

Одеський обласний інститут удосконалення вчителів  
Одеський обласний центр практичної психології і соціальної роботи

# Інтерактивні соціальні історії для дітей

Методичний посібник



Одеса  
2018

Соціальні історії для дітей: Методичний посібник. І.М. Орленко - Одеса: ООІУВ, 2017.- 50с.

В рамках проекту «Інтерактивні соціальні історії»

Автор:

Орленко І.М. – аспірантка кафедри філософії, соціології та менеджменту соціокультурної діяльності Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського, психолог-методист вищої категорії, консультант – практичний психолог КЗ «ООПМПК»

Керівник проекту «Інтерактивні соціальні історії» – Борінштейн Є.Р., доктор наук, професор, завідувач кафедри філософії, соціології та менеджменту соціокультурної діяльності Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського

Рецензенти:

Балашенко І.В. – кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії, соціології та менеджменту соціокультурної діяльності Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського.

Кривоногова О.В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної допомоги, загальної та медичної психології Одеського національного медичного університету, директор Центру раннього втручання

Соколова Г.Б. – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», психолог-методист вищої категорії, консультант – практичний психолог КЗ «ООПМПК»

Затверджено до друку Вченою радою ООІУВ 2018р., протокол № 1

Даний методичний посібник присвячено потребам соціально дезадаптованої дитини. Соціальні історії дозволяють сформувати соціально - прийнятні моделі для успішної адаптації на основі мотивації дитини та в подальшому служать йому адаптаційним ресурсом. Такі історії допомагають дитині краще усвідомити власну індивідуальність, навчитися позитивно сприймати себе, свою культуру, соціальне походження, сімейні обставини та, водночас, навчитися поважати, цінувати і пізнавати культуру, соціальну приналежність та сімейні обставини інших. Це новий ресурс, інструмент допомоги, підтримки в роботі для кращого розуміння світу дитини, набуття позитивного, гармонійного та неконфліктного досвіду взаємодії «дитина - дитина», «дитина - дорослий»..

Методичний посібник буде корисним практичним психологам, педагогам під час корекційної та розвивальної роботи та батькам.

## Кілька слів про головне ...

*Адаптаційна енергія - спадково певний обмежений запас життєздатності. Людина неодмінно повинна витратити його, щоб задовольнити вроджену потребу у самовираженні, зробити те, що вона вважає своїм призначенням, виконати місію, для якої, як їй здається, вона народжена.*  
Г. Сельє

Чи доводилося вам міркувати коли – небудь над тим, що таке адаптаційні ресурси? Яку роль адаптаційні ресурси відіграють у житті кожного з нас? Що може бути джерелом дезадаптації? Наскільки це важливо для вас, вашої дитини, для дітей, з якими ви працюєте? У кожного з нас, коли ми стикаємось з ситуацією невизначеності, закономірно порушується стан внутрішньої рівноваги. Ми здатні швидко відновлювати його лише за рахунок ефективної роботи адаптаційних механізмів. Поняття адаптації багатогранне та вивчається багатьма науками, що підкреслює важливість його для нашого життя. Володіючи високим рівнем адаптації, кожен з нас (і дорослий, і дитина), приймає легко зміни в житті, і вони не здатні серйозно вплинути на результативність діяльності і наше емоційне самопочуття. У несподіваних, нових ситуаціях адаптивна особистість здатна протистояти життєвим труднощам, досить легко відновлюється, перестає емоційно виділяти проблему. В цілому, адаптивну особистість можна назвати соціально успішною, і це дозволяє припускати позитивний прогноз подолання життєвих негараздів та проблем. Однак, при нестачі адаптивних здібностей, людина має труднощі у переживанні будь-яких, навіть незначних змін в житті.

Як же впливає дезадаптація на якість нашого життя? Люди з низькою соціальною адаптивністю часто не готові до дієвого самостійного рішення життєвих проблем. Підтримку, яку вони шукають у інших, вони не знаходять через певні труднощі у спілкуванні. Новизну в своєму житті дезадаптовані люди сприймають як загрозу. Вони довго звикають до нової обстановки, нової роботи (групи ДНЗ, класу ЗОШ), нових людей. Під час переходу на новий вид діяльності, вони переживають тривалий адаптаційний період, який забарвлений, в основному, негативними емоційними переживаннями. Дуже часто, люди з низькою соціальною адаптивністю не здатні справлятися з життєвими труднощами, чинити опір стресу, схильні відчувати проблеми у всіх сферах соціального життя.

В цілому, можна сказати, що дезадаптована особистість характеризується вразливістю, незрілістю, несамотійністю, часто – залежністю. При цьому наявність в особи тенденції до дезадаптивності блокує й терапевтичний вплив на клієнта в процесі психотерапії.

Проблема соціальної дезадаптації дітей з особливими освітніми потребами – проблема пристосування кожної дитини з особливостями розвитку до повноцінного життя у суспільстві здорових людей, набуває на даному етапі розвитку нашого суспільства особливого значення. Це пов'язано з тим, що в новому тисячолітті стали істотно змінюватися підходи до людей, які за волею

долі народилися з особливими освітніми потребами. Зараз, на зміну соціальної допомоги дітям з особливими освітніми потребами, яка в основному полягала в організації навчання дітей в спеціальних закладах інтернатного типу та з різним ступенем успішності втілювалася в життя, приходять прогресивні ідеї і технології соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами, їх інтеграції (включення) в сучасне суспільство, як повноцінних його членів, що позитивно позначається на якості життя дітей та їх сімей в цілому.

Що таке адаптація для дитини? Термін «адаптація» можна розглядати як загальнонаукове поняття. Незважаючи на велике розмаїття, загальними у всіх визначеннях адаптації можна виділити, як вважає Н. Н. Мельникова, такі моменти:

- 1) процес адаптації завжди передбачає взаємодію двох об'єктів;
- 2) це взаємодія розгортається в особливих умовах – умовах дисбалансу, неузгодженості між системами;
- 3) основною метою такої взаємодії є деяка координація між системами, ступінь і характер якої можуть варіюватися в досить широких межах;
- 4) досягнення мети передбачає певні зміни у взаємодіючих системах.

Процес адаптації протікає по-різному і залежить від ступеню неузгодженості між індивідом та середовищем, що також відбивається в конкретних поняттях. Протягом історії вивчення проблеми адаптації, розуміння цілей адаптаційного процесу значно змінилися.

Адаптація для дитини – це процес її інтеграції в коло однолітків.

Як відзначають вчені, з перших же годин життя людини починається процес її соціалізації – встановлення зв'язків між індивідуумами та освоєння соціальних навичок. Частково цей процес залежить від вроджених механізмів та дозрівання нервової системи, однак, перш за все він визначається тим досвідом, який людина отримує протягом усього життя.

До початку кожного вікового періоду складається своєрідне, специфічне для даного віку, виняткове, єдине і неповторне відношення між дитиною і навколишнім середовищем, насамперед соціальним. Це ставлення Л. С. Виготський назвав «соціальною ситуацією розвитку». Вчений підкреслює, що соціальна ситуація «визначає цілком і повністю ті форми і той шлях, слідуючи яким дитина набуває нових і нових властивостей особистості, черпаючи їх із соціальної дійсності, як із основного джерела розвитку. Це той шлях, по якому соціальне стає індивідуальним, що в подальшому і розкриває адаптивні можливості дитини. Соціальна адаптація дитини це не тільки входження її в соціальну групу, це й прийняття норм, правил поведінки існуючих в суспільстві та пристосування до умов перебування, в процесі якого формується самосвідомість і рольова поведінка, здатність до самоконтролю, і адекватні зв'язки з оточуючими.

Соціальна адаптація або інтеграція в суспільство – процес активного пристосування людини до нового середовища за допомогою різних соціальних засобів. Показником успішної соціальної адаптації є високий соціальний статус індивіда в даному середовищі, а також його задоволеність цим середовищем в цілому. Адаптація ґрунтується не тільки на пасивно-пристосувальних, а й на

активно-перетворюючих зв'язках особистості з навколишнім середовищем, та представляє собою нерозривну єдність тих та інших форм зв'язку.

З метою найбільш ефективної інтеграції дітей з особливими освітніми потребами в суспільство слід використовувати методи, які будуть сприяти розвитку їх потенційних здібностей та адаптаційних ресурсів.

Одним з таких методів є *інтерактивні соціальні історії*, які формують соціально-прийнятні моделі поведінки для успішної адаптації на основі мотивації дитини та в подальшому служать їй адаптаційним ресурсом.

Мотиваційна сфера дитини відіграє одну з основних ролей на протязі всього процесу адаптації. Це пов'язано, перш за все, з тим, що провідні мотиви виступають в якості спонукальної сили. Ця сила направляє діяльність, активність дитини, що протікає у зовнішньому предметному та соціальному середовищі, а також має нерозривну з нею внутрішню емоційно-смыслову сторону. А. Реан під мотивом розуміє внутрішнє спонукання особистості до того чи іншого виду активності (діяльність, спілкування, поведінка), пов'язане із задоволенням певної потреби. Класичний закон Йеркса-Додсона допоміг встановити залежність ефективності діяльності від сили мотивації. З нього випливало, що чим вище сила мотивації, тим вище результативність діяльності. Автор психологічної концепції діяльності А. Н. Леонтьєв, відзначав, що предмет діяльності, будучи мотивом, може бути як речовим, так і ідеальним, але головне, що за ним завжди стоїть потреба, що він завжди відповідає тій чи іншій потребі.

По суті, ніяка ефективна соціально-психологічна та педагогічна взаємодія з дитиною і з підлітком, неможлива без урахування особливостей його мотивації. За об'єктивно абсолютно однаковими вчинками, діями дітей можуть стояти зовсім різні причини, тобто спонукальні джерела цих дій, їх мотивація може бути абсолютно різною.

