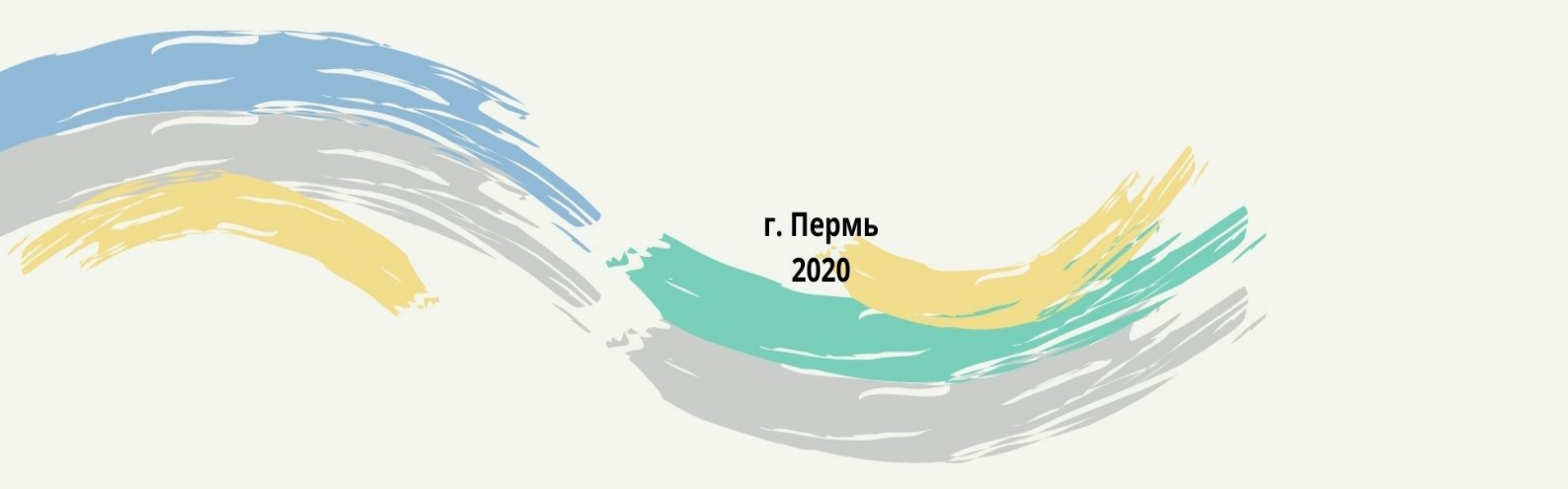




Министерство образования и науки Пермского края

Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

*Сборник материалов
I Краевого фестиваля педагогики
поддержки и практической психологии
«Территория детства.
Пространство отношений»*



г. Пермь
2020

Министерство образования и науки Пермского края

Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Сборник материалов
I Краевого фестиваля педагогики
поддержки и практической
психологии
«Территория детства.
Пространство отношений»

г. Пермь
2020

Сборник материалов I Краевого фестиваля педагогики поддержки и практической психологии «Территория детства. Пространство отношений». – Пермь, 2020. – 103 с.

ISBN: 978-5-600-02925-5

Сборник содержит материалы I Краевого фестиваля педагогики поддержки и практической психологии «Территория детства. Пространство отношений», подготовленные специалистами образовательных организаций Пермского края и ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи». В издании представлен опыт деятельности специалистов в области оказания психолого-педагогической поддержки несовершеннолетних и их семей. Материалы сборника будут интересны и полезны специалистам психолого-социально-педагогических служб, педагогам, родителям.

ISBN: 978-5-600-02925-5

В авторской редакции.

© ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», 2020

© коллектив авторов, 2020

*Амирова Наталья Валерьевна, педагог-психолог
Пашина Екатерина Валерьевна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Карагайская средняя общеобразовательная школа №2»*

Повышение психологической грамотности родителей через применение техники активного слушания

Аннотация: Данная статья знакомит с практическим опытом применения техники активного слушания, раскрывает проблемы детско-родительских отношений. Носит практико-ориентированную направленность, в статье представлен алгоритм работы с родителями. Статья знакомит с доступными формами общения, способствует оказанию помощи родителям в понимании и эффективном общении с ребёнком.

Психологическая помощь в системе отношений «ребенок – родитель» особо актуальна с нашей точки зрения при переходе из начальной школы в 5 класс. Пятиклассник подвержен не только возрастному кризису, но и смене одного учителя по всем предметам на множество абсолютно разных по требованиям учителей – предметников. Ситуация усложняется еще и тем, что родители считают своего ребенка повзрослевшим и самостоятельным [4]. Выяснение причин снижения успеваемости натолкнуло нас на необходимость проведения тренингов родительской компетенции, один из которых посвящен «технике активного слушания». Безусловно за основу тренинга взята книга Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?».

В структуре тренинга мы старались подключить все каналы восприятия, опору на жизненный и родительский опыт, эмоции, нестандартность и оригинальность упражнений. Например, после приветственного слова родителям было предложено посмотреть мультфильм «Как родители программируют своих детей или «Три качества

родительских посланий», созданный выпускниками Казахстанского центра гуманной педагогики, затрагивающий эмоциональные струнки души [5].

Следующее упражнение, выбранное нами, способствовало как снижению возможного напряжения, так и повышению самооценки самого родителя. Кроме оригинальности данное упражнение просто в применении. Мы использовали обычную туалетную бумагу, которую необходимо оторвать и каждый раз загибая, говорить комплимент в свой адрес. В самом тренинге мы использовали также технологию квеста, в результате прохождения которого родители разгадывали «код общения».

На наш взгляд, было необходимо обратить внимание на позиции, из которых происходит детско-родительское общение: «глаза в глаза» (на равных), авторитарная позиция, практически игнорирование и другие. Уникальность упражнения в тренинге заключалась в том, что через собственное осознание и без теоретического материала каждый родитель смог прочувствовать и выбрать наиболее оптимальный способ общения.

Следующим этапом была игра «Пойми меня», целью которой было определить чувство по предложенной фразе. Например, «Смотри, папа, я сделал самолет из нового конструктора!» Какие чувства при этом ребенок может испытывать? (Гордость, удовлетворение, радость). Или «Мама, я получил сегодня двойку»? (Огорчение, страх, обиду, раздражение на неудачу или учителя). И очень важно понять эти чувства, чтоб оказать помощь и поддержку.

Все упражнения, также, как и «Правила активного слушания» призваны подготовить родителя к освоению самой техники активного слушания по формуле «Я-высказывания», в ней мы четко обозначили 4 этапа перевода «Ты-высказываний» в «Я-высказывания», и после незначительной тренировки стали оперировать именно названиями этапов:

«Когда ты... (действия ребенка), я чувствую... (свои чувства), потому что... (объяснение, почему действия ребенка вызывают описанные чувства)».

Мне бы хотелось, чтобы... (описание желаемого хода развития событий, обозначение своей роли и роли ребенка).

Например: «Когда ты перебиваешь меня (действия) во время урока, я сержусь (чувства), так как твои вопросы мешают мне сосредоточиться и объяснить новую тему (объяснение). Мне бы хотелось, чтобы задавал вопросы после того, как я закончу объяснение (желаемый ход развития событий)» [2].

Следующая игра «Переводчики» тренировала способность родителей перевести любое «ты-высказывание» в «я-высказывание» с опорой на раздаточный материал [3].

В завершении тренинга нами была предложена заключительная часть того же мультфильма, показывающая положительный аспект родительских посланий. Финальным в мероприятии было упражнение «Копилка идей по укреплению семейных традиций», где родителям было предложено поделиться традициями своей семьи. Опора на имеющийся опыт помогла присутствующим родителям утвердиться в своих способностях.

Предложенный нами тренинг знакомит родителя не только с эффективной техникой активного слушания, но и вынуждает задуматься об отношении к своим детям, учит правильно понимать своих детей, обращать внимание на их чувства.

Не смотря на многообразие разработок по данной теме, считаем свой практический опыт успешным, так как последовательность и простота упражнений позволила освоить технику разным категориям родителей, в том числе имеющим невысокий уровень родительской грамотности и испытывающим трудности в воспитании детей.

Список литературы

1. Битянова М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. СПб.: Питер, 2008. 304 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как? М.: АСТ, 2016. 278с.

3. Гиппенрейтер Ю.Б. Чудеса активного слушания. М.: АСТ, 2014. 105с.

4. Кривощекова Л.Н. Изучение индивидуальных особенностей пятиклассников в адаптационный период // Классный руководитель. 2005. N 5. С. 40-43.

*Беляева Виктория Александровна, педагог-психолог,
Неклюдова Елена Александровна, социальный педагог
Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Юго-Камская средняя школа» пос. Юго-Камский*

Комплексный подход в решении проблем классного коллектива: сложные случаи из практики

Аннотация: В статье представлен опыт сопровождения сложных случаев по трехуровневой модели психологической помощи несовершеннолетним. Практическая ценность статьи заключается в изменении подхода к решению проблем, который, в первую очередь, направлен на поиск причин деструктивного поведения подростков и только потом на разработку алгоритмов действия.

