языка» в план работы ППк и родительских собраний;
- регулярно собирать обратную связь от родителей о комфорте общения с педагогами.

**Календарно-тематическое планирование программы
«Мы вместе: путь развития и принятия»**

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Сентябрь	Блок 1. Диагностический	Выявление целевой группы, формирование списков семей	Анализ заключений ПМПК, беседа с педагогами и администрацией	Психолог, администрация, воспитатели	1 неделя	Сформирован список семей, нуждающихся в сопровождении
		Установочная встреча-знакомство «Психологическая гостиная»	Групповая встреча, упражнения-ледоколы, презентация программы	Семьи (родители), психолог	1,5–2 часа	Установлен доверительный контакт, родители ознакомлены с программой, сняты первичные страхи
		Индивидуальные беседы-консультации с каждой семьёй	Беседа по структурированному плану, сбор анамнеза, формирование первичного запроса	Психолог + родитель(и)	45–60 мин на семью	Сформированы индивидуальные запросы, намечены зоны работы
		Анкетирование родителей: АСВ (Эйдемиллер, Юстицкис), Спилбергер-Ханин, опросник Бойко	Раздача и сбор анкет, инструктаж по заполнению	Родители	30–45 мин на анкету	Получены данные о стиле воспитания, уровне тревожности и выгорании родителей

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Октябрь	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Наблюдение за ребёнком в группе (игра, занятия, режимные моменты)	Структурированное наблюдение по чек-листу	Психолог	Ежедневно в течение 2 недель	Составлено описание поведения ребёнка в естественной среде
		Установочный семинар-практикум для педагогов «Фундамент понимания»	Мини-лекция + практические задания (разбор типичных ситуаций)	Педагоги, специалисты ДОО, психолог	2–3 часа	Педагоги ознакомлены с задачами программы, выработан единый язык взаимодействия
		Организация интервизорской группы (первая встреча, утверждение графика)	Обсуждение формата, правил, распределение ролей, планирование тем встреч	Психолог + педагоги/специалисты	1,5 часа	Утверждён график интервизии, определены темы на год
		Углублённая диагностика ребёнка (по запросу и с согласия родителей): познавательная сфера, эмоционально-волевая регуляция, игра	Стандартизированные методики, игровые пробы, наблюдение	Психолог + ребёнок (при необходимости — родитель в роли наблюдателя)	30–60 мин на ребёнка	Составлен «психологический портрет» ребёнка, выделены дефицитарные функции
	Блок 1. Диагностический	Анализ данных, составление индивидуальных психологических	Обработка результатов диагностики, сопоставление данных	Психолог	2–3 недели	Подготовлены индивидуальные профили, скорректирован тематический

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Ноябрь	Блок 2. Информационно-просветительский	портретов детей и характеристик семей				план родительского клуба
		Родительский клуб «Осознанный родитель»: «Мой ребёнок особенный: стадии принятия диагноза»	Лекция-беседа, разбор кейсов, обсуждение личных историй (по желанию)	Родители	1,5–2 часа	Родители понимают типичные стадии принятия, могут соотнести их со своим опытом, снижается чувство изоляции
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Методическая консультация «Как вести дневник наблюдений за ребёнком с ОВЗ»	Практикум: разбор образцов, составление шаблонов	Педагоги	1–1,5 часа	Педагоги умеют фиксировать наблюдения в едином формате, что повышает преимущество сопровождения
	Блок 2. Информационно-просветительский	Родительский клуб: «Как говорить, чтобы он услышал? Эффективные способы общения с ребёнком»	Мини-лекция, ролевые игры, отработка техник активного слушания и «я-сообщений»	Родители	1,5–2 часа	Родители осваивают базовые техники коммуникации, могут применять их в быту
	Блок 3. Практический	Старт детско-родительской группы «Ладони» (занятие 1)	Совместные арт-терапевтические сессии (рисование на тему «Наши любимые занятия»)	Родители + дети	60–90 мин	Родители учатся поддерживать ребёнка в творческой деятельности, укрепляется