У психології виділяють мотиви внутрішні і зовнішні. Якщо для дитини діяльність сама по собі має значимість (наприклад, задовольняється пізнавальна потреба в процесі навчання), то говорять про внутрішню мотивацію. Якщо ж значимість мають інші потреби (соціального визнання в середовищі однолітків, думка батьків і т. Д.), то говорять про зовнішні мотиви. Самі зовнішні мотиви можуть бути позитивними (мотиви успіху, досягнення) і негативними (мотиви уникнення, захисту). Зовнішні позитивні мотиви більш ефективні, ніж зовнішні негативні, навіть якщо за силою (кількісний показник) вони рівні

Для дитини з особливими освітніми потребами в системі інклюзивної освіти мотиви в основному зовнішні, ситуативного характеру: уникнути осуду однолітків в класі, покарання за погане навчання або поведінку і т. п. Однак, висока позитивна мотивація може відігравати роль компенсаторного фактора в разі недостатньо високих спеціальних здібностей або недостатнього запасу в учня необхідних знань, умінь та навичок. Позитивним досвідом формування позитивної мотивації є інтерактивні соціальні історії. В процесі соціального навчання (авторами теорії є А. Бандура і Р. Уолтерс) ми приділяємо велику увагу феномену *імітації*, в якому одним із способів формування більш адаптивних поведінкових реакцій виступає спостереження за адекватною поведінкою інших, яке відіграє роль так званого заміщаючого підкріплення. А також

«самоєфективності» (self-efficacy), як психологічному механізму, що забезпечує адаптивну поведінку. Успішність формування адаптивної поведінки, її тривалість багато в чому залежить від того, наскільки сама дитина впевнена у своїх здібностях і вірить в успішність своїх дій.

### **Що ж таке соціальні історії?**

Соціальні історії є коротким описом життєвої ситуації, події або діяльності за участю дитини, що включає в себе опис очікуваних дій, їх причини та варіанти соціально схваленої поведінки. Це коротка розповідь з докладними ілюстраціями. Так само вони допомагають зрозуміти те, що дитина може бачити або переживати в якомусь конкретному випадку.

Метод соціальних історій був розроблений Керол Грей - директором Центру Грей по соціальному навчанню й розумінню в місті Зіланд, США. Метод був розроблений Грей в 1991 році. Метою методу є надання відповідей на питання про те, як взаємодіяти з іншими людьми належним способом дитині з особливими освітніми потребами, з поведінковими та комунікативними проблемами.

Методика соціальних історій в роботі з поведінковими та комунікативними проблемами є попереджувальною, навчальною та реактивною:

- ❖ знаючи труднощі дитини ми попереджаємо проблемну ситуацію, ми можемо проговорити, обіграти і обговорити варіанти поведінки в тій чи іншій ситуації (зміни в школі, похід в кіно з класом);
- ❖ навчаємо новому соціальному навичку;
- ❖ коли поведінкова реакція вже відбулася – ми аналізуємо чому.

Соціальні історії допомагають моделювати ситуації для успішної адаптації на мікро- та макрорівнях і дозволяють розвивати комунікативну адаптацію: в навчанні нових знань і навичок; якщо є труднощі переходу від одного виду діяльності до іншого; коли у дитини є проблеми зі сприйняттям інформації на слух; після переживання складної стресової ситуації (початок занять в школі або в дитячому саду, падіння з велосипеда, відвідування стоматолога, травма, ігнорування однолітків, дезадаптація); після переживання втрати (смерть близької людини або тварини). Соціальні історії можуть бути загальними або конкретними. Соціальні історії загального призначення містять інформацію про те, як розігріти собі сніданок в мікрохвильовій печі, як мити руки, як підготувати стіл до виконання домашнього завдання, урокам і можуть бути прочитані кілька разів в день. Соціальні історії можуть бути короткими і простими. Вони не оцінюють ситуацію ні позитивно, ні негативно. У ній не говориться, що дитина поступила погано і тепер вона повинна поступати добре. Соціальна історія просто описує, що сталося з дитиною (або може статися). Історії, призначені для конкретної ситуації – пропонуються дитині безпосередньо перед подією (візит до стоматолога, як вести себе на дитячому майданчику, гірці, на уроці).

Ми пропонуємо використовувати соціальні історії *інтерактивно*. Це дозволяє дітям отримати життєво значущий досвід, підвищити свою соціальну компетентність, збагатити комунікативний та моральний досвід. Інтерактивні

соціальні історії – це спосіб пізнання соціально схваленої, адаптивної поведінки, який заснований на діалогових формах взаємодії учасників освітнього процесу, в ході якого у дітей формуються навички спільної діяльності. Мета інтерактивної форми роботи в створенні комфортних умов навчання, при яких дитина відчуває свою успішність, що і робить цей процес більш продуктивним. Соціальна історія – це платформа для формування впевненості в собі і позитивних очікувань від самотійної діяльності.

## **Як розробити соціальну історію?**

Соціальні історії розробляються для кожної дитини індивідуально і повинні включати ті речі, які дитина цінує, або якими цікавиться. Діти можуть засвоїти обмежений обсяг інформації, тому слід складати історію тільки про одну конкретну подію, ситуацію, емоцію або модель поведінки. Дуже важливо, щоб розповідь була не дуже довгою. Автором методу рекомендована певна схема соціальної історії, що включає в себе кілька описових пропозицій і кілька перспективних. Перш за все, виберіть подію або конкретну ситуацію для написання історії. Обов'язково виберіть персонаж. Це може бути дитина, або в ситуації коли вона була покарана, їй було соромно або коли дитині не приємно слухати – ми змінюємо ім'я дитини, і в якості головного героя виступає тварина, предмет. Підбираючи ілюстрації для соціальної історії, враховуйте здібності дитини до сприйняття та розуміння.

## **Описові речення**

Ці речення відповідають на питання Хто? Що? Коли? Де? Навіщо? І розповідають про те, що роблять люди в конкретних ситуаціях, визначаючи при цьому, в якому місці відбуваються ці ситуації, хто в них бере участь. Що роблять ці люди і чому.

## **Перспективні речення**

Перспективні речення представляють реакцію людей на ситуацію, так що дитина може вивчити, як інші люди сприймають різні події. Цей тип пропозицій описує реакції інших людей, щоб дитина дізналася точку зору оточуючих на цю ситуацію. Ці пропозиції описують внутрішні стани людей, їхні думки, почуття і настрої. Описують емоції і почуття учасників і те, що станеться. «Дітям це не приємно ...», «Люди можуть подумати що я невихований ...», «мама дуже засмутиться ...»

## **Директивні речення**

Директивні речення описують бажаний або відповідний образ дій в даній ситуації. Позитивна подача очікуваної поведінки, яку має продемонструвати головний герой соціальної історії. Тобто те, що повинна

робити дитина. Такі пропозиції будуються в позитивній формі, пояснюючи в позитивних термінах, яка поведінка є бажаною. Природа директивних пропозицій така, що їх потрібно використовувати з великою обережністю і не обмежувати вибір людини. Чим більше в історії описових пропозицій, тим більше у людини можливостей для власних реакцій на соціальну ситуацію. Чим більше директивних тверджень, тим більш конкретними повинні бути підказки людині про те, як слід реагувати.

Директивні речення повинні формулюватися тільки позитивно і лише від першої особи. Директивні речення зазвичай слідують за описовими реченнями, і вони розповідають про те, що є очікуваною відповіддю на підказку чи ситуацію. Директивні речення зазвичай починаються з «Я можу спробувати ...», «Я спробую ...» або «Я буду працювати над ...». Приклад директивного пропозиції: «Я спробую залишатися спокійним, коли діти не дають мені свою іграшку».

### **Контролюючі речення**

Ці речення визначають стратегії, які дитина може використовувати, щоб згадати або зрозуміти соціальну історію. Вони зазвичай додаються після того, як ви вивчили соціальну історію разом. Контролююче речення пишеться дитиною, або складається з її підказкою.

*Важливо!* На одне директивне речення 2-4 речення інших видів. Не більше двох коротких речень під кожною ілюстрацією.

### **Як ми знайомимо дитину з соціальною історією**

- ❖ Виберіть час коли дитина спокійна і готова слухати історію
- ❖ Скажіть дитині що цю історію ви написали спеціально для неї
- ❖ Читайте історію повільно, доброзичливо і якщо вона протестує, відкладіть її на потім
- ❖ Складіть таблицю в яку Ви будите записувати результати роботи (частота та інтенсивність поведінки до і після історії, відзначайте дату прочитання)

### **Метод інтеракції соціальних історій, тобто інтерактивні соціальні історії**

Діти, які беруть участь в програванні ситуацій соціальних історій отримують соціально значимий досвід. Інтерактивні соціальні історії дають можливість дезадаптованим дітям з особливими потребами та дітям групи ризику, сформувані адаптаційні ресурси, батькам, педагогам і психологам підібрати адекватні засоби спілкування з дитиною, що дозволить гармонізувати і дитячо-батьківські відносини, і відносини соціально – дезадаптованої дитини з соціумом.

Інтерактивні соціальні історії це активний метод навчання, який засновано на досвіді спеціально організованої соціальної взаємодії дітей з метою



зміни індивідуальної моделі поведінки. За допомогою цього методу у дітей виникає нове знання, що виникло під час цього процесу, чи стало його результатом. Обґрунтуванням нашого методу інтерактивних соціальних історій є соціально-психологічні концепції Дж. Міда, М. Вебера, Р. Лінтона. За Дж. Мідом «інтеракція» це — безпосередня міжособистісна комунікація («обмін символами»), найважливішою особливістю якої визнається здатність людини «приймати роль іншого», уявляти собі (відчувати), як його сприймає партнер по спілкуванню (або група). Згідно з Дж. Міду, "прийняття ролі іншого", тобто вміння подивитися на себе з боку очима партнера по спілкуванню, є необхідною умовою для успішного здійснення будь-якого акту взаємодії між людьми. Це є основною умовою перетворення індивіда в особистість, яка здатна усвідомлювати сенс власних вчинків та представляти, як ці слова та вчинки сприймаються іншою людиною. Дитячі рольові ігри він вважав одним з найважливіших засобів соціалізації особистості. В той час М. Вебер зазначав важливість врахування суб'єктивної мотивації особистості для пояснення її поведінки. Р. Лінтон через статусно-рольову концепцію розглядає роль як зовнішню поведінку, що включає установки, цінності та поведінку свого статусу. Він підкреслює, що роль є динамічним аспектом статусу, та служить для виправдання певного. Лінтон поділяє «набір рольових очікувань» на очікування-права та очікування-обов'язки при виконанні тієї чи іншої ролі. Це і дозволяє нам зв'язувати суб'єктивні аспекти рольової поведінки з об'єктивними суспільними відносинами, тобто бажання, імпульси, відчуття дитини з очікуваною поведінкою у взаємодії з іншими.

Наш метод інтерактивних соціальних історій спрямовано на навчання дитини (чи підлітка) адекватним формам поведінки в проблемних ситуаціях, на підвищення рівня «виконавчої компетентності» щодо певних ситуацій взаємодії та спілкування з соціальним оточенням.