В последнее время часто говорят о неопределенности и сложности мира в целом и об усложнении проблем с детским неблагополучием в школьной среде. Мы убеждены, что именно специалисты социально-психологической службы должны демонстрировать в ответ на запрос среды определенность своих действий и кооперацию с другими субъектами образовательного пространства.

Два года назад в нашей школе было проведено скрининговое исследование на выявление рисков детского насилия в подростковой среде среди обучающихся 5-7 классов [1, с. 124]. Исследование показало, что пространство класса является наиболее комфортным для школьников, и класс как малая группа продолжает оставаться «островком безопасности»

для них. И когда вдруг эта безопасность нарушается, требуются восстановительные мероприятия извне.

К сожалению, такие случаи нередки в образовательных учреждениях и чаще всего специалисты социально-психологической службы работают уже с последствиями негативных ситуаций. Хотелось бы поделиться опытом комплексного подхода в решении данных случаев, потому что они могут быть типичными для многих школ.

В 2019-2020 учебном году нам пришлось в работе с трудными ситуациями воспользоваться «Алгоритмом пошагового выявления и сопровождения сложных случаев среди несовершеннолетних» [2, с. 23].

Нашей целью было оказание психолого-педагогической помощи на уровне образовательной организации и снижение риска передачи случаев на второй уровень (МКУ «ЦРО ПМР»).

В первом случае специалисты социально-психологической службы получили запрос от классного руководителя на работу с девочкой, у которой в течение продолжительного периода времени не складывались отношения с классом. Первоначальное предположение по конфликтной ситуации заключалось в особенностях психического состояния девочки, но при более глубоком анализе случая определилась скрытая травля ребенка в классе, что и объясняло её поведение. Воспользовавшись таблицей квалификации случая как сложного или кризисного, мы уточнили его характер по маркерам эмоционального состояния (в нашем случае это эмоциональная изоляция и уход в себя). Была создана внутриведомственная команда, которая разработала совместный план действий и определила свои роли. Так, классный руководитель взяла на себя ответственность за контроль общего эмоционального фона в классе. Социальный педагог начала работу с родителями: были проведены как индивидуальные встречи, так и организован круглый стол, где родители смогли высказать свои позиции, а главное понять, что дети использовали ситуацию в свою пользу, обеляя свои

поступки. Педагог-психолог осуществляла индивидуальную работу с учащейся и групповую – с классным коллективом в тренинговой форме.

Была подключена школьная служба примирения и использованы возможности социального кинозала. Все это проходило не поэтапно, а параллельно, с так называемыми «аналитическими остановками» и планированием следующих шагов. Следует заметить, что работа со случаем заняла 2 месяца и имела положительный исход. Основной причиной конфликтных ситуаций в классе была борьба за определение социальных ролей. Специалисты социально-психологической службы пришли к выводу, что очень важно работать как с подростками, так и с их родителями на смысловом уровне, разъясняя в доступной форме некоторые эмоциональные понятия.

Второй сложный случай возник в 5 классе, в период адаптации к новым условиям обучения. По наблюдениям классного руководителя девочки конфликтовали друг с другом, разобщая класс как малую группу. Изначально причиной конфликтов была борьба за лидерство. Но, проанализировав случай с командой, мы определили, что причины конфликтов связаны с неудовлетворенной потребностью детей в детско-родительском общении. Психологическая диагностика выявила повышенный индекс конфликтности в классе, амбивалентность позиций подростков в конфликте, неблагоприятный статусный фон. Анкетирование детей по детско-родительским отношениям со стороны социального педагога показало, что в основе общения лежит удовлетворение только базовых потребностей ребенка, отсутствует эмоциональная близость родителей и детей. Поэтому работа специалистов была направлена на родителей с целью переосмысления родительских позиций, взгляда на ребенка другими глазами, через его (не)благополучие в классе. Был проведен круглый стол, во время которого удалось добиться положительной реакции родителей, понимания того, о чем говорят педагоги. Были

запланированы мастер-классы, направленные на взаимодействие родителей и детей с целью достижения поставленной задачи.

Таким образом, эмоциональное неблагополучие школьников может быть вызвано многообразными причинами, иногда скрытыми или неверно понимаемыми субъектами образования. Только анализ случаев с разных позиций, их совместное обсуждение, правомерность проведения тех или иных мероприятий специалистами школы могут иметь положительный результат и быть эффективными.

Список литературы

1. Безопасное детство как правовой и социально-педагогический концепт: матер. VI Всерос. науч.-практ. конф. для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и специалистов «В ракурсе воспитания» (17–18 апреля 2019 г., г. Пермь, Россия): в 2 т. / отв. за вып. Л.А. Метлякова ; Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-т. Пермь, 2019. Т. 1.

2. Концепция развития психологической службы в системе образования Пермского края на период до 2025 года [Электронный ресурс]. URL: <http://minobr.permkrai.ru/> (дата обращения: 25.08.2020).

*Березина Ольга Александровна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Школа №154 для обучающихся с ОВЗ» г. Перми*

«Гимнастика мозга» при работе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья

Аннотация: «Гимнастика мозга» – это метод, который позволяет в период обучения формировать и закреплять телесные навыки, которые стимулируют психические функции, улучшает общее функционирование

организма, создает условия для эффективной коррекции познавательной и эмоциональной сферы у обучающихся с особенностями развития.

Наше тело играет объединяющую роль во всех интеллектуальных процессах, начиная с раннего детства и до глубокой старости. Научно доказано, что важную роль в процессе учения играет тело, а именно существующие между мозгом и телом связи.

Учение требует овладения навыками, а навыки любого вида связаны с освоением движения мышц. Мышечная активность, особенно координированные движения, стимулируют продукцию нейротропинов, природных веществ, отвечающих за рост нервных клеток и увеличивающих число нервных связей в мозге.

К таким методам относится и метод образовательной кинезиологии «Гимнастика Мозга». «Гимнастика мозга» – это комплекс упражнений, который улучшает коммуникацию между телом и мозгом, увеличивает элемент игры и креативности, снижает стресс по мере того, как улучшается общее функционирование организма.

Программа «Гимнастика Мозга» была разработана в 1970-х годах американским доктором Полом Деннисоном в Центре группового учения для неуспевающих «Долина» в Калифорнии, где он в течение 20 лет помогал детям и взрослым. Деннисон разработал систему быстрых, простых, специфичных движений, приносящих пользу каждому обучающемуся независимо от его проблемы. Особенно эффективна оказалась она в отношении детей, диагностированных как «неспособных к обучению». В 1987 г. результаты ГМ были оценены экспериментально. В этом эксперименте принимали участие 19 учеников специальной школы. Каждый ученик делал упражнения по 10-15 минут ежедневно. Показатели прогресса учеников за 1 год таковы, что их успеваемость повысилась на 50%. Значительно повысилась способность учащихся концентрироваться на выполняемом задании.

Как работает этот метод? Во-первых, «Гимнастика мозга» состоит из простых движений, которые все дети естественно делают в первые годы жизни. В процессе выполнения этих упражнений развиваются новые нейронные пути. В первую очередь формируется двигательная система, которая дает возможность и толчок к развитию других мозговых структур. Стимуляция моторного и сенсорного уровней приводит к активации всех высших психических функций. В виду различных причин у детей с ОВЗ отделы мозга развиваются неправильно или недостаточно. Поэтому в период обучения очень важно у обучающихся с особенностями развития формировать и закреплять телесные навыки, которые стимулируют психические функции.

Во-вторых, обучение для ребенка ОВЗ при неправильно организованных условиях, при трудностях в обучении – это большой стресс. И здесь важно рассмотреть, как работает организм в условиях стресса.

При опасности, стрессе приток крови к коре головного мозга либо блокируется, либо ухудшается. Это приводит к плохой взаимосвязи между собой двух полушарий и к произвольному отключению некоторых органов чувств. В результате ребенку тяжело думать и действовать одновременно. Ребенок не готов к восприятию новой информации. В лучшем случае, организм затрачивает много энергии, чтобы справиться с возникающими трудностями. Но в результате ребенок затрачивает много сил и времени, быстро утомляется.

В «Гимнастике мозга» базовым понятием является «баланс», под которым понимают работу сразу двух полушарий тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Если нарушается проводимость энергии через мозолистое тело, то одно полушарие берет на себя почти всю нагрузку, а другое полушарие блокируется. В результате ребенок может либо не думая делать, либо размышляя и не делать. Обычно блокируется именно левое полушарие, и ребенок не способен мыслить, быстро реагировать.

