

**БУ ХМАО-Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи  
семье и детям»**

**Журнал  
посещения групповых занятий**

**г.Ханты – Мансийск**

**2022-2023**

Дата	Название темы занятия	Краткое описание содержания занятия	Отметки о групповой динамике	Отметка о выполнении
04.10	Приветствие. Знакомство группы с участниками. Игра «Давай познакомимся». Установление правил группы. Ритуал прощания	Ведущие и участники знакомятся друг с другом. Ведущие определяют цели группы.	Сплочение группы.	выполнено
06.10	Ритуал приветствия. Упражнение «Расскажи о своем состоянии», «Паровоз», «Зоопарк». Коллективный рисунок «Наш сад». Ритуал прощания	Снятие психоэмоционального напряжения, самовыражение, раскрепощение.	Работа в группе всех участников.	выполнено
11.10	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Поменяйтесь местами, те кто...». Релаксация. Ритуал прощания	Разминка, релаксация, установление контакта.	Установление контакта и доверительных отношений	выполнено
13.10	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Найди пару», «Скульптура» Ритуал прощания	Проявление самовыражения, умение работать в парах.	Взаимодействие друг с другом	выполнено
18.10	Ритуал «Приветствие». Рефлексия состояния участников «Что ты чувствуешь?». Невербальные контакты. Ритуал прощания	Снятие психоэмоционального напряжения, установление невербального контакта группы.	Взаимодействие всех участников группы	выполнено
20.10	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Воробы и вороны». Упражнение «Что заставляет людей чувствовать?». Визуализация «Берег моря». Ритуал прощания.	Тренировка внимательности, развитие способности называть и распознавать чувства, релаксация снятия психоэмоционального напряжения	Работа всех участников группы.	выполнено
25.10	Ритуал «Приветствие». Упражнения «Кошки», «Передача движений по кругу». Релаксационное дыхание. Ритуал прощания.	Совершенствование навыков взаимодействия, развитие воображения, эмпатии. Снятие психоэмоционального напряжения.	Работа всех участников группы.	выполнено
27.10	Ритуал «Приветствие». Упражнения «Эмоции», «Коллажи чувств». Игра «Спутанные цепочки». Ритуал прощания.	Развитие эмоциональной сферы, умение распознавать чувства других, сплочение коллектива.	Взаимодействие всех участников группы.	выполнено
01.11	Ритуал «Приветствие». Визуализация «Путешествие по реке». Упражнение «На	Развитие эмоциональной сферы, умение выражать свои	Работа всех участников группы.	выполнено

	что похоже мое настроение», «Изобрази эмоцию» Ритуал прощания.	чувства		
03.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Гребля». Релаксационное упражнение. Упражнение «Идеал» Ритуал прощания.	Разминка, синхронизация работы группы, саморегуляция, формирование доверительных отношений.	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
08.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Имена чувств». Игра «Стражники и узники». Звуковая дыхательная гимнастика «Покорители космоса». Ритуал прощания.	Анализ собственных эмоций, развитие внимательности, релаксация, снятие психоэмоционального напряжения	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
10.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Угадай настроение », «Перехват». Релаксация. Ритуал прощания.	Распознавание собственных эмоций, развитие внимательности, снятие психоэмоционального напряжения.	Участие всех членов группы.	<i>выполнено</i>
15.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Откровенно говоря», «Двадцать «Я», «Эмоции в моем теле». Ритуал прощания.	Распознавание собственных эмоций и чувств других, способность к распознаванию своих мыслей.	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
17.11	Ритуал «Приветствие». Игра «Дракон кусает свой хвост». Визуализация «Пляж». Упражнение «Какие мы?», «Зеркало». Ритуал прощания.	Снятие психоэмоционального напряжения, развитие навыков самопознания, закрепление навыков распознавание эмоций	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
22.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Ревущий мотор», «Откровенно говоря». Ритуал прощания.	Снятие психоэмоционального напряжения, развитие навыков самопознания	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
24.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Безопасное место». Релаксация «Ковер-самолет», «Различение событий, мыслей и чувств». Ритуал прощания.	Сформировать «якорь» способный вызывать ощущение безопасности, снятие психоэмоционального напряжения у участников.	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>
29.11	Ритуал «Приветствие». Упражнение «Секрет», «Я хочу тебе сказать», «Признание». Ритуал прощания.	Возможность рассказать группе о своем негативном опыте всемьё.	Работа всех участников группы.	<i>выполнено</i>