*Алгоритм інтерактивної соціальної історії складається з наступних кроків:*

- Психолог (педагог) підбирає конкретну соціальну історію, яка відображає актуальну проблемну ситуацію у даної дитини чи в даній групі.
- Перед початком гри психолог знайомить дітей з правилами, дає їм чіткі інструкції про те, в яких межах вони можуть діяти в процесі гри.
- Психолог знайомить дітей із пропонованою ситуацією, з проблемою, над вирішенням якої їм належить попрацювати, а також з метою, яку потрібно досягти: він розповідає соціальну історію по підготовленому макету, розставляючи необхідні акценти на описових та перспективних реченнях.
- Потім психолог розподіляє ролі серед дітей із важливою умовою – після програвання інтерактивної соціальної історії, вони обмінюються ролями та героями. Коли кожна дитина тримає в руці свого героя, психолог пропонує заплющити очі... глибоко зітхнути... та уявити себе у ролі свого героя.
- Потім, покроково, дотримуючись макету, діти програють соціальну історію у ролях (інтерактивно). Відбувається безпосередньо процес гри, в ході якого учасники активно взаємодіють, намагаючись досягти поставленої мети.

- Після закінчення гри, після невеликої паузи, покликаної заспокоїти емоції, відбувається процес рефлексивного аналізу. В ході рефлексії діти оцінюють подію з позиції учасника гри, разом з тим, намагаючись абстрагуватися й проаналізувати гру з точки зору спостерігача.
- Процес аналізу починається з концентрації уваги на емоційному аспекті, почуттях, які відчували учасники в ході гри і після її закінчення. Потім слід перехід до змістовного аспекту: як розвивалася ситуація, які дії робили учасники, який результат був отриманий і т. д. Рефлексивний аналіз закінчується узагальнюючими висновками і думками, які можна зробити за підсумками процесу взаємодії в ході гри.

Під час ефективно проведеного програвання інтерактивних соціальних історій відбуваються зміни в сприйнятті один одного, інсайт, який призводить до швидкого вирішення або нового розуміння наявної проблеми. Таке нове розуміння дає можливість відчувати проблему зсередини, пропустити її через «себе», проаналізувати власну поведінку і зробити необхідні висновки, які сприятимуть очікуваній поведінці.

Інтерактивні соціальні історії – запорука успішної адаптації дитини в її соціальному оточенні.

## **ДОДАТОК. Примеры социальных историй.**

### **Как вести себя с друзьями.**

1. Люди часто дружат друг с другом. Обычно друзья вместе играют, общаются, помогают друг другу, радуются друг за друга. Дружба – это хорошо!
2. У меня тоже есть друзья. Я люблю своих друзей, но иногда не знаю, как вести себя с ними правильно.
3. Быть хорошим другом – не означает, что нужно делать все, о чем меня попросят друзья. Я всегда могу отказаться делать то, что мне не хочется. Это – правильно и не означает, что я плохой друг!
4. Есть то, что делать НЕЛЬЗЯ ни в коем случае, даже если мой друг очень сильно об этом попросит!
5. Нельзя делать то, что:
  - опасно!
  - вредит другим людям или мне самому!
  - портит имущество- мое или чужое!
  - неприятно для меня!
6. Теперь я знаю как вести себя с друзьями!

### **Как обращаться с животными.**

1. Люди с давних пор держат домашних животных. Чаще всего это – кошки и собаки.
2. Животные помогают нам в трудных ситуациях. Охраняют дом, помогают слепым людям, чтобы не потеряться.

3. Животные очень любят своих хозяев и преданы им. И люди должны относиться к животным с любовью и заботой.
4. Нельзя обижать животных, дергать за хвост, душить, бить по лапам или выгонять из дома. Это плохое поведение!
5. С животными можно играть и веселиться!
6. Животных можно гладить и обнимать!
7. Помни, что незнакомое животное может укусить или напугать! Поэтому нельзя трогать чужих животных!
8. Я буду помнить, что с животными нужно обращаться по-хорошему!
9. Мама будет счастлива, что я добрый и не причиняю животным вреда!
10. Мои животные счастливы, что я не причиняю им боль и люблю их! Они радуются мне и хотят играть со мной!

### **Если друг отобрал мою игрушку.**

1. Иногда я играю с другом
2. И он отбирает мою игрушку
3. Тогда я чувствую, что рассердился
4. Я сложу свои руки вместе
5. Я сделаю 3 глубоких вдоха
6. Я могу поиграть в песочнице, чтобы успокоиться
7. Я могу полепить из пластилина, чтобы успокоиться
8. Я спокоен
9. И возвращаюсь к игре с моим другом
10. Мама (папа) гордится мной
11. Я счастлив!

### **Помогать учителю – хорошо!**

1. В школе я помогаю учительнице
2. Когда учительница просит меня что-нибудь сделать
3. Я отвечаю: «Конечно!» и делаю то, о чем она попросила
4. Когда я вижу, что учительница несет тяжелое
5. Я спрашиваю: «Могу ли я помочь Вам чем-нибудь?»
6. Когда учительница хочет зайти в класс, я открываю перед ней дверь
7. Если учительница спрашивает: «Кто может помочь мне?»
8. Я всегда говорю: «Я могу помочь!» и делаю то, что учительница просит
9. Когда я помогаю учительнице
10. Она счастлива!
11. Мне нравится быть полезным!
12. Мама (папа) мной гордится!

### **Личное пространство**

1. Когда я говорю с людьми, мне нужно предоставлять им личное пространство и не приближаться к ним слишком близко.

2. Когда люди стоят слишком близко, то другие люди испытывают неприятное чувство и хотят отодвинуться от меня.
3. Каждому нужно личное пространство.
4. Когда я вызываю дискомфорт у других людей, они стараются меня избегать.
5. Может быть, они даже не захотят снова со мной разговаривать.
6. Я делаю шаг назад.
7. Когда я предоставляю достаточно личного пространства людям, то я могу играть и говорить с ними, я могу повеселиться, и у меня могут появиться новые друзья.

### **Перебивание**

1. Нельзя перебивать людей, которые разговаривают или чем-то заняты. Это невежливо.
2. Если это очень важно, то я могу похлопать человека по плечу и сказать «прошу прощения». В остальных случаях я должен быть терпеливым и ждать, когда они закончат.
3. Перебивание злит людей, потому что они перестают говорить, и они могут забыть, о чем они говорили.
4. Каждый заслуживает того, чтобы говорить без перебивания.
5. Взрослым нравятся вежливые дети. Они особенно гордятся детьми, которые не перебивают.
6. Иногда я думаю, что что-то очень важно, а взрослый говорит мне, что это не так.
7. Если это происходит, то мне нужно терпеливо ждать.

### **Когда я не слушаю других людей**

1. Очень важно смотреть на людей и прекратить делать то, что я делаю, если они хотят мне что-то сказать.
2. Иногда взрослые говорят мне очень важные вещи, которые я должен знать.
3. Если я не смотрю и не слушаю, то я могу пропустить что-то важное, и взрослые рассердятся.
4. Я знаю, что это плохо – продолжать делать то, что я делаю, если взрослые хотят, чтобы я слушал.
5. Я буду слушать взрослых, когда они говорят со мной.

### **Когда я сержусь**

1. Иногда я сильно расстраиваюсь и сержусь.

2. Я швыряю вещи.
3. Я ударяю людей (детей)
4. Я кричу.
5. Я плачу.
6. Если я веду себя так, то могу попасть в неприятности, и люди (дети) не захотят со мной общаться и дружить.
7. Когда я расстроен мне нужно глубоко вздохнуть 3 раза
8. Пойти прогуляться
9. Выпить стакан воды
10. Медленно сосчитать про себя до 5
11. Я использую слова, чтобы сказать людям, что я расстроен. Это ПРАВИЛЬНО!!!
12. Я успокаиваюсь и чувствую себя хорошо!

### **Если мне не отвечают на вопрос.**

1. Иногда у меня возникают вопросы
2. Я задаю их другим людям
3. Бывает что люди, которым я задаю вопрос мне не отвечают.
4. Я сержусь и расстраиваюсь когда мне не отвечают.
5. Это НЕ ПРАВИЛЬНО! Я не должен сердиться. Возможно, мой вопрос человек не понял или не расслышал.
6. Я могу тронуть человека за плечо и сказать: «Извини(те), пожалуйста...
7. И задать свой вопрос еще раз. Это ХОРОШО.
8. Люди отвечают мне и я счастлив

### **Когда я злюсь**

1. Иногда я злюсь на что-нибудь
2. Тогда я плохо себя веду
3. Мама очень огорчается
4. Мне надо закрыть глаза и посчитать до 10
5. Глубоко вздохнуть 10 раз
6. Попрыгать на батуте или покачаться на качелях
7. Попросить перерыв и отдохнуть
8. Прогуляться
9. Попросить помощи у взрослого
10. Тогда я спокоен
11. Мама счастлива

### **Когда я прихожу с улицы домой**

1. Когда я прихожу с улицы домой, я снимаю всю верхнюю одежду.
2. И мою руки..
3. После этого я могу заниматься домашними делами

4. Иногда я трачу слишком много времени на раздевание и мытье рук.
5. Тогда моя мама огорчается.
6. Но чем больше я трачу времени на раздевание и мытье рук, тем меньше времени остается на игру и отдых.
7. Чем быстрее я раздеваюсь, тем больше времени могу поиграть и отдохнуть.
8. Если я быстро переодеваюсь, мама радуется, гордится мной.
9. Мне нравится, когда мама довольна.

### **Когда надо куда-то идти.**

1. Иногда я не хочу куда то идти из дома, одеваться.
2. Мама огорчается.
3. Я могу обсудить эту поездку с родителями.
4. Если они решат, что идти необходимо, я должен быстро одеться, чтобы никого не задерживать.
5. Моя мама гордится мной
6. Мы успеем сделать все необходимые дела и скорее вернуться домой.

### **Как вести себя в кафе**

1. Мне нравится ходить в кафе
2. В кафе подают вкусную еду
3. Многие люди приходят в кафе покушать, и я должен хорошо себя вести, чтобы никому не мешать.
4. Я захожу в кафе и спрашиваю официанта, есть ли свободный столик
5. Если свободный столик есть- меня отводят к нему.
6. Если свободного столика нет, я могу подождать или пойти в другое кафе.
7. Меня отводят к столику и подают меню
8. Я внимательно читаю и выбираю блюда, которые хочу поесть.
9. Вскоре официант подходит и я говорю, какие блюда я выбрал. И он записывает их в свой блокнот.
10. Теперь я жду, когда для меня приготовят выбранные блюда. Я жду спокойно, еду скоро принесут!
11. Пока я жду, я могу поиграть в игры на мобильном телефоне
12. Официант приносит мой заказ и я говорю ему «Спасибо!»
13. Я ем с удовольствием. Теперь я сыт и доволен.
14. Я горд тем, что знаю как правильно вести себя в кафе.

