

**Коррекционно-развивающая программа
для дезадаптированных учащихся 1 –ых классов
«Страна Понимания»**

Пояснительная записка

Данная программа является компилятивной. Разработана и составлена на основе методических пособий: «Тренинг развития личности дошкольника», автор Р.Р. Калинина, «Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие», автор А.В. Микляева, П.В. Румянцева.

Школьная тревожность – это одна из проблем, с которыми сталкиваются: классный руководитель, учащиеся, их родители и психолог школы. Особое внимание она привлекает потому, что выступает признаком школьной дезадаптации ребёнка, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: не только на учёбу, но и на общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия.

Начало обучения в школе - также является сложным и ответственным моментом в жизни детей как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане. Это новые контакты, новые отношения, новые обязанности маленького человека. Изменяется вся жизнь ребенка: она подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, так как школа с первых же дней ставит перед учениками ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Поэтому если вовремя не помочь и скомпенсировать учащихся, возникает школьная дезадаптация.

Данная программа направлена на снижение школьной тревожности, а также является успешным гарантом в коррекционной работе с дезадаптированными учащимися.

Для повышения эффективности программы необходимо соблюдение ряда дополнительных условий. Проблема школьной тревожности требует системности и комплексного подхода, работы с педагогами и родителями учащихся.

К ожидаемым результатам можно отнести снижение тревожности, связанной с различными аспектами школьной жизни, повышение учебной мотивации, самооценки, развитие культуры общения.

Программа рассчитана на 10 часов. Ниже описаны сценарии занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительностью каждого занятия 40 минут. Группа состоит из 7-10 человек.

Цели программы:

1. Создание условий для снижения школьной тревожности у учащихся.
2. Развитие навыков конструктивного общения.

Задачи программы:

- Обучить участников группы способам осознания и реагирования эмоций;
- Учить гибко использовать мимику, пантомимику и голос в общении;
- Развивать способность делиться своими переживаниями;
- Способствовать повышению самооценки у участников группы;
- Способствовать повышению общей коммуникативной культуры учащихся.

Структура занятий.

Каждое занятие начинается с ритуала приветствия. Целью его проведения является настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия. На первом занятии ритуал приветствия предлагается ведущим. На втором занятии обсуждается возможность изменения ритуала приветствия, в дальнейшем по решению участников группы он может быть модифицирован.

Следующим этапом занятия является рефлексия состояния участников, оформленная в определённом методическом приёме. Она позволяет настроиться на серьёзный лад, обратить внимание на своё состояние «сейчас», для того чтобы в конце занятия оценить его изменения.

Затем следует «разогревающее» психогимнастическое упражнение, тематически связанное с целью занятия, которое выполняет функцию «эмоциональной стимуляции», необходимой для последующего обращения к эмоционально значимым темам.

Работа по теме занятия состоит из одного или несколько упражнений, создающих условия для достижения целей каждого конкретного занятия.

И, наконец, последним этапом занятия является рефлексия состояния, включённая в ритуал завершения занятия. Благодаря ей происходит ассимиляция опыта, полученного каждым участником на протяжении занятий.

Методические приёмы.

- ✓ Групповое обсуждение как особая форма работы группы: знакомство с различными «волшебными» средствами понимания.
- ✓ Словесные, подвижные и релаксационные упражнения.
- ✓ Ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, упражнения с игровыми элементами, соответствующие темам занятия.
- ✓ Психотерапевтические приёмы (сказкотерапевтические техники).
- ✓ Проигрывание психогимнастических упражнений.
- ✓ Рисование.

Тематическое планирование:

№	Тема занятия	Литература	Кол-во часов
1	Давайте познакомимся	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г.	1
2	Понимаю других-понимаю себя.	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г.	1
3	Волшебные средства понимания: интонация	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»- №42,1999год.	1
4	Волшебные средства понимания: мимика.	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»- №42,1999год.	1
5	Волшебные средства понимания: пантомимика	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»- №42,1999год.	1

6	Ты мой друг и я твой друг	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»- №42,1999год.	1
7	Я тебя понимаю	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»-№42, №43, 1999год.	1
8	Повышаем свою самооценку	Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г. Газета «Школьный психолог»- №42,1999год. Микляева А.В. , Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие – Санкт-Петербург, 2004г.	1
9	Учимся общаться друг с другом	Микляева А.В. , Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие – Санкт-Петербург, 2004г.	1
10	Закрепление представлений о бесконфликтном общении. Подведение итогов.	Микляева А.В. , Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие – Санкт-Петербург, 2004г.	1

Тема: Давайте познакомимся.