Особенности применения упражнений «Гимнастика мозга» с обучающимися с ОВЗ. Обязательным в гимнастике мозга является выполнение базовых правил. Во-первых, питье воды. Перед выполнением и в процессе упражнений обязательно пьем воду. Вода является проводящей средой и способствует активизации нашей энергетической системы. Во-вторых, каждое упражнение делается минимум 30-60 секунд. Упражнения, которые были сделаны одной стороной тела необходимо сделать три или более раз другой стороной тела. В-третьих, перед выполнением упражнений необходимо найти свой темп так называемый в «Гимнастике мозга» РАСЕ. РАСЕ подготавливает мозг и сенсорную систему для нового обучения или следующего этапа обучения. В-четвертых, ежедневное выполнение упражнений — залог успеха.

Программа состоит из 26 простых упражнений, среди которых выделяют 4 вида: упражнения, пересекающие срединную линию, упражнения, повышающие позитивное отношение, энергетизирующие упражнения, растягивающие упражнения.

При работе с обучающимися с ОВЗ «Гимнастика мозга» помогает улучшить сообразительность, память и внимание, навыки письма, счета и чтения, раскрыть творческие способности и внутренний потенциал. При работе с подростками «Гимнастика мозга» применяется как способ работы с травматическим опытом, стрессовыми ситуациями, самопринятием, самооценкой.

Список литературы

1. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. М.: Генезис, 2007. 474 с.
2. Brain Gym 101 / Гимнастика Мозга. Баланс повседневной жизни. Brain Gym International. 2013. 92 с.

*Вахрушева Инна Ивановна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи», г. Чусовой*

Мишени психокоррекционной и профилактической работы с подростком, находящимся в ситуации суицидально риска

Аннотация: Профилактика суицидального поведения подростков и психологическая поддержка педагогов и родителей, столкнувшихся с суицидальной активностью подростков может быть построена через развитие жизнеутверждающих факторов. Актуализация эмоциональных связей подростка, развитие коммуникативных навыков, поощрение ответственности и целеполагания, укрепление жизненных ценностей, стремления к ЗОЖ – мишени психокоррекционной и профилактической работы с подростком в ситуации суицидально риска.

«Однажды в поле человек встретился с тигром. Тигр был голоден и погнался за ним. Убегая от него, человек сорвался и полетел в обрыв. Неожиданно, ему удалось зацепиться за небольшой ягодный куст, растущий из скалы. Так и висел человек на волоске от смерти между голодным тигром и пропастью снизу, осознавая, что и наверху и внизу спасения нет. И в этот момент его ум начал быстро-быстро работать, а взгляд остановился на одной единственной ароматной ягоде, созревшей на спасительном для него кусте. Держась одной рукой за куст, он ощутил ее спелый аромат, сорвал ягоду и положил ее в рот. Никогда в жизни человек не испытывал подобного наслаждения...»

Подросток, находящийся в состоянии суицидально риска похож на героя этой притчи, зависшего между голодным тигром и пропастью.

Надо понимать, что всегда остается хотя бы одна ягодка, несущая в себе наслаждение – причину жить, позволяющая начать борьбу с тигром и не опускать руки.

Именно эта метафора легла в основу большой работы по профилактике суицидальной направленности поведения с подростками и психологической поддержке педагогов и родительской общественности, столкнувшихся с суицидальной активностью подростков.

Любой суицидальной попытке предшествуют серьезные конфликты, эмоциональные потрясения, депрессивные эпизоды, проблемные ситуации, субъективно, не имеющие решения, неудовлетворенные потребности. Цель суицида – поиск решения. Стимул - боль, от которой хочется убежать [7]. Проживание подросткового возраста относят к факторам суицидального риска.

Статистика мотивов подростковых самоубийств выглядит так:

- КОНФЛИКТ с окружающими – 94 %
- В первую очередь с родителями – 66 % или с любимым человеком
- Переживание ОБИДЫ – 32%
- Чувство одиночества, стыда, недовольство собой, боязнь наказания – 38%
- Состояние здоровья – 15 %

Раскрытие суицидально опасных переживаний подростка неотъемлемая часть кризисного вмешательства. Прямые вопросы - «Бывает ли тебе грустно и тоскливо?», «Проявляется ли чувство, что жить дальше не стоит?», «Возникла ли мысль о самоубийстве?» - даются взрослым достаточно трудно.

Поиск альтернативных способов разрешения кризисных ситуаций возможен при условии налаженного неформального контакта, который в свою очередь, не случается без принятия. Диалог и выслушивание без сомнений и критики, позволяют создать у подростка образ понимающего взрослого, эмоционально включенного и надежного. Проявление

заинтересованности душевным состоянием, делами и мыслями подростка создает у него ощущение нужности, значимости. Нет ничего важнее отношений!

«Лучший дар, который мы получили от природы и который лишает нас права жаловаться – это возможность сбежать.

Природа назначила нам один единственный способ появиться на свет, но указала тысячи способов, как уйти из жизни». Монтень

«Мы не можем вырвать ни одной страницы из нашей книги жизни, хотя легко можем бросить саму книгу в огонь». Ж. Санд

Приведенные цитаты могут инициировать первые важные вопросы о мыслях и намерениях подростка. Например: «Какой способ ты выбрал, чтобы сбежать из твоей ситуации?» или, используя метафору, «Какие страницы жизни толкают тебя к тому, чтобы сжечь всю книгу?»

Теоретически факторы суицидального риска подробно описаны во множестве источников по исследуемой теме. Обобщение и анализ результатов диагностики несовершеннолетних (учащихся 5-11 классов Чусовского муниципального района в 2014-15 уч. г. (n= 1548); в 2015-16 уч. г. (n= 1766); в 2016 – 17 уч. г. (n= 2366); в 2017-2018 уч. г. (n= 2897)) с целью выявления групп риска с суицидальной направленностью в поведении, на протяжении ряда лет указывают, что наиболее значимыми факторами суицидального риска являются проблемные «Отношения с окружающими», переживания «Чувства ущербности / неполноценности», стрессогенные факторы «Несчастливая любовь», пробы ПАВ «Алкоголь / наркотики».

Мобилизация адаптивных навыков проблемно-разрешающего поведения достигается путем актуализации антисуицидальных факторов и прошлых достижений в значимых для подростка областях, повышающих самоуважение подростка и его уверенности в своих возможностях.

Виктор Франкл писал: «Когда человек оказывается не готов привести примеры для своего оправдания жизнеутверждающие аргументы, которые

говорили бы против мыслей о самоубийстве - свидетельствует, о непрочности антисуицидальных барьеров и возрастающем суицидальном риске». Выявив психологические установки, подпитывающие суицидальные мысли ищем то, что можно им противопоставить.

Антисуицидальные факторы личности – сформированные позитивные жизненные установки, жизненная позиция, комплекс личностных факторов и психологических особенностей личности, душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений. Чем больше антисуицидальных факторов, жизнеутверждающих факторов есть у человека, тем сильнее его психологическая защита, внутренняя уверенность и прочнее антисуицидальные барьеры.

Таблица 1
Противопоставление жизнеутверждающих факторов суицидальным [4]

| Суицидальные факторы | Антисуицидальные факторы |
|---|--|
| Эмоциональная депривация | Выраженная эмоциональная привязанность |
| Несформированность родственных связей | Родственные связи и обязанности |
| Эгоизм (эгоцентризм) | Чувство долга, понятие о чести наполнить. |
| Положительное отношение к суициду | Принятие норм общественного поведения, осуждающих самоубийство |
| Несформированный образ будущего, несформированный навык целеполагания | Планы, определяющие цель жизни |
| Алкоголизация/ наркотизация | Приверженность здоровому образу жизни |
| Суженность сознания (Туннельность) | Умение видеть ресурсные возможности |
| Склонность к негативному восприятию жизни | Позитивное восприятие жизни |
| Отсутствие смысла жизни | Способность к экзистенциальному осмыслению проблем |
| Экзистенциальная пустота | Вера |

- Фактор «Выраженная эмоциональная привязанность».

Эмоциональные связи спасают в случае кризисов и потерь. Дружба облегчает трудности и возвращает нам утраченные радости.

Подростки с суицидальным настроением находятся в состоянии эмоциональной депривации. Чувствуя свое одиночество, очень трудно выделить кого – то, с кем есть эмоциональная связь. Важно помочь подростку найти тех, кому может доверять в самой трудной ситуации. При построении взаимоотношений недостаточно движений с одной стороны – отношения строятся по инициативе разных сторон. Развивая этот фактор, разработайте схему социального окружения и построения отношений со значимым лицом.

Вопросы: Кого ты считаешь важным человеком в твоей жизни? / Кого любишь ты, а кто, как ты чувствуешь, любит тебя? / Чье присутствие для тебя доставляет радость?/ С кем бы ты хотел стать ближе?

- Фактор «Родственные связи и обязанности» наиболее эффективный жизнеутверждающий фактор - связь с теми, кого мы любим, кто любит нас, сила семейных уз.

Совместное рисование семейной генограммы или заполнение бланка «Наследство», когда подростка побуждают размышлять над тем, какие сходства он смог бы найти со своими близкими кровными родственниками (матерью, отцом, их родителями) позволяют проиллюстрировать многообразие и богатство жизненного опыта поколений, возможно, варианты их проблемно-разрешающего поведения.