### **Как проситься поиграть вместе**

1. Иногда мои друзья играют в игры без меня.
2. Я тоже хочу поиграть, но я не могу просто подойти и начать игру вместе с ними.
3. Я должен подойти к друзьям и спросить: «Могу ли я поиграть с вами?»
4. Я должен подождать их ответа.

5. Если они скажут «ДА» , я скажу «спасибо»!
6. Если они скажут «НЕТ», я скажу «Ничего страшного. Может быть в следующий раз» и не буду участвовать в игре.
7. Друзья счастливы, что я спрашиваю у них разрешения поиграть вместе!
8. Они играют со мной и нам весело!

### **Если мне больно.**

1. Иногда я чувствую боль
2. Боль может быть очень сильной
3. Боль расстраивает меня.
4. Я могу даже расплакаться от боли.
5. Я должен обязательно сообщить про боль взрослым.
6. Я могу сказать: «Ой-ой-ой!»
7. Или могу сказать: «Мне больно!»
8. И указать на то место, которое болит
9. Головная боль
10. Боль в ноге
11. Боль в стопе
12. Боль в пальцах рук
13. Боль в руке
14. Боль в животе
15. Боль в ухе
16. Боль в попе
17. Боль в горле или шее
18. Боль во рту или зубная боль
19. Попросить помощь у взрослых это хорошо и правильно!
20. Взрослые помогут и скоро я буду чувствовать себя лучше!

### **Если я потерялся**

1. Если я потерялся, я могу помочь моим родителям меня найти
2. Я стою на месте и никуда не ухожу.
3. Я не должен кричать, плакать, падать на пол и бить себя и других людей.
4. Я должен глубоко вздохнуть 5 раз и успокоиться
5. Я могу громко позвать маму или папу по имени
6. Я могу позвонить родным, если у меня есть телефон. Они скажут, что мне делать дальше.
7. Я могу попросить помощи у любой мамы с ребенком или у офицера полиции
8. Я должен сообщить свое имя и сказать, что я потерялся. Взрослые помогут мне и скажут, что мне делать дальше.
9. Я все делаю правильно, и родители найдут меня! Мы будем очень радостными и счастливыми.

## **Как вести себя с незнакомцами**

1. Незнакомец это человек, которого я не знаю
2. Незнакомец может быть женщиной
3. Незнакомец может быть мужчиной
4. Когда я нахожусь вне дома, я должен не отходить от мамы и папы
5. Я НЕ разговариваю с незнакомцами без разрешения мамы и папы
6. Я НЕ беру у незнакомцев конфеты и другие сладости
7. Я НЕ сажусь в машину к незнакомцам.
8. Я никуда НЕ иду с незнакомцем.
9. Незнакомец добрый человек или злой?? Я НЕ ЗНАЮ!
10. Незнакомец может быть хорошим и добрым человеком...
11. Незнакомец может быть плохим человеком и может хотеть обидеть меня или похитить...
12. Незнакомец может быть очень опасным для меня!!!
13. Это ПРАВИЛЬНО: кричать и звать на помощь, если незнакомец пристает ко мне!!
14. Это ПРАВИЛЬНО: убежать от незнакомца, который пытается навредить мне!
15. Я обязательно рассказываю родителям о незнакомце, который беспокоит меня!
16. Родители помогут мне и скажут, если незнакомец не опасен.

## **Почему нельзя выпрашивать сладости**

1. Обычно я кушаю разную еду. Некоторые продукты ем каждый день(хлеб, масло, сыр...)
2. Есть и другие, особенно вкусные продукты, сладости. Я их ем редко и понемногу. (шоколад, конфеты, чипсы, лимонад, мороженное...)
3. Очень вредно есть сладости в большом количестве! От этого можно заболеть
4. Взрослые знают сколько можно съесть сладостей, чтобы не навредить здоровью! Поэтому нужно ВСЕГДА спрашивать у взрослых РАЗРЕШЕНИЕ, перед тем, как съесть сладости.
5. Я очень люблю сладости и мне хочется кушать их как можно чаще. Поэтому я выпрашиваю сладости у взрослых: надоедаю им, ругаюсь, плачу, истерию, топаю ногами.
6. Когда я веду себя так, родители сильно огорчаются. Они не могут разрешить мне много сладостей, потому что заботятся о моем здоровье.
7. Я не должен капризничать. Это плохое поведение! Я хочу быть хорошим и не огорчать своих родных
8. Если я захотел вкусное, я должен спросить у взрослых, можно ли мне сейчас съесть лакомство и сколько.



9. Если мне ответят: НЕТ, я скажу: ничего страшного и спрошу, когда мне можно будет попросить сладости в следующий раз.
10. Я не буду выпрашивать сладости у взрослых и не буду злиться.
11. Я не буду брать сладости без разрешения. Это плохо!
12. Если мне ответят: ДА, я скажу «спасибо!» и съем столько сладкого, сколько мне разрешили.
13. Родные рады моему хорошему поведению, и я буду здоров!
14. Я рад, что никого не огорчаю
15. Родители обязательно дадут мне сладости, когда можно будет!

### **Я умею проигрывать**

1. Я люблю играть в разные игры с моими друзьями.
2. Иногда я выигрываю! Когда я выигрываю - я счастлив!
3. Иногда я проигрываю. Пришла очередь моего друга быть победителем! Это правильно!
4. Когда я проигрываю, я могу чувствовать огорчение и разочарование. Это не плохо. Я могу сказать: «В этот раз я проиграл! В следующий раз мне повезет!»
5. Я не плачу, не закатываю истерики и не бью своего друга.
6. Я говорю другу: «Ты- молодец! Ты победил!»
7. Друзья счастливы, что я умею проигрывать и веду себя правильно!
8. Все хотят играть со мной еще!

### **Кусаться нельзя!**

1. Я люблю играть с моими друзьями в разные игры
2. Иногда мне хочется, чтобы друзья играли по моим правилам или в те игры, которые нравятся мне.
3. Если друзья отказываются делать по-моему, я расстраиваюсь и злюсь.
4. Когда я злюсь, то кусаю других детей и делаю им больно.
5. Когда я кусаю других детей, они обижаются, плачут
6. И не хотят больше дружить и играть со мной.
7. Когда мне хочется укусить кого-нибудь, я НЕ должен делать этого!
8. Необходимо глубоко вздохнуть 5 раз
9. Прогуляться
10. Или послушать спокойную музыку.
11. Тогда я успокоюсь
12. И смогу играть с моими друзьями.

### **Как ответить на телефонный звонок.**

1. Когда звонит телефон, а взрослых нет дома
2. Я могу сам ответить на телефонный звонок
3. Я поднимаю трубку, подношу ее к уху и говорю: «Алло»
4. Затем я жду и слушаю, что говорит человек, который звонит.
5. Этот человек называет себя и объясняет, зачем он позвонил.

6. Если он просит позвать моих маму или папу,
7. Я отвечаю: «Минуточку, пожалуйста» и зову родителей к телефону.
8. Если родители заняты, то я могу сказать: «Перезвоните, пожалуйста, позже!»
9. Если он задает вопросы, я могу ответить. Если я не знаю ответа на вопрос, то зову к телефону взрослых.
10. Перед тем, как закончить разговор, я прощаюсь.
11. Когда разговор закончился, и я слышу гудки, это значит я могу положить трубку.

### **Зачем соблюдать правила поведения.**

1. Когда мы находимся рядом с другими людьми или в общественных местах, то должны соблюдать ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ. Люди придумали эти правила, чтобы чувствовать себя комфортно и безопасно в обществе друг друга.

2. Существует много разных правил поведения. В школе действуют одни правила, на улице – другие, дома-третьи. Правила могут изменяться в зависимости от места и ситуации, в также поведения или возраста других людей.

3. Все люди стараются соблюдать правила. Когда человек не нарушает правила, его называют «хорошо воспитанным». Хорошо воспитанный человек нравится людям и все хотят с ним общаться и дружить.

4. Когда человек плохо воспитан и не соблюдает правила, другие люди не хотят общаться с ним и относятся к нему с опасением. У такого человека нет друзей и его все избегают.

5. Соблюдать правила поведения очень важно! Я изучаю правила поведения и стараюсь следовать им, чтобы другим людям было со мной спокойно и безопасно.

6. Родители радуются, что я хорошо воспитан! Все хотят дружить со мной! Я горжусь тем, что я умею вести себя правильно.

### **Что значит быть вежливым**

1. Иногда, неправильно и невежливо говорить другому человеку то, что я на самом деле думаю. Мои слова могут расстроить или обидеть его.

2. Вежливость – очень важно! С вежливым человеком все хотят общаться, и у него много друзей.

3. Например, мама хочет сфотографировать меня, а я в это время играю в свою любимую игру. Мне хочется сказать: «Мама, уходи!» и продолжать играть. Но это – невежливо и грубо и так говорить нельзя! Если я скажу мама «Уходи!», она очень расстроится. Будет казаться, что я хочу обидеть маму или выгнать её.

4. Если я не хочу обидеть маму, то должен сказать: «Мама, мне могла бы ты, пожалуйста, сфотографировать меня немного позже?». Слова «пожалуйста», «спасибо», «не мог бы ты» и некоторые другие делают мою речь не обидной и вежливой. Мама будет счастлива, что я умею правильно говорить о своих желаниях и использую хорошие и вежливые слова.

5. Я должен стараться оставаться вежливым в любых ситуациях, даже если у меня плохое настроение, или я чем-то сильно увлечен и не хочу отвлекаться.

Например, друзья зашли ко мне в гости, когда я собирался смотреть свой любимый мультфильм. Я говорю друзьям: «Спасибо, что зашли навестить меня! Давайте посмотрим вместе мультфильм! Или, если не хотите смотреть мультфильм, давайте будем делать то, что нравится вам!». На самом деле, мне хочется сказать своим друзьям: « Уходите и не мешайте!», но я знаю, что они обидятся, если я так скажу и больше не захотят со мной дружить.

6. Чем вежливее я буду, тем лучше другие люди будут относиться ко мне. Я всегда должен помнить, что хорошие отношения с людьми намного важнее игр, мультфильмов и любых других развлечений и дел! Если я буду стараться делать то, что ждут от меня другие люди, то и они будут относиться ко мне так же.

### **Как поддержать разговор**

1. Я люблю разговаривать с моими друзьями. Мы обсуждаем разные темы.

2. Говорить на ту же самую тему, что и мой собеседник – ПРАВИЛЬНО и ВЕЖЛИВО.