Цели:

- ✚ Создать благоприятные условия для работы тренинговой группы;
- ✚ Вызвать у детей желание общаться, быть активными;
- ✚ Ознакомить с правилами взаимодействия во время тренинга.
- ✚ Развивать внимания к окружающим людям.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Ведущий: «Я знаю, что дети любят играть, но игра у них не всегда получается дружной и интересной. Здесь, когда мы будем собираться вместе, мы попробуем научиться быть внимательными друг к другу и весело играть. Думаю, после наших встреч вы сможете поладить со многими детьми и интересно, дружно проводить вместе время, не ссорясь, не обижая друг друга».

- ✚ Вы хотите этому научиться?

Упражнение «Давайте познакомимся».

Каждый участник называет себя по имени (если хочет, то что-то рассказывает о себе, своём имени).

Упражнение «Снежный ком».

Первый участник (например, слева от ведущего) называет своё имя. Следующий – повторяет его имя, затем называет своё. Третий участник повторяет два имени и называет своё. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовёт по имени всю группу.

2. Обсуждение правил работы в группе.

- ✚ Внимательно слушать ребят: не перебивать, не смеяться над высказыванием других детей.
- ✚ Быть активным в работе.
- ✚ Говорить только по теме.

3. Работа по теме.

Упражнение «Опиши друга» (работа в парах).

Дети стоят спиной друг к другу и по очереди описывают причёску, одежду и лицо своего партнёра. Затем описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребёнок был точен.

Упражнение «Встаньте все те, кто...»

Ведущий предлагает встать всем, кто...

- ✚ Любит бегать;
- ✚ Радуется хорошей погоде;
- ✚ Имеет младшую сестру;
- ✚ Любит мороженое;
- ✚ Умеет дружить;
- ✚ Любит ходить в школу;
- ✚ Любит чистить зубы;
- ✚ Любит виноград.

4. Подвижная игра «Пожалуйста!».

Цель: Развитие внимания у детей, снятие напряжения.

Психолог: «Я буду давать вам команды, выполнить которые вы должны только при условии, если она сопровождается конкретным обращением, например словом «пожалуйста». Если данное слово не прозвучало, а некоторые из вас выполнили команду, то вы выбываете из игры» («Встаньте, пожалуйста», «Попрыгайте на одной ноге, пожалуйста», «Посмотрите направо», «Дотроньтесь до моей руки», «Обернитесь вокруг себя, пожалуйста» и др.)

5. Рефлексия.

✦ Ребята, чем сегодня на занятии мы занимались?

6. Ритуал прощания.

В первый день тренинга детям предлагается выработать единый для всех ритуал прощания, который должен содержать в себе взаимодействие (всеобщее рукопожатие, похлопывание по плечу, встать в круг и, положив руки на плечи друг к другу, покачаться из стороны в сторону).

Занятие №2.

Тема: Понимаю других – понимаю себя.

Цель:

✦ развитие умения слушать собеседника, наблюдательности и внимания к чувствам других людей.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия

Игра-приветствие «Здравствуй».

Цель: Обеспечить для каждого ребенка максимально комфортное вхождение в группу, создать особую доверительную атмосферу.

Психолог: «Сначала, давайте поприветствуем друг друга. Я буду передавать игрушку рядом стоящему ребенку и говорить: «Здравствуй, Лена!», а вы все вместе повторять ласковое имя: «Здравствуй, Леночка!» и так далее». (Игра заканчивается, когда игрушка побывает у каждого ребенка и окажется у психолога).

Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»

Упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом.

Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

2. Работа по теме (музыкальное сопровождение).

Упражнение «Портрет самого лучшего друга».

Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга. Затем проводится беседа:

- ✦ Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом?
- ✦ Какими качествами обладает этот человек?
- ✦ Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом?
- ✦ Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждения формулируются правила для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети умеют уже читать). Например:

- ☺ Помогай друзьям;
- ☺ Делись с ними, учись играть и заниматься вместе;
- ☺ Останови друга, если он делает что-то плохое.
Скажи ему, если он делает что-то плохое;
- ☺ Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно;

- ☺ Не завидуй;
- ☺ Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись;
- ☺ Спокойно принимай советы и помощь других ребят;
- ☺ Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему;
- ☺ Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз.