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Декабрь	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Старт группы поддержки для родителей «Ты не одна» (встреча 1)	Групповая дискуссия, знакомство, установление правил безопасности	Родители (без детей)	90–120 мин	эмоциональная связь Создано безопасное пространство, родители делятся первыми переживаниями, снижается напряжение
		Индивидуальные консультации родителей (по записи)	Решение конкретных запросов (поведенческие проблемы, тревога, вина)	Психолог + родитель	45–60 мин	Родителям оказана адресная помощь, намечен план действий
		Семинар-практикум «Единый язык общения: термины и смыслы»	Работа с глоссарием, разбор ситуаций взаимодействия с семьями	Педагоги, психолог	2 часа	Выработан единый понятийный аппарат, снижено количество недопониманий между специалистами и родителями
	Блок 2. Информационно-просветительский	Родительский клуб: «Игра — это серьёзно! Как играть и развивать ребёнка дома»	Практический мастер-класс: подбор игр по возрасту и особенностям ребёнка,	Родители	2 часа	Родители имеют набор игр и инструкций, могут организовать

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
			изготовление простых пособий			развивающую среду дома
	Блок 3. Практический	Детско-родительская группа «Ладшки» (занятие 2)	Песочная терапия: создание «семейного острова»	Родители + дети	60–90 мин	Развитие навыков совместной деятельности, выражение чувств через символику
		Группа поддержки «Ты не одна» (встреча 2)	Элементы тренинга: техники саморегуляции (дыхание, заземление), обмен опытом	Родители	90–120 мин	Родители осваивают простые способы снижения стресса
		Коррекционно-развивающие занятия с детьми (индивидуально или в мини-группах)	Развитие речи, внимания, моторики, социализации (по индивидуальным программам)	Психолог + ребёнок (+ родитель на открытых фрагментах)	30–45 мин на ребёнка	Дети отрабатывают дефицитные навыки, родители видят приёмы работы специалиста
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Тренинг профилактики СЭВ «Апельсиновый тренинг»	Телесно-ориентированные и ресурсные упражнения	Педагоги	2–3 часа	Повышение эмоционального ресурса педагогов, профилактика выгорания
Январь	Блок 2. Информационно-просветительский	Родительский клуб: «Тайная комната детских эмоций: гнев, злость»	Мини-лекция о базовых эмоциях, разбор стратегий	Родители	1,5–2 часа	Родители лучше распознают эмоции ребёнка и

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
	Блок 3. Практический	страх, радость. Что с ними делать?»	реагирования, практика «эмоционального контейнера»			умеют их валидировать
		Детско-родительская группа «Ладшки» (занятие 3)	Телесно-ориентированные игры и совместное изготовление поделок («Подарок для близкого»)	Родители + дети	60–90 мин	Укрепление привязанности, развитие мелкой моторики и навыков сотрудничества
		Группа поддержки «Ты не одна» (встреча 3)	Групповая рефлексия, обмен успешными стратегиями, техники поддержки друг друга	Родители	90–120 мин	Родители чувствуют себя частью сообщества, снижается чувство одиночества
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Индивидуальные консультации	По запросам родителей	Психолог + родитель	45–60 мин	Решение актуальных проблем, поддержка в кризисных ситуациях
		Интервизорская группа (разбор кейсов)	Анализ реальных ситуаций, поиск решений, обмен опытом	Педагоги, психолог	1,5–2 часа	Повышение компетентности педагогов, снижение профессионального напряжения

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Февраль	Блок 2. Информационно-просветительский	Родительский клуб: «Мама тоже человек: ресурсы и профилактика выгорания»	Практические инструменты: планирование личного времени, техники восстановления, «маленькие радости»	Родители	1,5–2 часа	Родители осознают важность заботы о себе, имеют личный план восстановления ресурсов
	Блок 3. Практический	Детско-родительская группа «Ладочки» (занятие 4)	Арт-терапия: коллаж «Наши сильные стороны»	Родители + дети	60–90 мин	Формирование позитивного образа семьи, акцент на ресурсах
		Группа поддержки «Ты не одна» (встреча 4)	Тренинг коммуникативных навыков: как просить о помощи и устанавливать границы	Родители	90–120 мин	Родители учатся выстраивать поддерживающие отношения с окружением
		Коррекционно-развивающие занятия с детьми	Продолжение работы по индивидуальным программам	Психолог + ребёнок	30–45 мин	Закрепление навыков, прогресс в дефицитарных областях
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Семинар «Дневник мамы особого ребёнка: как использовать в работе педагога»	Разбор структуры дневника, способы интерпретации записей	Педагоги	1,5–2 часа	Педагоги учатся использовать информацию из дневника для планирования работы