3. Если мы говорим о видео играх, я задаю вопросы о видео играх. Я слушаю своего друга, а затем задаю вопросы.

4. Когда мы закончим обсуждать одну тему, я могу предложить другую тему. Но я должен ПОДОЖДАТЬ, пока мы закончим обсуждать первую тему. Изменять тему разговора внезапно – НЕВЕЖЛИВО.

5. Если я – вежливый, другим людям нравится разговаривать со мной. Я горжусь тем, что я – хороший собеседник.

### **Если друг отобрал мою игрушку.**

1. Иногда я играю с другом, и он отбирает мою игрушку.

2. Если я чувствую, что рассердился, я должен глубоко подышать.

3. Я могу полепить пластилин или тесто, чтобы успокоиться.

4. Когда я успокоюсь, то вернусь к игре с моим другом.

5. Взрослые гордятся мной, и я – счастлив.

### **Как вести себя, когда я злюсь.**

1. Злиться – это нормально. Каждый человек иногда испытывает чувство злости.

2. Но, НЕЛЬЗЯ причинять боль и вред СЕБЕ (царапать и кусать себя, биться головой).

3. Причинять боль и вред ДРУГИМ ЛЮДЯМ (царапаться драться, кусаться, плевать).

4. Швырять предметы.

5. Валяться на полу и кричать.

6. Ругаться и оскорблять других людей.

7. Если я буду делать все эти вещи, люди не захотят со мной общаться!

8. Правильно быть доброжелательным.

9. Соблюдать тишину.
10. Спокойно рассказывать о том, что чувствуешь.
11. Сделать что-нибудь хорошее и доброе.

### **Что можно делать в школе, а что нельзя.**

1. Когда я в школе, я должен соблюдать правила и вести себя хорошо.
2. Что делать можно:
3. Быть вежливым! Не забывать здороваться и говорить «спасибо» и «пожалуйста».
4. Внимательно слушать учителя, отвечать на его вопросы.
5. Быть дружелюбным с другими детьми, общаться и играть с ними.
6. Внимательно и старательно делать классную работу.
7. Говорить негромко.
8. Читать книги.
9. Использовать компьютер, когда разрешено.
10. Что делать нельзя:
11. Кусать себя.
12. Кусать других людей!
13. Кричать и истерить!
14. Биться головой об стены или предметы!
15. Ломать предметы!
16. Рвать вещи!
17. Пинать, толкать и бить других людей!
18. Залазить на предметы мебели!
19. Смеяться над другими, показывать пальцем!
20. Плеваться!
21. Обзывать!
22. Ругаться и повышать голос!

### **Стучать перед тем, как войти.**

1. Я живу вместе со своей семьей.
2. У меня есть своя комната. И у моих родных есть свои комнаты. Там они переодеваются спят, проводят личное время.
3. Если я вижу, что дверь в комнату моих родных закрыта, то нельзя просто открыть дверь и зайти внутрь!
4. Вначале я должен постучать в дверь. Если я стучу в дверь перед тем, как зайти, это означает, что я уважаю личное пространство других людей.
5. Затем я должен дождаться, когда мне ответят и разрешат войти.
6. Если я получил разрешение, то могу открыть дверь и зайти внутрь комнаты.
7. Если родные отвечают «Подожди!», или «Минуточку!», я должен проявить терпение и подождать, пока мне не разрешат войти. Я не открываю дверь в комнату, пока не получу разрешение.

8. Если мне не ответили или попросили прийти попозже, я не расстраиваюсь. Другой человек может иметь причину, по которой он хочет побыть один. Возможно, он переодевается или отдыхает.

9. Я могу прийти через некоторое время и попробовать постучать в дверь еще раз.

10. Близкие счастливы, что я уважаю их личное пространство и стучу в дверь перед тем, как войти.

11. Я горжусь тем, что знаю, как вести себя правильно и не доставлять беспокойство близким людям.

### **Поход в магазин**

1. Если мама или папа просят меня сходить в магазин, я соглашаюсь им помочь.

2. Они дают мне деньги и говорят, что надо купить.

3. Если продуктов много, я могу записать их на листочке, который возьму с собой.

4. Когда я прихожу в магазин, я беру корзинку или тележку на входе, а затем иду к прилавкам за продуктами по списку

5. Если чего-то из моего списка нет в магазине – закончилось. Я не расстраиваюсь, я могу купить похожий продукт или не покупать вовсе.

6. Когда продукты уже лежат в корзинке, я иду к кассе, где смогу оплатить продукты. Там становлюсь в конец очереди и спокойно жду, когда смогу оплатить продукты.

7. Нужно выложить продукты на ленту или прилавок, чтобы продавец смог посчитать, сколько денег я должен дать.

8. Затем я отдаю деньги, и если моих денег больше, чем сказал продавец, жду, когда мне дадут сдачу.

9. Забираю продукты, сдачу и ухожу.

10. Если мне не хватает денег, я могу спокойно отказаться от покупки, никто меня не наругает и никто не расстроится.

11. После магазина я должен сразу идти домой, ведь родители ждут меня.

12. Когда я приду с магазина, мама и папа будут очень гордиться тем, что я настоящий помощник.

### **Объятия**

1. Объятия доставляют приятное чувство.

2. Объятия – один из способов показать любовь.

3. Объятия – один из способов проявить заботу и участие.

4. Объятия дают мне ощущение счастья!

5. Могу ли я обнимать всех, кого захочу?

6. Каковы правила?

7. Ответ – НЕТ! Вначале необходимо спросить разрешения.

8. Я спрашиваю другого человека: «Могу ли я обнять тебя?».

9. Я дожидаюсь ответа: да или нет.
10. Можно обнимать маму или папу. Это хорошо.
11. Могу ли я обнимать кого-нибудь в школе?
12. В школе обниматься НЕЛЬЗЯ!
13. Я не обнимаю моих друзей!
14. Я не обнимаю учителей!
15. Я уважаю личное пространство другого человека!
16. Я могу помахать рукой и сказать «привет»!
17. Я могу «дать пять».
18. Я могу пожать руку!
19. Отлично! Теперь я знаю правила.

### **Чужие вещи**

1. Иногда я вижу у своих друзей какую-нибудь вещь, которую я хотел бы иметь у себя. Мне очень хочется взять эту вещь, пользоваться ей и оставить себе надолго.

2. Так делать НЕЛЬЗЯ! Я должен помнить, что могу распоряжаться только своими вещами, а чужие вещи мне не принадлежат, и я не могу их взять просто так, без разрешения.

3. Я должен попросить разрешения: «Могу я взять посмотреть эту вещь? Обещаю обращаться с ней осторожно!».

4. И затем подождать ответа. Если мне ответят: «Да», я скажу «Спасибо» и возьму вещь, которую попросил. Я буду обращаться с ней очень аккуратно, чтобы не повредить и не сломать её. Через 10-15 минут или раньше, я должен отдать вещь обратно её владельцу.

5. Если мне ответят «Нет», я скажу: «Ничего страшного!». Я не должен трогать вещь, если мне не разрешили. Я не должен расстраиваться или пытаться навредить владельцу вещи. Это – плохо.

6. Если я умею правильно вести себя и попросить разрешения, люди будут рады позволить мне потрогать и посмотреть их вещи!

### **Как вести себя в столовой**

1. Когда наступает время обеда, я мою руки и иду в столовую, чтобы покушать.

2. Я нахожу людей, которые стоят в очереди, и встаю в конец очереди, а последним человеком.

3. Я не шумлю и разговариваю тихо. Я не толкаюсь и не мешаю другим людям.

4. Когда подошла моя очередь, я выбираю еду, которая мне нравится

5. Я ем медленно и аккуратно и использую столовые приборы.

6. Когда я закончил кушать, я вытираю рот салфеткой.

7. Убираю за собой грязную посуду.

8. Мне нравится, когда я веду себя правильно в столовой. Я чувствую себя сытым и довольным.

## **Если на меня пристально смотрят и улыбаются**

1. Иногда в школе я вижу, что другие дети пристально смотрят на меня и улыбаются. Мне кажется, что они смеются надо мной, мне становится обидно, и я стараюсь ударить их или обозвать.

2. Так делать НЕЛЬЗЯ! Если дети на меня смотрят – это не плохо. Возможно, они хотят о чем-то спросить меня. Я могу уточнить – нужна ли им моя помощь.

3. Часто один человек смотрит на другого с улыбкой потому, что он ему нравится. Я должен понимать, что нельзя обижать других людей только потому, что они показались мне плохими.

4. Обижать других – ОЧЕНЬ ПЛОХО! Так делают только злые люди! Но я – не злой! Я не буду совершать плохих поступков! Даже если я точно знаю, что другие люди смеются надо мной, лучший способ прекратить это – не обращать внимания на их улыбки и взгляды и пройти мимо.

5. Если я все-таки расстроился и переживаю, я должен отойти в сторону, глубоко подышать и медленно посчитать до 10, чтобы успокоиться.

6. Я никого не обижаю, и все дети относятся ко мне хорошо! Они улыбаются мне и приглашают поиграть! Мне нравится быть добрым и хорошим человеком!

## **Как мое поведение влияет на других людей**

1. *Вызывает агрессию или сильное раздражение:*

2. Если я нарушаю чужое личное пространство, дышу в лицо другим людям, наклоняюсь к ним близко, трогаю их.

3. Если я беру чужие вещи без спроса или спрашиваю разрешение, но хватаю вещь, не дождавшись ответа.

4. Если я проявляю грубость и агрессию (толкаюсь, пинаюсь, дерусь, плююсь, кусаюсь, царапаюсь, показываю язык, обзываюсь или говорю обидные вещи).

5. Если я разглядываю в упор незнакомых или малознакомых людей и тем более показываю при этом на них пальцем и смеюсь.

6. *Расстраивает и вызывает желание прекратить общение со мной:*

7. Если я не вежлив (не здороваюсь, не благодарю, не прощаюсь, перебиваю собеседника).

8. Если я во время беседы не смотрю в глаза собеседнику, а смотрю по сторонам.

9. Если я настаиваю, чтобы все было по – моему, а другие люди не соглашаются делать по-моему, я кричу, ругаюсь, падаю на пол, закатываю истерику.

10. Если я жадничаю и не делюсь с друзьями игрушками и другими вещами.

11. *Я нравлюсь людям, они хотят со мной общаться и быть моими друзьями:*

12. Если я вежливый и доброжелательный, улыбаюсь людям при встрече, не забываю здороваться и благодарить.

13. Если я внимательно слушаю собеседника, смотрю ему в глаза, киваю головой и задаю вопросы о том, о чем он рассказывает.