Упражнение «Подарок на всех».

Детям даётся задание: «Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе? (по кругу)».

3. *Рефлексия.*

- ✦ Что сегодня вам больше всего запомнилось на занятии?

4. *Ритуал прощания.*

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №3.

Тема: Волшебные средства понимания: интонация.

Цель:

- ✦ Знакомство с интонированием речи: развитие внимания, сочувствия, внимательности ко всем детям в группе, отрицательного отношения к безразличию и безучастности к проблемам других.

Ход занятия:

1. *Ритуал приветствия.*

Упражнение «Давайте поздороваемся».

Детям предлагается поздороваться рукой.

2. *Работа по теме.*

Вводная беседа.

Ведущий: ребята, когда человеку плохо или грустно, возникает возможность оказать ему помощь и важно понять, что конкретно для этого можно сделать.

- ✦ Что вам помогает, когда вам трудно, плохо, когда вы провинились, когда вас обидели?
- ✦ Что особенного умеют делать люди, с которыми нам приятно общаться, что их отличает? (Улыбка, добрый ласковый голос, вежливые слова, контакт глаз, умение слушать).
- ✦ Почему эти средства понимания мы можем назвать «волшебными»?
- ✦ Можем ли мы с вами применять эти «волшебные» средства, когда?

Упражнение «Кто тебя позвал, узнай».

Дети, каждый по очереди, становятся в конец кабинета и закрывают глаза. Два человека из группы по очереди зовут водящего по имени, изменяя при этом интонацию своего голоса. Задача ребёнка с завязанными глазами отгадать, кто его позвал.

Упражнение «Скучно, скучно так сидеть».

Играющие стоят у одной стенки кабинета; у противоположной – стулья в количестве на один меньше, чем играющих.

Ведущий говорит: «Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга всё глядеть.

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?»

После этих слов дети бегут к противоположной стене и занимают свободные стулья. Тот, кому не хватило места, - проигравший. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один победитель.

Упражнение «Интонация».

Ведущий вводит понятие об интонации. Затем детям предлагается по очереди повторить с различными чувствами, с различной интонацией различные фразы (зло, радостно, с обидой):

- ✦ Пойдём играть;
- ✦ Дай мне мяч;
- ✦ Угости меня конфетой.

3. Рефлексия.

- ✦ С каким «волшебным» средством понимания вы сегодня познакомились? (интонация, мимика).
- ✦ Что такое интонация?

4. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №4

Тема: Волшебные средства понимания: мимика.

Цель:

- ✦ Знакомство с мимическими выражениями: развитие внимания, сочувствия, внимательности ко всем детям в группе.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте поздороваемся».

Детям предлагается поздороваться спиной.

2. Воспоминания о знакомом средстве понимания.

- ✦ С каким «волшебным» средством понимания познакомились на прошлом занятии? Что это такое?
- ✦ Как ещё можно узнать о настроении человека? (по лицу)

3. Работа по теме.

Упражнение «Лица».

Ведущий вывешивает на доске различные картинки, маски:

- ❖ Радость;
- ❖ Удивление;
- ❖ Интерес;
- ❖ Гнев, злость;
- ❖ Страх;
- ❖ Стыд.

- ✦ Определите, какое чувство выражает маска?

Упражнение «Ролевое проигрывание ситуаций» (работа в парах).

Дети разбиваются на пары, получают ситуации и, воспользовавшись «волшебными» средствами понимания, должны помочь:

- ✦ Плачущему ребёнку, он потерял мячик;
- ✦ Мама пришла с работы, она очень устала;
- ✦ Товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;

- ✦ Ваш друг плачет, он получил плохую оценку;
- ✦ Девочка – соседка по парте попросила сделать ей аппликацию.

Упражнение «Рисование» (музыкальное сопровождение).

Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите его каким-нибудь «волшебным» средством понимания.

- ✦ Что говорит о том, что это животное доброе? Какие средства использовал художник?

4.Рефлексия.

- ✦ С каким «волшебным» средством понимания вы сегодня познакомились?
- ✦ Что такое мимика? О чём нам может рассказать выражение лица?

5.Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №5.

Тема: Волшебные средства понимания: пантомимика.

Цель:

- ✦ Знакомство с понятием пантомимики и жеста: развитие внимания, сочувствия, внимательности ко всем детям в группе.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте здороваемся».

Детям предлагается поздороваться носом.

2.Воспоминания о знакомом средстве понимания.