Однажды я прочла историю, описанную девочкой лишенной родительской опеки по причине их аморального образа жизни. Она придумала такую историю.

«Люди, пожалуй, похожи на чайные чашки... Одна чашечка изящная из тонкого фарфора, другая с рисунком, яркая, привлекательная, может быть в подарок кому-то расписана. Третья - с чуть заметной трещинкой, другая вовсе с отколотой ручкой. Какие-то чашки берегут, выставляют под стеклом, другие же - даже отмывают то редко. Мне очень хочется вырасти,

стать сильной, собрать чашки, похожие на моих близких, отмыть их, подклеить и наполнить горячим ароматным чаем. Знаете зачем? Чтобы они согрелись...

- Фактор «Принятие общественных норм поведения, осуждающих самоубийство»

Подростковому возрасту, как ни какому другому возрастному периоду, свойственно противопоставлять себя и свое поведение обществу и принятым в нем порядкам. Приведите примеры того, что правила, принимаемые в обществе в связи с различными жизненными обстоятельствами, помогали человеку выживать. Жизнь основная ценность во все времена. За нее боролись, ее проявления воспевали (например, строки песни «День победы»). Чувство целостности жизни, сформированные представления о себе, как об индивидуальности, имеющей свое предназначение, дают ощущение равновесия внутреннего мира.

Арсенал техник, способствующих психологу развивать личностную идентичность велик. Проективными ли рисунками, метафорическими ли картами, притчами ли, и множество еще чем, достигайте желания строить планы, создавать правила и законы счастливой и плодотворной жизни. Отлично работают техники краткосрочного психологического консультирования, ориентированного на решения Б. Фурмана и Т. Ахолы, когда проблема формулируется в терминах цели [6].

- Факторы «Планы, определяющие цель жизни», «Чувство долга, понятие о чести»

Суицидальные мысли осложняют представление будущего. Подростки часто сомневаются в том, что смогут чего – либо достичь. Поговорите о том, что они имеют уже сейчас, расспросите, о чем мечтали.

Замечательные притчи о каменотесе или о семи чудесах света, видеоролики о Нике Вуйчиче, могут выступить преамбулой этого разговора.

Честь и достоинство помогают нам преодолевать препятствия на пути к цели. Даже если мир не дает нам примеров проявления чести и достоинства каждую минуту, выбрав жизнь, каждый из нас имеет шанс изменить мир. Приводите примеры того, что в кризисе человек многому учится, ищите связь с ежедневной реальностью. В ряде случаев работа по конструированию дальнейшей образовательной траектории, с указанием на имеющиеся способности и интересы, формировала надежду.

- Фактор «Приверженность ЗОЖ», «Позитивное восприятие жизни»

Тема ЗОЖ – тема понятная подросткам, но в силу возраста менее актуализирована. Подросток не понимает, почему он теряет сон, аппетит, почему атакует тоска и апатия. Важно учить распознавать маркеры нарушения состояния здоровья. Давать техники совладания с напряжением, страхом; учить навыкам самоподдержки, учить замечать позитивные проявления во всем, инвентаризировать радости и успехи, учить позитивно мыслить.

Усиливать антисуицидальные факторы – значит развивать эмоциональные связи подростка и его коммуникативную компетентность, поощрять ответственность и целеполагание, укреплять стремление вести ЗОЖ и актуализировать жизненные ценности.

Список литературы

1. Кадыров Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство. Состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь. СПб.: Речь, 2012. 448 с.
2. Кучер А.А. Посттравматическое стрессовое расстройство. Теория и практика психологической коррекции и реабилитации при ПТСР. Центр психологической помощи «Антистресс». Уфа, 2002. 199 с.
3. Ромек В.Г., Контарович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб.: Речь, 2004. 256 с.

4. Сакович Н. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков. Теревинф, 2016. 288 с.

5. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия М.: Когито-Центр, 2005. 376 с.

6. Фурман Б., Ахола Т. Краткосрочная позитивная психотерапия. СПб.: Речь, 2002. 237 с.

*Горбачева Елена Юрьевна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Гимназия»,
г. Александровск, Пермский край*

Мастер-класс

Тренинг - занятие «ЦВЕТЫ ДОБРА»

Аннотация: Каждый из нас слышал «ДОБРО», но, наверное, не каждый задумывался о значении этого качества для человека и людей в целом. Данное занятие мотивирует учащихся на совершение добрых поступков, расширяет и углубляет представления о проявлениях такого нравственного качества, как **доброта**; удачно сочетает в себе разноплановую деятельность учащихся.

Цель: развитие умения осваивать способы эффективного общения, расширение знаний учащихся о доброте, её значении в жизни человека.

Задачи:

- расширять и углублять представления о проявлениях такого нравственного качества, как **доброта**;
- воспитывать желание быть **добрым и совершать добрые поступки**;
- стимулировать детей к добрым поступкам;
- учить делать выводы.

Аудитория: 3-7 классы, обучающиеся с ОВЗ.

Оборудование:

- разрезанное на слова понятие «Доброта»;
- пословицы о добре;
- заготовка для цветка (ватман с сердцевинкой и лепестки для каждого);
- расслабляющая музыка;
- видео «Притча о доброте», «Песня кота Леопольда»
- хорошее настроение!

- Добрый день, дорогие ребята, когда мы произносим эти слова, то искренне желаем тем, с кем встречаемся добра и радости. Наши сердца открываются для искренних и добрых людей.

- Добрый день! Давайте, улыбнемся друг другу, улыбнемся нашим гостям и поприветствуем их.

Сегодня мне хотелось бы, чтобы вы сами озвучили тему занятия. А для этого нужно разгадать ребусы.
(<https://yandex.ru/images/search?text=%D1%80%D0%B5%D0%B1%D1%83%D1%81%20%D0%B4%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0&stype=image&lr=50&source=wiz>)

Пока вы будете выполнять задание, я включу видеоподсказку (звучит песня (видео) «Если добрый ты»).

- Ребята, будьте добры, на меня посмотрите.

Улыбку, пожалуйста, мне подарите.

Я каждому тоже улыбку дарю.

Сегодня мы будем учиться добру.

Тема нашего занятия «**ЦВЕТЫ ДОБРА**» Сегодня мы с вами будем говорить о доброте, выясним ее значение в жизни человека.

Упражнение «Ожидание»

- Дети, что вы ждете от нашего занятия? (Дети по очереди высказывают свои ожидания).

Что же значит слово «Доброта». Может у кого-то есть предположения?

Игра «Определение»

- Давайте, попробуем дать точное определение этому термину, используя подсказки. (На доске слова на отдельных листочках, из которых нужно собрать выражение).

ДОБРОТА - качество человека, выражающее его способность и стремление делать Людям **добро**.

ДОБРОТА - качество человека, выражающее его способность и стремление делать людям **добро**.

Упражнение «На что похожа доброта»

Давайте попробуем представить себе доброту. Какая она? На что похожа?

Доброта как ... солнышка лучи.

Доброта как ...небо голубое.

Доброта как ... птенчики в гнезде.

Доброта как ... бабочка в руках.

Доброта как ... добрые мамыны руки

-О доброте нельзя все рассказать, ее лишь надо видеть и попробовать понять! Про добро и добрые дела сложено много пословиц и поговорок.

Игра «Вставь словечко»

Нам предстоит вставить пропущенное слово в пословицы и поговорки

Где добро, там ... зло (исчезает)

От доброго слова мир ... (радуется)

Доброму слову цены ... (нет)

Хорошие дети добрые ... послушают (слова)

Доброе ... - золотой ключ (слово)

-Ребята, а где добро всегда побеждает зло? Правильно. Именно в сказках добро побеждает зло, поэтому наша следующая игра называется «Сказочная страна».

Игра «Сказочная страна»

Давайте, попробуем угадать сказочных добрых героев.

- *Любит бабушку, которая живет за лесом, заботится о ней - носит пирожки. (Красная шапочка)*

- *Всегда говорил: «Ребята, давайте жить дружно». Жить дружно - это хорошо или плохо? (Кот Леопольд)*

- *Несмотря на свой маленький рост, спасла ласточку. (Дюймовочка)*

- *Лечил зверей и птиц. Спас больных зверей Африки. (Доктор Айболит)*

- Сказочные герои очень рады, что вы знаете об их добрых поступках.

- Доброта – это не просто слова. Доброта, очень важна в жизни и только совершая, добрые дела, мир будет добрым и светлым.

Упражнение «Цветок добрых дел»

Ведущий предлагает детям вспомнить и рассказать о своих хороших добрых поступках. У каждого ребенка есть по одному лепестку, на котором он должен записать свой добрый поступок. После этого каждый высказывается. Лепесток приклеивается на приготовленный заранее ватман.

Ведущий помогает сделать общий вывод.

Расслабляющее упражнение «Волшебный цветок добра»

(Включить красивую, приятную мелодию.)