14. Если я делаю добрые дела: уступаю место в транспорте, помогаю донести тяжелую сумку, выполняю просьбы родных и друзей.

15. Если я делюсь с друзьями своими игрушками, соблюдаю очередь в игре и не настаиваю на своих правилах.

16. Если заступаюсь за тех, кого обижают, не дерусь, не обзываюсь и не причиняю вред другим людям и вещам.

17. Если я слушаюсь взрослых, и, даже если мне отказывают в моих просьбах, я не ругаюсь и не устраиваю истерики.

18. Если я уважаю личное пространство других людей и не беру чужие вещи без прося.

19. Если я хорошо знаю и соблюдаю правила поведения, и не совершаю необдуманных поступков.

### **Как вести себя, если слишком шумно**

1. Иногда я слышу слишком много громких звуков, и они сводят меня с ума.

Что делать НЕЛЬЗЯ:

2. Кусать себя!
3. Кусать других людей!
4. Кричать и истерить!
5. Биться головой о стены или предметы!
6. Пинать и толкать других людей!

Что делать МОЖНО:

7. Надеть наушники и послушать негромкую спокойную музыку
8. Если шум очень громкий, вставить в уши беруши
9. Если шум создает знакомый человек, попроси его: «Пожалуйста, ты бы мог потише» Если он престанет шуметь, сказать ему «Спасибо!»
10. Попросить помощи у взрослых. Сказать: «Мне плохо от этого шума! Пожалуйста, помогите!»
11. Уйти подальше от шума. Можно прогуляться.
12. Найти спокойное, тихое место и побыть там какое-то время, пока не перестану чувствовать себя плохо.

### **Как вести себя, переходя дорогу**

1. Когда я гуляю на улице, иногда мне нужно перейти через дорогу.
2. Выбегать на дорогу ОПАСНО!
3. Когда я подхожу к дороге- я останавливаюсь
4. И беру за руку взрослого
5. Я должен переходить через дорогу только со взрослым.
6. Мы переходим через дорогу, когда горит зеленый свет светофора.
7. Когда для нас горит красный, по дороге едут машины. Нужно ПОДОЖДАТЬ!



8. Во дворе рядом с моим домом тоже есть дорога. По ней могут ездить машины, кататься роллеры и велосипедисты.
9. Нельзя самому выбегать из подъезда на дорогу во дворе.
10. Нужно выходить на улицу вместе со взрослым.
11. Если кто-то едет по дороге на роликах или велосипеде, я должен остановиться и подождать пока он проедет.
12. Я правильно веду себя на дороге. Я- МОЛОДЕЦ!

### **Когда меня зовет взрослый.**

1. Когда взрослый зовет меня, то мне нужно прекратить то, что я делаю, и подойти к нему
2. Возможно, взрослый хочет сказать мне то, что мне нужно срочно узнать.
3. Если я не подойду, то я не узнаю то, что мне нужно знать.
4. Взрослым не нравятся дети, которые их не слушают.
5. Мама огорчается, если я не слушаю.
6. Я буду слушать взрослых
7. Мама счастлива, когда я слушаю взрослых.

### **Страшный сон**

1. Иногда я могу увидеть страшный сон, когда я сплю.
2. События в страшном сне не происходят на самом деле.
3. Это как картинки в моей голове.
4. Это нормально, если я испугаюсь
5. Я могу попробовать сказать себе: «Это все в моей голове, это просто сон»
6. Взрослые могут помочь детям, если им снятся плохие сны.
7. Я попрошу помощи у взрослого. Это хорошо!
8. Когда я проснусь, я увижу, что я в полном порядке.

Помимо обучения навыкам и объяснения ситуаций, социальные истории можно использовать для интеграции информации. Часто это эмоционально окрашенная ситуация, которая выбивается из нашей ежедневной рутины. И мы испытываем потребность проинтегрировать такую информацию. Прекрасным способом разложить информацию «по полочкам» социальная история является не только для детей, а и для взрослых.

### **Тренинг для взрослых**

#### **Информационный блок.**

Общение – богатейший процесс, охватывающий всю нашу жизнь. Речь – наиболее распространенная форма коммуникации. Однако, коммуникация не

только речь. Коммуникация это процесс установления и развития контактов между людьми, возникающий в связи с потребностью в совместной деятельности, включающий в себя обмен информацией, взаимное восприятие и попытки повлиять друг на друга.

### **Разминка «Цветок настроения».**

Это упражнение позволяет увидеть эмоциональный настрой участников и наглядно продемонстрировать целостность группы.

Материал: лепестки из цветной бумаги.

Инструкция: перед вами на столе лежат разноцветные лепестки. Выберите лепесток, который соответствует по цвету вашему настроению и объясните почему. Теперь из выбранных лепестков мы составим цветок настроения. Группа выкладывает цветок.

### **Упражнение «Без слов»**

Предложить участникам без слов построиться так, чтобы получить следующие фигуры: ромб, квадрат, круг, треугольник, птичий косяк.

Обсуждение. Трудно ли было выполнить задание? Что помогло? В конце или в начале было сложнее?

### **Упражнение «Здравствуйте»**

Инструкция: Я раздаю карточки, на которых написаны эмоции (чувства). Никому не показывая ее, скажите слово «Здравствуйте» с интонацией, которая написана на карточке. А мы, все вместе будем отгадывать что же за слово написано у Вас на листке.

*Радость, Удивление, Сожаление, Разочарование, Подозрительность, Грусть, Веселье, Холодное равнодушие, Спокойствие, Волнение, Заинтересованность, Уверенность, Желание помочь, Усталость, Навязчивость, Лицемерие, Облегчение, Энтузиазм.*

Обсуждение. Насколько легко удалось угадать эмоцию по интонации? В реальной жизни, как часто Вы с первых слов понимаете настроение вашего собеседника? Подчеркнуть, что кроме слов большое значение имеет и невербальное общение.

### Упражнение «Вслепую»

Инструкция: Один желающий садиться на стул. Ему завязывают глаза. Тренер проводит ряд различных манипуляций с ним, тем временем разговаривая о погоде с другим участником. Манипуляции могут быть следующие: погребеть погремушкой у уха, вытереть лицо, руки влажной салфеткой, вставить в руки предмет, потрясти им или переложить в другую руку.

Обсуждение. Что Вы чувствовали во время занятия? Какую полезную информацию Вы получили? Чему научились? Придете ли еще на такое занятие? Провести снова все манипуляции, с развязанными глазами, объясняя все свои действия, называя человека по имени, предлагая взять предмет самому. Подчеркнуть, насколько важно проговаривать то, что планируете делать, как это влияет на наши чувства, на результат. Важно! Проговаривать свои действия и чувства и понимать чувства других людей.

### Упражнение «Пантомима».

Инструкция: Передать друг другу фразу «каратист убил быка одним ударом» невербально. Каждый по очереди записывает на бумаге, как он понял смысл и передает эту фразу следующему участнику.

### Упражнение «Пойми чувства ребенка».

Инструкция: чтобы понять чувства ребенка, вам необходимо будет встать на его место. Перед вами таблица, в которой вам нужно заполнить графу «чувства ребенка». В левой колонке вы найдете описание ситуации и слова ребенка, справа напишите, какие, по вашему мнению, чувства он испытывает в этом случае.

Ситуация и слова ребенка	Чувства ребенка
«Сегодня, когда я выходил из школы, мальчишка выбил у меня портфель, и из него все посыпалось».	
Ребенку сделали укол, он плачет: «Доктор плохой!»	
Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь: «Маленькая, маленькая», - а меня никогда не жалеешь».	
(Ребенок роняет чашку, та разбивается): «Ой!!! Моя ча-а-щечка!».	
(Влетает в дверь): «Мам, ты знаешь, я сегодня первый написал и сдал	

контрольную!»	
«Ну надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!»	

Обсуждение: всегда ли у вас получается учитывать чувства своего ребенка, какие трудности возникают? Легко ли понять чувства другого ребенка?

### Упражнение «Я - сообщение».

В предыдущем упражнении мы разобрали ситуацию, когда ребенок переживает, а теперь разберем обратную – когда переживает родитель. Попробуйте сказать о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Используйте «Я-послание», важно называть именно то чувство, которое вы сейчас испытываете.

Ситуация	Ваше чувство Я – сообщение
Ребенок шалил за столом и, несмотря на предупреждение, пролил молоко.	
Вы входите в комнату (9 этаж) и видите вашего сына-дошкольника сидящим на подоконнике открытого окна.	
Вы ожидаете гостей. Дочь отрезала и съела кусок торта, который вы приготовили к торжеству.	
Вы только что вымыли пол, сын пришел и наследил.	
Вы заходите на кухню и видите своего маленького ребенка с кухонным ножом, пытающегося нарезать хлеб	
Вы приходите с сыном в гости, он начинает проситься домой, но вы хотели бы остаться на некоторое время.	

### Упражнение «Активное слушание».

Инструкция: необходимо предугадать возможную реакцию ребенка на произнесенную фразу и правильно ответить на проявления детских чувств.

Ситуация и слова ребенка	Чувства ребенка	Ваш ответ
На уроке рисования Петя пролил воду прямо мне на штаны все ребята смеялись.	Огорчение, обида	Ты очень расстроился, и тебе было обидно
Сегодня на уроке мы лепили из пластилина, у всех		

получилось, а у меня нет.		
Меня поцарапала кошка, а я просто хотел с ней поиграть.		
Я дал игру поиграть Вове, а он ее порвал.		
Я хотел достать книжку с полки, а ваза упала и разбилась.		
Я бы хотел ударить этого Сашу в нос!		
Смотри какую красивую картинку я нарисовала.		

### Упражнение «Что чувствует ребенок, если...»

Ведущий начинает фразу, а родители ее продолжают.

- если его ругает мама...
- если он не понимает инструкции учителя...
- если его вызвали к доске...
- если на него повысил голос учитель...
- если одноклассники его обзывают, обижают...
- если у него не получается выполнить задание в классе...
- если он медленнее всех в классе читает...
- если у него дефекты речи...
- если у него нет друзей в классе...
- если он другой, «особенный»...

### Упражнение «Одним словом»

Инструкция: Ответьте, пожалуйста на вопрос одним словом, а я буду записывать все ваши слова: Зачем ребенок ходит в школу??

Примерные ответы: друзья, знания, радость, талант, способности, умение общаться, навыки, опыт и т.д.

Спросить у участников: Как Вы думаете, дети с особыми образовательными потребностями, с поведенческими проблемами, для чего ходят в школу?

Подвести участников дискуссии к тому, что ребенок с особыми образовательными потребностями ходит в школу с той же целью, что и каждый нормативный ребенок.