- ✦ С какими «волшебными» средствами понимания мы познакомились на прошлых занятиях?
- ✦ Можно ли узнать о настроении человека, не видя его лица, не слыша его голоса? (с помощью пантомимики).

3.Работа по теме.

Упражнение «Найди пару».

Водящий сидит на стуле в дальнем конце кабинета в расслабленной позе с закрытыми глазами.

Один ребёнок из группы подходит к водящему и протягивает ему в руки свою одну руку. Водящий ребёнок внимательно исследует её с закрытыми глазами. Как только водящий считает, что он достаточно хорошо запомнил руку, он говорит: «Всё».

Тогда все участники группы одновременно протягивают ему свои руки, и водящий пытается найти среди этого множества рук именно ту руку, которую ему давали первоначально.

Упражнение «Мигалки».

Участники сидят на стульях, около ведущего пустой стул. Ведущий подмигивает одному из участников, тот должен перебежать со своего стула на пустой стул, а соседи перебежчика пытаются не пустить, удержать его.

Упражнение «Пантомимические этюды».

Пройтись так, как в их представлении ходит:

- ❖ Маленькая девочка в хорошем настроении;
- ❖ Старик;
- ❖ Взрослая девушка;
- ❖ Ребёнок, который учиться ходить;
- ❖ Уставший мужчина.

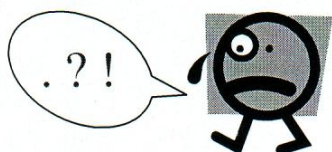
4. Рефлексия.

- ✚ Вспомните, с какими «волшебными» средствами понимания мы уже с вами познакомились?

Схематические рисунки «волшебных» средств понимания:



1. Пантомимика



2. Интонация



3. Мимика

5. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №6.

Тема: Ты мой друг и я твой друг.

Цели:

- ✚ Развитие бережного отношения к людям, умения учитывать интересы других;
- ✚ разрядка школьной тревожности.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте поздороваемся».

Детям предлагается поздороваться щекой.

2. Работа по теме.

Упражнение «Иностранец в школе».

Ребятам предлагается представить, что в школу приехал иностранец, который не знает русского языка, а никто не знает того языка, на котором говорит он. Он хочет что-нибудь узнать о нашей школе. Нужно что-нибудь рассказать ему без слов, при помощи жестов.

Упражнение – сказка (картинка прилагается).

Необходимо сочинить сказку по кругу- каждый говорит по одному предложению. В начале работы ведущий поясняет, что заяц этот очень робкий и всего на свете опасается.

Если сказку не получается закончить позитивно, эта работа может быть предложена в индивидуальном режиме: «В сказках всегда счастливый финал. Кто может придумать счастливый финал нашей сказки?»

Упражнение «Насос и мяч» (работа в парах).

Один из участников – «насос», другой – «мяч». Мяч «сдут» (полностью расслаблен, голова опущена, ноги полусогнуты). По мере «надувания», которое партнёр сопровождает звуком «СС», мяч распрямляется, а потом опять «сдувается» со звуком «СС». Затем участники меняются ролями.

3. Рефлексия.

- ✚ Что сегодня на занятии было выполнять легко, а что – сложно?
- ✚ Что больше всего понравилось?

4. Ритуал прощания.
Всеобщее рукопожатие.

Занятие №7.

ТЕМА: Я тебя понимаю.

Цель:

- ✚ развитие умения выражать свое настроение и чувствовать состояние другого.
- ✚ обучение приемам саморегуляции.

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте поздороваемся».

Детям предлагается поздороваться поклоном.

2. Работа по теме.

Упражнение «Что лежит в портфеле?».

Ведущий бросает кому-то из ребят мяч и называет какой-то предмет. Если, по мнению ребёнка, он должен лежать в портфеле, мяч нужно ловить, если нет, мяч ловить не нужно.

Упражнение – рисунок «Мои школьные трудности».

Ведущий предлагает собрать «копилку трудностей первоклассника»:

- ✚ Что может быть трудным в школе?
- ✚ Что может расстроить в школе?

Затем каждый получает рабочую тетрадь, разделённую на 4 части. Необходимо представить себя художником и нарисовать рисунки к 4 трудностям.

Законченные работы обсуждаются, и каждый ребёнок получает совет своей трудности.

Упражнение «Прогулка в лесу» (релаксация под музыку).

3. Рефлексия

- ✚ С каким настроением сегодня вы уходите домой? Назовите это чувство.

4. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №8.

Тема: Повышаем свою самооценку.

Цель:

- ✚ Повышение самооценки через самоанализ достоинств;
- ✚ Обучение приемам саморегуляции.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте поздороваемся».

Детям предлагается поздороваться глазами.

2. Работа по теме.

Упражнение «Рука в руке».

Ведущий произносит фразу: «Рука к руке», и все участники игры должны найти себе пару и соприкоснуться со своим партнёром руками. Тот, кто не успел найти себе партнёра, становится ведущим.

Упражнение «Ладонка».

Каждый получает рабочую тетрадь. Нужно приложить ладонку, обвести её, в центре написать своё имя.

а в каждом пальчике- по одному хорошему качеству, которое ребёнок может в себе найти. Нарисованная ладошка закрашивается. Законченные рисунки представляются группе, комментируются авторами. В завершении устраивается выставка «ладошек».

Упражнение «Прогулка по берегу моря» (релаксация под музыку).

3. Рефлексия.

✚ Чему мы сегодня учились?

4. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №9.

Тема: Учимся общаться друг с другом.

Цель:

✚ Развитие навыков эффективного общения.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте здороваемся».

Детям предлагается поздороваться плечом.

2. Работа по теме.

Упражнение «Вставалки».

Все сидят в кругу. Ведущий громко называет какую-то цифру (например, «три»). Тут же одновременно должны встать столько детей, сколько названо. Договариваться друг с другом нельзя.

Задание «Аппликация».

Ребятам предлагается набор геометрических фигур, вырезанных из цветной бумаги. Коробка с ними ставится посреди круга. Каждому нужно выбрать несколько заготовок и составить из них какую-то картинку (домик, кораблик и т.д.). Фигурка выкладывается на рабочем месте ребёнка. Наклеить её можно на лист обоев, предварительно договорившись о том, где что наклеивается. «чтобы было красиво».

3. Рефлексия.

✚ Какое упражнение тебе больше всего запомнилось и понравилось?

4. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Занятие №10.

Тема: Закрепление представлений о бесконфликтном общении.

Подведение итогов.

Цели:

✚ Развитие навыков эффективного общения;

✚ Обобщение опыта полученного на занятиях.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Упражнение «Давайте здороваемся».

Детям предлагается поздороваться – обнять друг друга.

2. Работа по теме.

Упражнение «За что меня любит учитель».

Все ребята сидят в кругу. Каждый по очереди говорит, за что его любит учительница. Если возникает затруднение, помочь могут одноклассники или ведущий.

Упражнение «Коллективное сочинение сказки».

Детям раздаётся несколько последовательных картинок (по числу участников) с общим сюжетом. Каждый выбирает себе одну картинку и готовит по ней рассказ (но все вместе раскладывают картинки по порядку, чтобы иметь представление об общем сюжете). Главный герой сказки – житель Страны Понимания, Мастер общения. Он отправляется в путешествие, и на пути ему встречаются различные люди; он попадает в сложные ситуации:...

Упражнение " Выразить настроение".

Создается цветопись настроения группы.

Необходим ватман.

На общем листе ватмана с помощью красок каждый ребенок рисует свое настроение в виде облачка тем цветом, который соответствует своему настроению и подписывает свое имя под ним.

Упражнение –расслабление.

Участники садятся на пол в круг, посередине – горящая свеча. Пламя свечи находится на уровне глаз детей. Дети пристально, но расслабленно (глаза как-будто улыбаются) сначала фиксируют взгляд на пламени свечи 30 секунд, затем закрывают глаза и мысленно пытаются увидеть пламя свечи. Упражнение выполняется 3-4 раза.

Пока участники находятся в расслабленном состоянии, ведущий проводит кратковременное внушение позитивного отношения к себе: «Я – хорошая девочка (мальчик)», «Я многое умею делать и многому научусь, когда вырасту».

3. Повторная проективная диагностика «Школа зверей».

4. Рефлексия.

✚ С каким настроением сегодня вы уходите домой? Назовите это чувство.

5. Ритуал прощания.

Всеобщее рукопожатие.

Использованная литература:

1. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника- Санкт-Петербург, 2001г.
2. Микляева А.В. , Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие – Санкт-Петербург, 2004г.
3. Газета «Школьный психолог» -№42, №43, 1999г.
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Вып. 1-4. М., 1999г.
5. Чистякова М. Психогимнастика. М., 1995г.