Дети, сядьте в круг, слегка вытяните руки вперед ладонями вверх и закройте глаза. Представьте себе то, что я вам сейчас скажу

Нарисуйте в своем воображении цветок добра и хорошего настроения. Положите его на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется ее послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце.

Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете,

как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вашей душе...

Вас обвевает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, согревающее душу настроение.

А теперь откройте глаза. Посмотрите вокруг. Возьмитесь за руки. Глядя друг другу в лицо, пожелайте чего-нибудь хорошего. (Дети выполняют.)

-Я хочу сказать вам на прощание

Перед тем как нам расстаться

И уйти всем по домам,

Хочется мне попрощаться,

Пожелав при этом вам,

Чтобы добрыми вы были,

Слов волшебных не забыли

Чтобы добрыми словами

Говорили вы с друзьями.

-Я желаю вам, чтобы ДОБРОТА всегда жила в ваших сердцах. Чтобы весь мир был наполнен добротой, радостью, улыбками, любовью и, чтобы вы по жизни шли окруженные цветами добра.

Напоследок хочу вам подарить небольшой подарок. Очень попрошу во время просмотра не комментировать, чтобы не отвлекаться и не отвлекать других. (<https://www.youtube.com/watch?v=e3NiAhQJCTE>)

Подведение итогов.

Оправдались ли ваши ожидания, которые вы озвучили в начале занятия? Что бы вы еще хотели узнать? Какие бы вы хотели высказать пожелания?

Список литературы

1. Айгонова А.Е. Тренинг «Доброта спасет мир» для учащихся 3 классов [Электронный ресурс]. URL:

<https://videouroki.net/razrabotki/trieningh-dobrota-spasiet-mir-dlia-uchashchikhsia-3-klassov.html> (дата обращения 19.10.2019)

2. Ануфарьян К.С. «Уроки добра» психоэмоциональный тренинг для детей старшей группы [Электронный ресурс]. URL: <https://www.maam.ru/detskijsad/uroki-dobra-psihoemocionalnyi-trening-dlja-detei-starshei-grupy.html> (дата обращения 19.10.2019)

3. Притча о доброте [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e3NiAhQJCTE> (дата обращения 19.10.2019)

4. Ребусы [Электронный ресурс]. URL: <https://yandex.ru/images/search?text=%D1%80%D0%B5%D0%B1%D1%83%D1%81%20%D0%B4%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0&stype=image&lr=50&source=wiz> (дата обращения 19.10.2019)

5. Халилева Э.Х. Игра - тренинг «Твори добро и помогай каждому» [Электронный ресурс]. URL: https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/ighra_trieningh_tvori_dobro_i_pomogai_kazhdomu (дата обращения 19.10.2019)

*Жакова Татьяна Николаевна, педагог-психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи, Кочевский филиал*

Психологическая агрессия:

пути выявления и профилактика троллинга

Аннотация. В статье рассматриваются понятие, содержание и формы интернет-троллинга. Понятие и причины возникновения троллинга в подростковой среде. Виды зависимостей в подростковом возрасте: компьютерная, интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей. Сетевой троллинг.

Троллинг – подрывная деятельность в интернете, заключающаяся в размещении в виртуальном пространстве заведомо провокационных сообщений, целью которых может быть разжигание конфликтов в сети, психологическое подавление интернет-пользователей, киберзапугивание, кибершантаж, и тому подобное. «Троль» – человек, который размещает грубые или провокационные сообщения в Интернете, например, в дискуссионных форумах, мешает обсуждению или оскорбляет его участников. Троллинг может быть прямым (оскорбления участников, нарушение правил ресурса, подстрекание, ссоры) и замаскированным (сообщения не по теме, возвращение к другой острой теме, завуалированные сообщения, на первый взгляд позитивные). Тролли хотят получить реакцию в виде прямого конфликта. В перепалке с таким пользователем очень легко потерять над собой контроль и самому стать троллем. Тролли могут стремиться вызвать раздражение участников коммуникации, но также их целью может быть унижение конкретного человека.

Важной стратегией троллинга является и анонимное стравливание участников одной среды: особое удовольствие провокаторы, как и в офлайн-деятельности, находят в том, чтобы посеять раздор, нарушить баланс сил, выявить уязвимость определенного сообщества. Троль нередко пытается «троллить» по ходу дискуссии. Анонимные угрозы в адрес жертв и преследование последних может быть самым разным. От легкого стресса до более серьезных необратимых последствий.

Часто «тролли» в качестве жертв выбирают подростков с неустойчивой психикой, чтобы получить максимальное удовольствие от страдания несовершеннолетнего человека.

Современный сетевой троллинг – высокоорганизованная иерархическая система, основными целями которой являются профессиональное подрывание авторитета и схемы работы сетевых

сообществ, зачастую по заказу, в числе компонентов манипулирование сознанием людей, подтасовка фактов и материалов, ложные виртуальные образы. Проблема онлайн-общества заключается в том, что оно не всегда явно и прозрачно диктует свои правила. Каждый участник сетевого пространства в той или иной степени является разработчиком и тестировщиком своей собственной стратегии поведения в сети. Выкладывать или нет свои фотографии, особенно в глупых для нас ситуациях? Как часто менять фотографии профиля? Личное в социальных сетях легко переходит в категорию публичного. Тиражироваться, получать огласку может информация, изначально не предназначенная для широкого круга людей.

Большую проблему для педагогов, школьников и родителей представляет троллинг и увлечение школьников социальными сетями и играми. Этот комплекс проблем существенно подрывает физическое и психологическое здоровье школьника, его социального окружения. Взрослые, редко интересуются чувствами ребёнка в той или иной ситуации, не обращают внимания на усталость и физическое состояние, на его эмоциональные переживания, в данный момент времени. Особенно это важно в отношении подростков, в жизни которых появляется множество сложных личных ситуаций, о которых они не всегда могут рассказать, а они влияют на их настроение и состояние. И «не дай бог» вам упустить этот момент. Может взрослым надо чаще вспоминать себя в этом возрасте, и заглядывать в глаза детей, слышать даже завуалированные сигналы о помощи, тогда не придётся подгонять ребёнка, и в школе, и в жизни, и дома будет меньше напряжения, а больше радости? Эмоциональная нестабильность, неразвитая система выражения своих чувств, боязнь проявлять их на людях и дома, а также неадекватное восприятие эмоций других людей, неуважение к чувствам окружающих, то есть неразвитый эмоциональный интеллект - всё это тоже последствия неправильного

отношения взрослых к ребёнку в подростковом возрасте. Без поддержки взрослого ребенок может пробовать искать решение своих проблем в сети.

Изолировать подростка от травматических переживаний в сети - это значит заняться его защитой в сети и сохранением приватного пространства от посягательств там, где это кажется необходимым. Задача взрослых в борьбе с троллингом - оказывать внимание и помощь ребенку в его проблемах. Это могут быть трудности в учебе, отношениях со сверстниками, профессиональном выборе, самопринятии и самораскрытии себя. Не допускайте психологического насилия над своими детьми, не давайте травмировать еще не окрепшую психику.

Список литературы

1. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях - М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 960 с.

2. Интернет-угрозы: троллинг и кибербуллинг» [Электронный ресурс]. URL: http://kandaliza2008.ucoz.ru/news/internet_ugrozy_trolling_i_kiberbulling/2011-07-30-137 (дата обращения 29.10.2020)

*Зольникова Ирина Юрьевна, педагог-психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»*

Развитие критического мышления как механизма защиты детей от негативного влияния информационной среды

Аннотация. В статье рассматриваются используемые сегодня группы мер, направленных на защиту детей от негативного влияния информационной среды. Анализируется роль родителей и педагогов. Описывается

содержательная модель психологической готовности в формировании критического мышления начиная с дошкольного возраста до взросления. Перечислены способы развития критического мышления.

Количество информации вокруг нас растёт и преумножается. Будучи постоянно вовлечёнными в интернет, люди теряют целенаправленность мышления и деятельности, перестают себя контролировать, теряя время попусту и растрачивая душевные силы на сиюминутные, ненужные вещи. Чтобы жизнь не растворилась в информационном пространстве, необходимо держать себя в ежовых рукавицах и критически относиться к каждому фрагменту информации, к каждому клику мышкой.

Ещё сложнее детям. Незрелая воля и мышление заставляют их буквально бросаться на всё яркое, динамичное и увлекательное. Так, не успев ещё сформироваться и определиться, личность растворяется, уносится по информационным волнам в непредсказуемом направлении, что приводит подчас к фатальным последствиям – вовлечению в опасные деструктивные сообщества, моральному и нравственному развращению, цифровому слабоумию, игровой и интернет-зависимости. Деструктивной считается даже современная музыка, неординарные, непонятные исполнители и модные субкультурные течения.

Образовательный процесс продолжает держать курс на информатизацию и цифровизацию. В школах начинается внедрение цифровой образовательной среды, обучение оцифровывается, становится интереснее и доступнее для современных школьников.