### **Упражнение «Поиск».**

Инструкция: двое желающих выходят за дверь. Оставшимся предлагается задумать место, куда необходимо положить ластик. Сложность упражнения заключается в двух моментах:

1) ни сам предмет, ни его новое место не называются напрямую, а ответы с уточнением на вопросы водящего носят завуалированный, расплывчатый характер;

2) группа получает задание: первому игроку давать отрицательное подкрепление его слов и поступков (с помощью критики, негативных оценок отдельных его действий и личности в целом, пренебрежительной невербальной информации), а второму – положительные (используя слова поддержки, радости за успешные действия, уверения в пустячности совершённых неверных поступков, восхищения, комплиментов и т.д.)

Приглашается первый участник, затем второй (по очереди), и им дается задание: определить задуманные группой предмет и место.

Обсуждение:

- Как вы чувствовали себя в своей роли?
- Какие чувства вызвала у вас реакция группы?
- Как вы чувствуете себя сейчас?
- Какие выводы вы можете сделать из этого упражнения?

В ходе обсуждения упражнений идет выход на модель поведения взрослых, на стиль взаимодействия с ребенком, который способствует развитию адекватной самооценки.

### **Упражнение «Купи маску»**

Каждому участнику выдается фишка-монетка или купюра. Участники рассаживаются в круг (или так, чтобы видеть лица всех участников). Тренер раздает всем по 3 фишки- «деньги». Инструкция: Сейчас я буду рассказывать ситуацию, в которой Вам придется отказать, надеть на свое лицо «маску отказа»,

или как то иначе отреагировать на ситуацию, однако, я не знаю как. Прошу всех наших участников помочь. Пусть каждый изобразит «маску отказа», мы все будем выбирать то выражение лица, которое, на Ваш взгляд, подойдет. Дайте хозяину этой маски монетку! Выигрывает тот у кого больше всех окажется фишек.

### **Ситуация 1.**

К Вам подходит Ваш давний знакомый, ( но не друг), и просит занять ему приличную сумму. Вам не хочется этого делать, поэтому Вы надеваете «маску отказа».

**Ситуация 2.** Человек, который Вам очень нравится, мимоходом пригласил Вас в ресторан. Вы осторожно, чтоб не спугнуть удачу, соглашаетесь...

**Ситуация 3.** Ваш начальник рассказал не смешной анекдот...

**Ситуация 4.** Вы 10-летний ребенок. Вам не хочется идти в школу. Вы притворяетесь больным...

**Ситуация 5.** Вы встретили знакомого, которого не видели 3 месяца. За это время он очень заметно похудел...

**Ситуация 6.** Вы со своим другом сплетничаете об общем знакомом. Тут звонит телефон. Это тот самый знакомый. Выражением своего лица надо показать другу, кто это звонит.

### **Упражнение «Подарок себе»**

Инструкция. На листочках каждый пишет пожелание. Затем все сворачивают свои листочки трубочкой и бросают в мешочек. Тренер хорошо перемешивает все трубочки в мешочке. Затем предлагает каждому вынуть то пожелание, которое ему сейчас действительно необходимо.

**Завершение. Подведение итогов. Обратная связь.**

## **Социальные истории в картинках**



## Как вести себя в школе

### Неправильное поведение



Поведение	Как себя чувствуют окружающие	Результат поведения	Как я чувствую себя
<p>1 Когда другие люди разговаривают, я тоже начинаю говорить, перебиваю их и стараюсь перекричать</p> 	<p>1 Расстраиваются и сердятся!</p> 	<p>1 Окружающие считают меня невежливым и не хотят общаться со мной.</p> 	<p>1 Я - расстроен!</p> 
<p>2 Во время урока я разговариваю вслух, не спрашивая разрешения у учителя</p> 	<p>2 Окружающие возмущаются и сердятся, потому что я всем мешаю!</p> 	<p>2 Все считают меня невоспитанным и не хотят быть со мной в одном классе!</p> 	<p>2 Я переживаю!</p> 
<p>3 Я поднимаю руку, чтобы ответить на уроке, но начинаю говорить, не дожидаясь, когда учитель разрешит</p> 	<p>3 Учителя расстроены, и думают что я их не уважаю!</p> 	<p>3 Учительница жалуется родителям на мое плохое поведение, и все расстраиваются!</p> 	<p>3 Я - огорчен!</p> 
<p>4 Я игнорирую личное пространство других людей и беру чужие вещи без спроса</p> 	<p>4 Все чувствуют себя напряженно и некомфортно рядом со мной!</p> 	<p>4 Окружающие сторонятся меня и не приглашают проводить время вместе!</p> 	<p>4 Я обижен и одинок!</p> 



<p>Кого я могу целовать</p> 	 <p>Я могу целовать родных людей</p>	 <p>Я могу целовать маму</p>	 <p>Я могу целовать папу</p>
 <p>В школе <b>НЕЛЬЗЯ</b> никого целовать!</p>	 <p>Я не целую учителей</p>	 <p>Я не целую друзей</p>	 <p>Я не целую девочек</p>
 <p>Когда я целую людей в школе, они сердятся на меня!</p>	 <p>Я должен уважать личное пространство других людей!</p>	 <p>Я могу помахать рукой в знак приветствия</p>	 <p>Чтобы привлечь внимание человека, я могу один раз дотронуться до его плеча</p>
 <p>Я могу "дать пать"</p>	 <p>Я могу пожать руку</p>	 <p>Я буду соблюдать эти правила</p>	 <p>И другим людям будет комфортно со мной общаться</p>

# Стучать перед тем, как войти



Я живу вместе со своей семьей.



У меня есть своя комната. И у моих родных есть свои комнаты. Там они переодеваются, спят, проводят личное время.



Если я вижу, что дверь в комнату моих родных закрыта, то нельзя просто открыть дверь и зайти внутрь!



Вначале я должен постучать в дверь! Если я стучу в дверь перед тем, как зайти, это означает, что я уважаю личное пространство других людей!



Затем я должен дождаться, когда мне ответят и разрешат войти.



Если я получил разрешение, то могу открыть дверь и зайти внутрь комнаты.



Если родные отвечают "Подожди!" или "Минуточку!", я должен проявить терпение и подождать, пока мне не разрешат войти. Я не открываю дверь в комнату, пока не получу разрешение.



Если мне не ответили или попросили прийти попозже, я не расстраиваюсь. Другой человек может иметь причину, по которой он хочет побыть один. Возможно, он переодевается или отдыхает.



Я могу прийти через некоторое время и попробовать постучать в дверь еще раз.









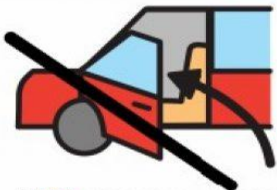

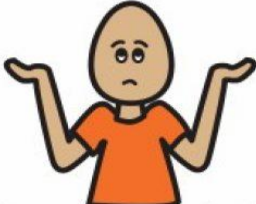





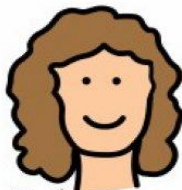

Близкие счастливы, что я уважаю их личное пространство и стучу в дверь перед тем, как войти.



Я горжусь тем, что знаю, как вести себя правильно и не доставляю беспокойства близким людям.



## Как вести себя с незнакомцами

 <p>Незнакомец - это человек, которого я не знаю</p>	 <p>Незнакомец может быть женщиной</p>	 <p>Незнакомец может быть мужчиной</p>	 <p>Когда я выхожу из дома, я должен не отходить далеко от мамы и папы</p>
 <p>Я <b>НЕ</b> разговариваю с незнакомцами без разрешения мамы или папы!</p>	 <p>Я <b>НЕ</b> беру у незнакомцев конфеты и другие сладости!</p>	 <p>Я <b>НЕ</b> сажусь в машину к незнакомцам!</p>	 <p>Я никуда <b>НЕ</b> иду с незнакомцем!</p>
 <p>Незнакомец - добрый человек или злой? Я не знаю!</p>	 <p>Незнакомец может быть хорошим и добрым человеком...</p>	 <p>Незнакомец может быть плохим человеком и может хотеть обидеть или похитить меня...</p>	 <p>Незнакомец может быть очень опасным для меня!!!</p>
 <p>Это - правильно, кричать и звать на помощь, если незнакомец пристает ко мне!</p>	 <p>Это - правильно, убежать от незнакомца, который пытается навредить мне!</p>	 <p>Я обязательно рассказываю родителям о незнакомцах, которые беспокоят меня!</p>	 <p>Родители помогут мне и скажут, если незнакомец не опасен, и я могу общаться с ним!</p>



 <p>Для того чтобы у меня не болели зубы, я должен их вовремя лечить</p>	 <p>Для этого я регулярно посещаю стоматологическую клинику</p>	 <p>Сначала я записываюсь на приём в регистратуре</p>	 <p>Затем жду свою очередь.</p>
 <p>Когда меня позовут, я захожу в кабинет к врачу.</p>	 <p>Я одеваю нагрудник и сажусь в кресло.</p>	 <p>Доктор опускает кресло, включает яркую лампу и приступает к осмотру.</p>	 <p>Во время осмотра я не дергаю врача за руки!</p>
 <p>Я не кусаюсь!</p>	 <p>Я делаю всё, что мне говорит врач.</p>	 <p>Я широко открываю и держу открытым рот.</p>	 <p>Я сплёвываю слюну, когда мне говорит стоматолог.</p>
 <p>Если я буду регулярно посещать стоматолога</p>	 <p>И чистить зубы 2 раза в день</p>	 <p>Мои зубы будут здоровы</p>	 <p>И не будут болеть!</p>

 <p><b>Если я злюсь</b></p>	 <p>Иногда я злюсь</p>	 <p>Это непросто, но я должен сделать выбор</p>	 <p>Плохой выбор приведет к проблемам</p>
 <p>Хороший выбор - постараться успокоиться</p>	 <p>Подходить слишком близко к другим - ПЛОХО</p>	 <p>Бить других людей - ПЛОХО</p>	 <p>Раскидывать вещи - ПЛОХО</p>
 <p>Как мне успокоиться?</p>	 <p>Использовать слова - ХОРОШО</p>	 <p>Взять перерыв - ХОРОШО</p>	 <p>Глубоко вдохнуть и выдохнуть 3 раза - ХОРОШО</p>
 <p>Обнять и сжать подушку - ХОРОШО</p>	 <p>Выйти погулять на улицу - ХОРОШО</p>	 <p>Выпить воды - ХОРОШО</p>	 <p>Попросить взрослых о помощи - ХОРОШО</p>
 <p>Просьба о помощи - это всегда ХОРОШО</p>	 <p>Я сделал все, чтобы успокоить злость!</p>	 <p>Скоро я снова буду счастлив!</p>	

# Как обращаться с животными



Люди с давних пор держат домашних животных. Чаще всего это - собаки и кошки.