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Март	Блок 2. Информационно-просветительский	Родительский клуб: «Готовимся к школе: что действительно важно для будущего первоклассника с ОВЗ?»	Обзор ключевых навыков, обсуждение вариантов образовательных маршрутов, знакомство с ПМПК	Родители	2 часа	Родители получают информацию для принятия решений, снижается тревожность по поводу школы
	Блок 3. Практический	Детско-родительская группа «Ладшки» (занятие 5)	Песочная терапия: «Путь к школе» (моделирование будущей ситуации)	Родители + дети	60–90 мин	Снижение тревожности ребёнка и родителей по поводу перехода в школу
		Группа поддержки «Ты не одна» (встреча 5)	Рефлексия полугодия: что помогло, что было сложно, планирование дальнейших шагов	Родители	90–120 мин	Родители подводят промежуточные итоги, укрепляют мотивацию
		Индивидуальные консультации	По запросам	Психолог + родитель	45–60 мин	Оперативная поддержка, решение острых вопросов
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Тренинг «Как говорить о сложном: коммуникация с семьями»	Ролевые игры, разбор трудных разговоров, отработка фраз-помощников	Педагоги	2–3 часа	Педагоги повышают навыки деликатной коммуникации с родителями

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
Апрель	Блок 3. Практический	Детско-родительская группа «Ладшки» (занятие 6)	Заключительное совместное творчество: создание альбома «Наши открытия»	Родители + дети	60–90 мин	Закрепление достижений, формирование позитивного опыта совместной деятельности
		Группа поддержки «Ты не одна» (встреча 6)	Подготовка к завершению программы, обсуждение планов на лето, обмен контактами	Родители	90–120 мин	Родители сохраняют чувство поддержки, планируют дальнейшее взаимодействие
		Коррекционно-развивающие занятия с детьми	Итоговые игровые пробы, фиксация динамики	Психолог + ребёнок	30–45 мин	Оценка прогресса, подготовка рекомендаций
	Блок 4. Работа с педагогическим сопровождением	Интервизорская группа (итоговый разбор кейсов)	Анализ динамики детей, обсуждение преимущественности со школой	Педагоги, психолог	1,5–2 часа	Согласованы дальнейшие шаги по сопровождению детей
Май	Блок 4. Заключительный (Итоговый)	Повторная экспресс-диагностика родителей и детей	Анкетирование (Бойко, Спилбергер-Ханин), краткие игровые пробы	Психолог + родители/дети	30–60 мин на участника	Оценка динамики изменений, подтверждение эффективности программы

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
		Итоговое занятие детско-родительской группы «Ладочки»: рефлексия и творческое задание	Создание общей картины «Наше путешествие»	Родители + дети	60–90 мин	Эмоциональное завершение цикла, закрепление позитивных воспоминаний
		Круглый стол для родителей с чаепитием, вручение грамот	Неформальная встреча, рефлексия, награждение активных участников	Родители, психолог, педагоги	2–3 часа	Закрепление результатов, мотивация на дальнейшее развитие
		Разработка рекомендаций на летний период для каждой семьи	Индивидуальные письменные рекомендации с играми, чтением, режимом	Психолог	30–45 мин на семью	Семьи получают персонализированные советы для поддержания прогресса
		Завершающий тренинг для педагогов «Ресурс специалиста»	Рефлексия года, техники восстановления, планирование отпуска	Педагоги	2–3 часа	Профилактика выгорания, подведение итогов работы команды
		Передача сводной информации воспитателям и школьным психологам (с соблюдением этики)	Письменные краткие характеристики и рекомендации	Психолог	1–2 недели	Обеспечена преемственность сопровождения при переходе ребёнка на следующий уровень образования

Месяц	Блок / Направление	Тема / Мероприятие	Форма работы	Целевая группа	Продолжительность	Ожидаемый результат
		Составление отчёта о проделанной работе, анализ эффективности методов	Систематизация данных, выводы, предложения по улучшению программы	Психолог	1–2 недели	Готов отчёт для администрации и методической службы, сформулированы рекомендации по развитию программы
		Праздничное завершение: семейный праздник	Игровая программа, творческие номера, фотозона	Семьи, педагоги, психолог	2–3 часа	Укрепление сообщества, позитивное завершение программы