Необходимо защитить современное общество от разрушительной информации, при этом контролировать уровень учебной мотивации у детей и подростков. Данная тема важна, как для родителей и законных представителей, так и для педагогов. Тем самым следует повышать уровень психологической компетентности всех значимых взрослых, используя

методы, направленные на формирование социально-личностной устойчивости ребенка к негативному влиянию информационной среды.

Критическое мышление – это отделение, фильтрование истинной, необходимой информации от ложной и ненужной. Обладая критическим мышлением, человек готов признать собственные ошибки, пересмотреть нерациональные выводы и отказаться от убеждений, не выдержавших проверку реальностью и здравым смыслом.

Мы понимаем мышление, как процесс обработки информации и принятия решения. Дело в том, что в нашей душе нет ничего отдельного, изолированного. Все психические процессы взаимосвязаны, и чем младше человек, тем более они слиты воедино. Чем младше ребёнок, тем более его мышление импульсивно и слито с эмоциями, и лишь по мере взросления появляется способность мыслить объективно и беспристрастно.

В дошкольном возрасте в игровом, активном исследовании мира развиваются предпосылки критического мышления. Поведение ребёнка в кризисные периоды его развития, происходит исследование мира, но пока хаотично и в форме реального действия.

В младшем школьном возрасте умственная деятельность обретает систематический, целенаправленный и организованный характер. Активно развивается произвольность – волевая составляющая мыслительной деятельности, тоже одна из предпосылок критического мышления.

Подростковый – самый сложный и самый «критический» возраст. В это время дети постепенно приобретают способность мыслить логически уже без опоры на образ. Подростку необходимо понять, кто он. Ребёнок начинает смотреть на себя со стороны, глазами других людей, задумывается о том, что он для них значит. Развивается личностная рефлексия.

Задача мудрого взрослого – бережно вывести подростка за пределы его чёрно-белой картинки, показать глубину и сложность явления. Но показать так, чтобы не ранить, сохранить доверие, и чтобы родившееся в итоге понимание осталось для подростка настоящим и своим.

Как развить критическое мышление в образовательной среде?

Главной задачей педагога является развитие у детей способности думать, рассуждать и отстаивать свою точку зрения, собирать и исследовать информацию о явлениях окружающей действительности, а не только передать им знания, заложенные в школьную программу. Дети должны научиться задавать вопросы и разрешать сомнения, а не мыслить по шаблону.

1. Поощряйте работу в группах

Атмосфера работы в группе подходит идеально, чтобы дети учились думать и развивали свои когнитивные способности. Так, они учатся понимать и анализировать, как думают другие дети, и приходят к осознанию, что их форма мышления не является единственно возможной.

2. Побуждайте детей использовать творческие способности

Творческий подход – это очень полезный навык, который помогает нам найти новые способы решения проблем и оптимальные модели поведения.

3. Не спешите прийти на помощь

Дети привыкают к тому, что мы даём им всё готовое. Чтобы способствовать развитию критического мышления ребёнка, дайте ему возможность попробовать решить проблему самостоятельно.

4. Используйте технику мозгового штурма на уроках

Мозговой штурм перед началом любого урока стимулирует критическое мышление учеников. Это помогает им размышлять и увидеть альтернативы.

5. Научите детей сравнивать и сопоставлять

Хороший способ для развития критического мышления обучающихся – это сравнения и противопоставления различной информации, которую мы имеем в доступе. Эта техника может применяться в отношении любой темы.

6. Задавайте детям вопросы

Когда учитель задаёт вопросы, это часто подталкивает учеников к размышлениям, делает их более внимательными, помогает применять и закреплять полученные знания.

7. Предлагайте дебаты и дискуссии

Дискуссии являются очень хорошим способом, чтобы заставить детей думать и рассуждать на заданную тему. Это помогает им сформировать свое собственное мнение и уважать мнение окружающих.

Ребёнку же надо просто помогать стать цельной личностью, формировать у него ту полноценную интеллектуальную и личностную базу, без которой невозможно зрелое критическое мышление. Развитие критического мышления неотделимо от формирования системы знаний.

Воспитание и обучение детей, передача культурного и духовного опыта – это очень важная потребность, благодаря которой на Земле сохраняется и развивается человеческая цивилизация, да и само человечество.

Список литературы

1. Громов Д.В. Изучение молодежных субкультур России: современное состояние и проблемы // Этнографическое обозрение. 2008. N 1. С. 3-7.

2. Касарь С., Raparella T., Фримена С. Язык результаты при аутизме: рандомизированное сравнение совместное внимание и играть вмешательств // Журнал консультационной и клинической психологии. 2008. В. 76, N. 1. С. 125-137.

3. Мудрик А.В. Социализация человека. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 304 с.

4. Мухина В.С. Возрастная психология. М.: Владос, 1997. 431 с.

5. Силлер М., Сигман М. Моделирование продольных изменений языковых способностей детей с аутизмом: поведение родителей и особенности ребенка как предикторы изменений // Психология развития. 2008. В. 44, N. 6. С.1691-1704.

6. Современные проблемы молодежного экстремизма в Российской Федерации: состояние и тенденции развития: Материалы круглого стола. –

М.: ВНИИ МВД России, 2008. 198 с.

7. Тарасов А.Н. Кому союзник товарищ Че. Молодежь в провинции – новый тип оппозиции // Век. 2000. N 42. С. 11-18.

8. Урлапова В.П. О критическом мышлении и его развитии у детей [Электронный ресурс]. URL: <https://zen.yandex.ru/media/cognifit/chto-takoe-kriticheskoe-myshlenie-i-kak-ego-razvit-5a8bf0cc8139ba264786e393> (дата обращения: 09.08.2020).

9. Ускова С.А. Сотрудничество педагога и родителей в воспитании и обучении детей школьного возраста: научно-методическое пособие. СПб: СПб АППО, 2008. 61 с.

10. Филиппова Н.В., Петелева Е.А., Барыльник Ю.Б. Исследование коммуникативных способностей и лексики у детей с ранним детским аутизмом // Теоретическая и экспериментальная психология. 2014. Т.7. № 3. С. 72-84.

11. Что такое критическое мышление и как его развить? [Электронный ресурс]. URL: <https://russianclassicalschool.ru/methods/psihologiya-obrazovaniya/item/1284-v-p-urlapova-o-kriticheskom-myshlenii-i-ego-razvitii-u-detej.html> (дата обращения: 05.08.2020).

*Иванова Елена Викторовна, педагог-психолог
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №97» г. Перми*

Развитие эмоционального интеллекта у детей

дошкольного возраста, в том числе из неблагополучных семей

Аннотация: Проведение целенаправленной работы с детьми по развитию их эмоционального интеллекта так же необходимо как развитие всех качеств ребёнка, а в особенности это касается детей из неблагополучных семей. Данные занятия расширяют круг понимаемых

эмоций, дети становятся способными к эмпатии, более глубокому пониманию себя и других людей.

Современные дети живут в эпоху, насыщенную информацией, полную противоречий, быстротечностью событий. Живое общение с другими детьми или со взрослыми постепенно заменяется для них просмотром телевизора или компьютера. Поведение ребёнка часто повторяет увиденное на экране. Дети становятся импульсивными, им трудно контролировать свои эмоции, понимать собственные переживания и чувства других людей. А без этого невозможно становление гармонично развитой личности. Одним из вопросов, встающим в настоящее время перед наукой, представляется оказание психолого-педагогической поддержки ребятам из неблагополучных семей. Нарушения в эмоциональных контактах ребенка со взрослыми членами семьи обуславливают у него возникновение внутреннего дискомфорта, создают угрозу стабильности его отношений к социуму, развивают чувство неполноценности, что в итоге может привести к многочисленным искажениям в развитии ребенка.

В процессе роста ребёнка происходят изменения в его эмоциональной сфере. Меняются его отношения и взгляды на мир с окружающими, развивается способность осознавать и контролировать свои эмоции. Но сама по себе эмоциональная сфера не может развиваться. Её необходимо развивать. Существенную роль в развитии эмоциональной сферы дошкольников могут сыграть целенаправленные занятия.

Основная цель таких занятий – это повышение осознания ребёнком своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений с другими людьми и тем самым позволить гармонично развивать его личности в целом.

Основные задачи:

- способствовать, принятию собственной индивидуальности и развитию самопознания;
- учить выражать свою любовь к близким;

- помогать в познании эмоциональных состояний, пополнять активный словарь ребёнка словесными обозначениями эмоций;
- развивать понимание принадлежности к той или иной группе, навыки адекватного социального поведения;
- развивать творческую активность и воображение.

При разработке занятий мы учитывали составляющие эмоциональной характеристики ребёнка, выделенные Л.П. Стрелковой, такие как:

- адекватная реакция на различные явления окружающей нас действительности;
- дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей;
- широта диапазона понимаемых и переживаемых эмоций, интенсивность и глубина переживаний, уровень передачи эмоционального состояния в речевом плане.