Животные не просто живут в наших семьях, но и помогают нам в трудных ситуациях. Например, собаки-поводыри нужны слепым людям, чтобы не потеряться.



Животные очень любят своих хозяев и преданы им. И люди должны относиться к животным с любовью и заботой.



Нельзя обижать животных, дергать их за хвост, душить, бить по лапам или выгонять из дома. Это очень плохое поведение!



С животными можно играть и веселиться!



Животных можно гладить и обнимать!



Нужно помнить, что незнакомое животное может быть опасным или больным! Оно может укусить или напугать! Поэтому нельзя трогать чужих животных!



Я буду помнить, что с животными нужно обращаться по-хорошему. Моя мама будет очень счастлива, что я добрый и никому не причиняю вреда!



Мои животные счастливы, что я не причиняю им боль и люблю их! Они радуются мне и хотят со мной играть!



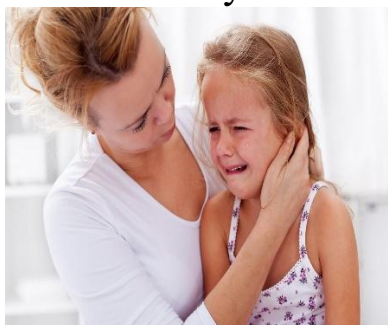
## Социально-дезадаптированные семьи

### Насилие в семье.

Когда я прихожу уставший, злой с работы, я начинаю кричать на жену и ребенка



Жена с ребёнком плачут



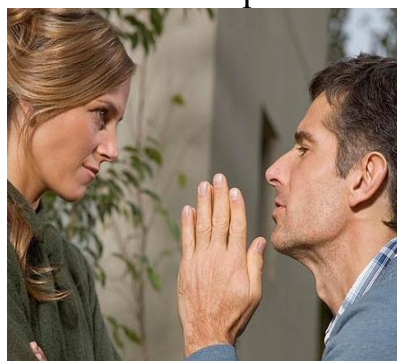
Когда мне хочется обратно на них злиться, надо остановиться



Я остановлюсь, обдумаю, зачем я это делаю



Я подойду к ним, попрошу прощения, тогда они меня простят, и мы помиримся



Когда я спокоен, тогда и семья счастлива



### Деликвентная семья



**У меня есть проблема с законом**



**Я вор**



**Иногда я хочу заставить своего ребенка воровать**



**Но я останавливаюсь, ибо я хочу для своего ребенка лучшей жизни**



**И представляю его с высшим образованием**



**Я буду стараться дать ему образование и возможности для его благополучной жизни**

**Асоціальная семья.**





Отец- игроман



Маму не боюсь



Я алкоголик



Мама расстроена



Она ругает папу. Мне страшно, чувствую свою вину



Я нахожу общий интерес с отцом



Я бросаю пить



Мама счастлива! Ссор дома больше нет!



У нас счастливая семья!

## Деструктивная семья

Когда папа решает за меня что мне делать в жизни-я злюсь.



Я кричу на своего отца



Тогда он грустит



Родители хотят лучшего.



Но иногда они боятся, что я повторю их ошибки



Мне стыдно за свое поведение



Я должен остановиться и глубоко вздохнуть 5 раз.

Родители-святое



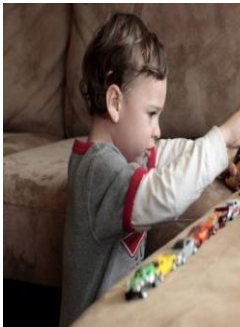









Я успокаиваюсь



Когда я спокоен говорю с папой на вежливых тонах



## Инклюзивное пространство для детей с особыми образовательными потребностями

<p>Родители говорят, что я особенный, не такой как все и, что это не плохо.</p> 	<p>Они отправили меня в обычную школу, но мне там не нравится.</p> 	<p>Меня обижают в школе мои сверстники. Они постоянно меня дразнят, отбирают мои книги, тетради, игрушки и, порой, даже бьют меня.</p> 	<p>Когда это происходит мне очень грустно, я чувствую себя одиноко.</p> 	<p>Я плачу, кричу, дерусь, злюсь.</p> 
<p>Но я знаю, что когда хочется кого-то ударить, надо остановиться. Например, выйти из класса.</p> 	<p>Взять руки в замочек и сделать 5 глубоких вдохов.</p> 	<p>Тогда я спокоен и могу рассказать учителю о происходящем.</p> 	<p>Учитель решает проблему.</p> 	<p>Я хорошо себя веду, учитель меня хвалит, родители счастливы.</p> 





У нас в классе мальчик с синдромом Дауна



Зачем он у нас в классе?



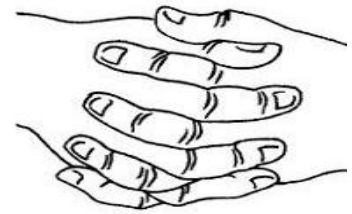
Я его не понимаю. Я смеюсь и шучу над ним.



Когда хочется ударить, надо вспомнить что ему так же больно как и мне



Когда хочется посмеяться над ним, надо вспомнить что ему так же обидно как и мне



Я делаю 3 глубоких вдоха  
Я сложу свои руки в замочек



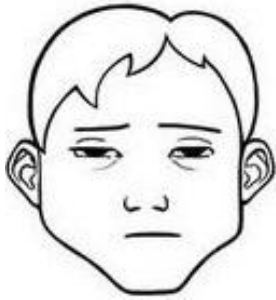

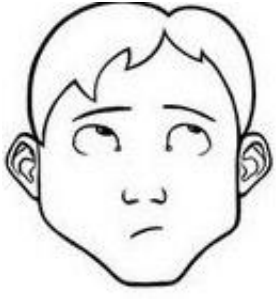

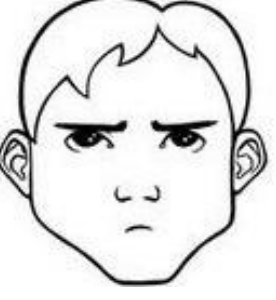


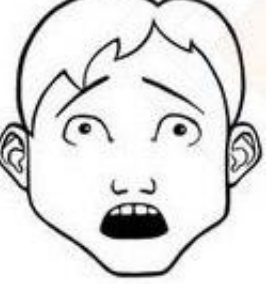

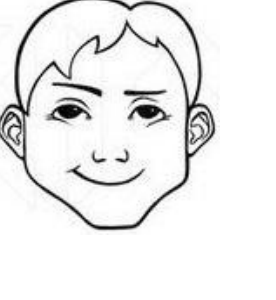
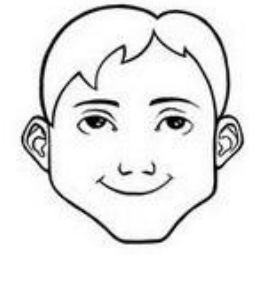
Тогда я и мои одноклассники спокойны и мы понимаем его достоинства и чувства



Мы довольны, что нашли нового друга!



Мы улыбаемся и смотрим друг на друга с улыбкой. Тогда мы все спокойны и счастливы

 <p>У меня есть проблемы с речью</p>	 <p>Моя очередь рассказывать стихотворение</p>	 <p>Я боюсь, ведь снова начнут смеяться одноклассники</p>
 <p>Я делаю несколько глубоких вдохов. Начинаю рассказывать. Неудача</p>	 <p>Лица одноклассников нервно смотрят на меня. Я волнуюсь Могу заплакать</p>	 <p>Но я знаю, как справиться с этой проблемой</p>
 <p>Я буду рассказывать медленно, но уверенно</p>	 <p>Делаю 5 глубоких вдохов</p>	 <p>Ура, у меня получилось.</p>
<p>Одноклассники удивились</p>	 <p>Я получил отличную оценку.</p>	 <p>Я счастлив!</p>



Иногда я так злюсь,  
что быю детей в школе и  
ломаю их личные вещи

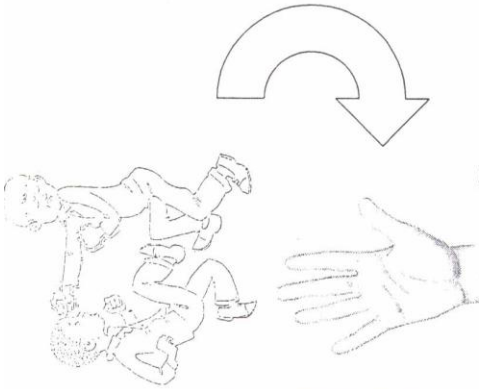


Тогда моя мама грустит



срзко

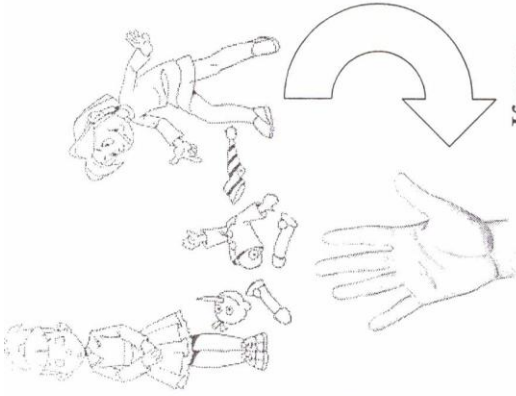
Я сложу свои руки вместе



Когда хочется  
кого-то ударить,  
надо остановиться



Тогда я слушаю учителя  
и спокойно  
играю с детьми



Когда  
хочется сломать чужую  
вещь, надо остановиться



Когда я спокойна, мама  
счастлива





В магазине я снова хочу  
новую машинку



Мама удивлена:  
я вчера купила  
новую машинку



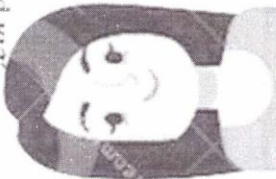
Я знаю как помирить  
родителей



Скоро у меня день  
рождения.  
Моим подарком от  
родителей будет машинка



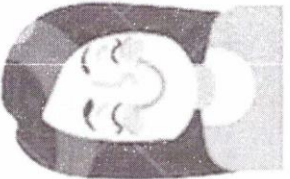
Папа радостный:  
ничего не жалей  
для ребенка



Мама с папой подумали и  
вместе приняли решение  
купить машинку



Мама с папой ссорятся, кричат  
друг на друга



Мама с папой счастливы



Я счастлив!