Занятия проводятся один раз в неделю в течение всего учебного года. Выбор места зависит от имеющихся возможностей учреждения. Форма организации – игровая, включающая беседы, чтение художественной литературы, этюды и упражнения на моделирование эмоциональных состояний, рассматривание картин, рисунков, фотографий, выполнение творческих заданий.

На занятиях дети проживают эмоциональные состояния, вербализуют свои переживания, знакомятся с опытом сверстников, а также с культурным наследием человечества.

Активизировать внимание детей в начале занятия помогают такие способы как: необычное приветствие, прослушивание необычных звуков или музыкальных произведений различного характера, приглашение в путешествие, создание проблемной ситуации, фразами «Я рада встрече с вами»; «Что бы это значило? Попробуем разобраться...»

Большинство занятий заканчивается созданием рисунка, что позволяет обобщить знания ребёнка, выразить его эмоциональное отношение к той или иной теме.

Варианты тем занятий:

«Освоение пространства», «Театр звуков», «Страна цветов», «Замок из сладостей», «Знакомые незнакомцы», «Чем пахнет праздник», «Каким я себя вижу», «Меня зовут...», «Мой внутренний мир», «Мы с одной планеты», «Ты и я – мы такие разные», «Пойми меня», «Давай построим дружный мост», «Мальчики и девочки», «Грусть-печаль», «Хорошо или плохо», «Страшная история», «Комната удивления», «Укроти свой гнев», «Обидки», «Смешинка в рот попала», «Мой эмоциональный альбом», «С добрым утром!», «Семейный этикет», «Я знаю, я умею, я могу!».

Перед началом занятий проводится диагностика эмоционального состояния детей. В конце года проводится итоговая диагностика.

В результате проделанной работы увеличивается круг разнообразных эмоций, дети становятся способными к более глубокому пониманию себя и других людей, у них чаще наблюдаются эмпатийные проявления по отношению к окружающим.

Список литературы

1. Запорожец А.В., Неверович Я.З., Кошелева А.Д. и др. Эмоциональное развитие дошкольника. М.: Просвещение, 1985. 176 с.
2. Маликов Л.В., Усынина Т.П., Степанова Н.В. Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы детей из неблагополучных семей // Психология, социология и педагогика. 2017. N 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2017/02/7777> (дата обращения: 29.10.2020)
3. Развитие познавательной и эмоциональной сфер дошкольников: методические рекомендации / под ред. А.В. Можейко. М.: ТЦ Сфера, 2010. С. 69-72.

«Нам не всё равно!»

Аннотация: Представлена система профилактической работы по выявлению кризисной ситуации и оказанию помощи подростку. Обозначены основные направления работы. Включение в профилактическую работу административно-управленческого персонала, педагогического коллектива, родителей и обучающихся.

Ребенок – это маленькая планета, которая развиваясь, накапливает опыт и не всегда он может справиться с трудностями, встречающимися на его пути. Здесь на выручку всегда может прийти взрослый, который увидит и подскажет в каком направлении двигаться, чтобы избежать непоправимых ошибок. Как говорил один из крупнейших педагогов-гуманистов Иоганн Генрих Песталоцци «Воспитание и только воспитание - цель школы...»

В школе подростки проводят достаточно большое количество времени, это не только уроки, но и внеурочная деятельность, коррекционные и развивающие занятия, а также дополнительные занятия по предпрофильной подготовке. Именно поэтому школа является идеальной средой для осуществления профилактики суицидального поведения среди несовершеннолетних. В связи с этим, в нашей школе была разработана система профилактической работы, направленной на предупреждение суицидального поведения у несовершеннолетних, в реализации, которой задействованы все участники педагогического процесса, а также выработан алгоритм межведомственного взаимодействия (см. Рис. 1) [1].

Первоначально административной командой школы был проведен анализ профилактической работы, который позволил определить приоритетные направления работы. Одним из таких направлений являлась работа с педагогическим коллективом. Так как именно учитель находится с

ребенком в непосредственном контакте, и имеют возможность оценивать эмоциональное состояние ребенка ежедневно, увидеть изменения во внешнем облике (одежда, прическа, аксессуары и т.д.). Таким образом, целью нашей работы являлось сформировать у педагогов навык выявления и оказания первичной помощи обучающимся с суицидальным поведением.



Рис.1. Алгоритм межведомственного взаимодействия

Основным направлением в работе по профилактике суицидального поведения среди несовершеннолетних являлась работа с обучающимися. В работе с подростками наиболее важным является педагогическая диагностика и наблюдение, которые позволяют выявить не только факторы риска, но и наличие суицидальных мыслей и поведения у подростка. Наблюдение и мониторинг страниц в социальных сетях проходит не только в период учебного процесса, но и в каникулярное время.

Для оказания помощи ребенку и семье в преодолении кризисной ситуации школой отлажен механизм межведомственного взаимодействия, который позволяет оказывать комплексную помощь в период коррекционной и реабилитационной работы, разрабатывать и выполнять план совместных действий, организовать обмена информацией (см. Рис.1).

На достаточно высоком уровне в школе организована работа с родителями. В течение учебного года организованы общие родительские собрания, ежегодно проходит родительская конференция, по привлечению внимания родителей к проблемам современной молодежи и совместного нахождения эффективных способов взаимодействия школы и родительского сообщества. Для родителей организованы индивидуальные консультации со специалистами школы, так же родители имеют возможность задать вопрос специалисту или записаться на прием на сайте образовательной организации.

Новые реалии требуют новых подходов в реализации профилактической работы на базе школы. Таким образом, мы не стоим на месте, а продолжаем совершенствовать систему работы не только в очном режиме, но и с использованием дистанционных технологий.

Список литературы

1. Концепция воспитательной работы МБОУ «ООШ №7» [Электронный ресурс]. URL:

<http://59313s004.edusite.ru/DswMedia/koncepciyavospitatel-noyrabotyimou-1-.pdf> (дата обращения 29.10.2020)

2. Копалина И.С. Программа первичной профилактики суицидального поведения подростков 13-16 лет «Ценность жизни» в МБОУ «ООШ №7». 2020. 16 с.

*Костюрова Мария Викторовна, педагог-психолог
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №11»*

Детско-родительский психолого-педагогический проект как инструмент формирования толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования в ДОО

Аннотация: В статье представлен опыт работы по формированию толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в условиях инклюзивного образования у детей старшего дошкольного возраста и их родителей.

Проблема толерантности является сложной социальной реальностью современного общества и приобретает особое значение в связи с развитием инклюзивного образования, в рамках которого происходит включение детей с ОВЗ в образовательную среду и адаптацию в ней. Л.С. Выготский указывал на необходимость создания такой системы обучения, в которой ребенок с ограниченными возможностями не исключался бы из общества детей с нормальным развитием.

Толерантное воспитание – это проявление терпимости, понимания и уважения к личности другого человека независимо от каких-либо отличий. Толерантное воспитание начинается в семье. Насколько родители будут

терпимы к своему ребенку, так и он будет относиться с уважением и пониманием к людям с ОВЗ. Для того чтобы воспитывать у детей толерантное отношение, прежде всего, у родителей должна быть сформирована система ценностей, в основе которой лежат такие понятия как сочувствие, сопереживание, понимание. Необходима просветительская работа с родителями, направленная на расширение и актуализацию представлений по вопросу инклюзивного образования.

В целях воспитания толерантного отношения воспитанников и их семей к детям с ОВЗ был разработан и реализован психолого-педагогический проект «Наши сердца открыты добру». Новизна заключается в акцентировании работы по воспитанию толерантности к людям с ОВЗ через организацию системы мероприятий с детьми и родителями. В основу проекта заложен принцип системности работы со всем субъектами образовательного процесса: ДОО-семья-ребенок.

Реализация проекта осуществлялась в группах старшего дошкольного возраста, участниками проекта являлись педагоги, дети и родители. Всего в проведение мероприятий проекта было вовлечено 10 педагогов, 90 семей воспитанников, 125 детей.

В процессе работы с детьми решались следующие задачи: дать детям представления о разных возможностях людей; формировать элементарные представления о детях с ОВЗ и др.

В ходе совместной деятельности (игровых занятий) педагога – психолога с воспитанниками старшей группы под общей темой «Я – хороший, ты – хороший», целью которой было систематизация знаний воспитанников о взаимоотношениях в мире людей. В ходе таких встреч закреплялись представления детей об отличиях людей по внешнему виду и внутренним качествам, по национальностям, цвету кожи, месту обитания, по разным возможностям. Дети познакомились с особенностями детей с ОВЗ, их отличиями от здоровых детей, об их возможностях и ограничениях.

В ходе реализации проекта «Наши сердца открыты добру» большинство детей (89%) научились выстраивать взаимоотношения с детьми с ОВЗ в различных ситуациях. Дошкольники показали умение применять полученные знания на практике. Дети - участники проекта проявили положительный настрой к «нетипичным» детям, продемонстрировали навыки позитивного взаимодействия, терпения, контроля своих эмоций, проявили толерантное отношение к детям с ОВЗ.

Наряду с работой с детьми, работа по изменению стереотипного взгляда на детей с нарушениями в развитии проводилась и с родителями воспитанников.

В соответствии с планом реализации проекта «Наши сердца открыты добру» с родителями запланированы и проведены семинар – практикум «Толерантность – это важно», социальные акции, консультации «Мы разные, но мы дружим!», тренинги «Разные дети». В результате реализации мероприятий отмечается положительная динамика в установках родителей. У них формируются социально-приемлемые формы реагирования на инклюзивные процессы и меняется отношение к процессу инклюзии в форме устойчивого позитивного отношения и отсутствие социальной дистанции по отношению к детям с ОВЗ, меняется уровень компетентности родителей в вопросах воспитания толерантного самосознания дошкольников.

Педагоги, включенные в проектную деятельность, отмечают повышение уровня педагогической толерантности у родителей, т.е. способности понять и принять ребенка таким, какой он есть, видя в нем носителя иных ценностей, логики мышления, иных форм поведения.

Таким образом, психолого-педагогический проект «Наши сердца открыты добру», реализованный в 2019-2020 учебном году, поднял на новый уровень проблему воспитания и обучения детей с ОВЗ среди дошкольников, педагогов и родителей; привлек внимание к необходимости

инклюзивного образования и проектированию образовательных моделей в нашей дошкольной образовательной организации.

Список литературы

1. Катушенко О.А. Мотивационная готовность к инклюзивному образованию родителей детей с ОВЗ и детей с типичным развитием // Молодежный научный форум: гуманитарные науки: электр. сб. ст. по мат. XLIII Междунар. студ. науч.-практ. конф. № 3(42). URL: https://nauchforum.ru/archive/mnf_humanities/3 (дата обращения 29.10.2020)
2. Назарова Н.М. Аксенова Л.И., Архипов Б.А., Белякова Л.И. и др. Специальная педагогика. М.: Издательский центр «Академия», 2005. 400 с.
3. Поздеева В.И. Реализация инклюзивного подхода в образовании детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья в детском саду общеразвивающего вида [Электронный ресурс]. URL: <http://ippk.arkh-edu.ru> (дата обращения 29.10.2020)
4. Старовойт Н.В., Антонова О.В. Трудности реализации инклюзивного образования в дошкольной образовательной организации. Молодой ученый. 2017. N 21 (155). С. 450-452. URL: <https://moluch.ru/archive/155/43779/> (дата обращения 29.10.2020)

*Лященко Татьяна Викторовна, методист
Краевое государственное казенное
учебно-воспитательное учреждение закрытого типа
«Специальное учебно-воспитательное учреждение
закрытого типа «Очерская спецшкола»*

Профилактика буллинга в КГКОУСУВУ «Очерская спецшкола»

Аннотация: В статье раскрывается понятие «буллинг», деятельность учреждения, направленная на недопущение фактов школьной травли.

Отражена работа в четырех направлениях: уровень общей профилактики, диагностики буллинга, работы со случаем, работы с педагогическим коллективом.

В настоящее время буллинг в образовательной среде рассматривается как серьезная социально-психологическая проблема насилия среди детей и подростков. Буллинг происходит не только в семье, но и образовательных организациях и обращает внимание всего педагогического коллектива на его профилактику.

Термин «буллинг» впервые стал использовать Эндрю Адамс в 90 годах XX столетия. За буллингом стоит целый комплекс социальных, психологических и педагогических проблем. Более уязвимая категория людей, подвергающаяся буллингу: дети, подростки, женщины, пожилые люди, люди с ограниченными возможностями здоровья. Жертвы буллинга замыкаются в себе, теряют интерес к жизни, перестают общаться с окружающими.

Буллинг следует отличать от конфликта. Если конфликт может носить эпизодический характер, то буллинг – это сознательное и продолжительное насилие со стороны индивида или группы людей в отношении другого человека.

В образовательных организациях буллинг проявляется через физическое или психологическое насилие, порчу личных вещей, заталкивание под парту, тычки, оскорбления, унижения, откровенные издевательства жертвы.

Буллеры действуют целенаправленно, унижая другого человека, часто не встречают сопротивления против их агрессии. Жертва также обладает своими особенностями: пуглива, чувствительна, замкнута, тревожна, не уверена в себе, чаще всего, не имеет близкого друга, физически слабее своих сверстников.

Работа по предупреждению фактов буллинга среди несовершеннолетних в КГКОУСУВУ «Очерская спецшкола» становится приоритетной и проводится в рамках воспитательного процесса, определяется планом учебно-воспитательной работы, программами развития классов-отрядов.

Педагогическим коллективом был разработан профилактический план в случае выявления и предотвращения буллинга в учреждении. В плане отражен алгоритм реагирования педагога в случае выявления буллинга и выделены 4 направления работы:

1. Уровень общей профилактики – система мероприятий, направленная на профилактику буллинга (внутри отряда – класса, общешкольных мероприятий).
2. Диагностика буллинга.
3. Работа со случаем (индивидуальная и групповая работа с «агрессором», «жертвой», «наблюдателями»).
4. Работа с педагогическим коллективом.

Для диагностики фактов буллинга в учреждении ежемесячно заполняется таблица нарушений воспитанников, которые представляются и обсуждаются на дисциплинарной комиссии с представителями КДН и ЗП Очерского муниципального района, ПДН МВД «Очерский».

Еженедельно педагоги учреждения (классные руководители, воспитатели, мастера производственного обучения, социальный педагог) заполняют педкарту на каждого воспитанника. Сводные данные также заносятся в отдельную карту и по отряду.

На классных часах и часах по самовоспитанию рассматриваются темы «Формирование толерантных отношений друг к другу», «Мое место в отряде-классе», «Будьте добрыми и человечными», «Отряд почти семья». Педагогом – психологом проводятся социально-психологические тренинги, на которых воспитанники учатся анализировать свое поведение, различать свое эмоциональное состояние, развивают свои коммуникативные навыки,

разбирают виды насилия, учатся управлять своим настроением, поведением, эффективным способам выхода из конфликтных ситуаций.

Система воспитательных мероприятий предусматривает участие воспитанников в различных мероприятиях не только в образовательной организации, но и в районе, крае. Так, в 2018 году воспитанники приняли участие в районном мероприятии «Все мы разные, все мы равные», молодежном конкурсе непрофессионального фото-, кино-, видеоискусства «Субъективный объектив», конкурсе социальной рекламы «Открытый взгляд», в которых заняли призовые места.

Педагоги и воспитанники учреждения дважды участвовали в Краевом конкурсе социальных видеороликов и мультипликационных фильмов «Давайте жить дружно». Видеоролик «Зайчонок» был отмечен специальным призом за оригинальную подачу темы и актерское обаяние, участники съемочной группы были награждены сертификатами в видеостудию «Ералаш» г. Перми на посещение открытого Мастер-класса «Один день из жизни Студии «Ералаш» в 2018 году; ролик «Малыш» в 2019 году занял 1 место.

Работа по профилактике фактов буллинга проводится и с педагогическим коллективом учреждения. Педагогический коллектив и служба режима в 2017 году прошли курсы повышения квалификации по теме «Принципы выстраивания работы по профилактике школьного насилия (буллинга) в условиях учреждения закрытого типа». Организована работа совместных совещаний структурных подразделений учреждения (учителей-предметников, воспитателей, педагогов дополнительного образования, мастеров производственного обучения, службы режима). На совместных совещаниях рассмотрены вопросы «Способы взаимодействия всех участников учебно-воспитательного процесса КГКОУСУВУ «Очерская спецшкола», «Программа развития класса (работа педкоманды)»; «Конструктивные способы решения конфликтных ситуаций

(создание алгоритма реагирования и выхода из конфликтной ситуации)», «Психологическая атмосфера в школе: с чего начать и как поддержать».

Педагогами разработаны памятки «Буллинг», «Специфика реабилитационной работы с воспитанниками в учреждении закрытого типа».

Организована работа педагогической команды «троек» (классного руководителя, воспитателя, мастера производственного обучения) по работе как с отдельным воспитанником класса, так и с классом по предупреждению и экстренному реагированию конфликтных ситуаций, проблемных вопросов, возникающих в классе.

Успешно проходят мероприятия, организованные совместно педагогами и воспитанниками, которые также влияют на профилактику буллинга. Яркими в прошлом году прошли мероприятия: «День Матери», «Новый год», «23 февраля», «8 Марта», «Последний звонок». На сцене совместно с подростками выступают и педагоги, работающие с классами.

Большую помощь в профилактике буллинга оказывают волонтеры социально-культурного проекта «Время возможностей» г. Перми. Их мероприятия на командообразование с педагогами и подростками также становятся запоминающимися и яркими событиями в учебно-воспитательном процессе в учреждении.

Существенную роль в преодолении буллинга играют родители несовершеннолетних, которых мы включаем в совместное решение проблем их сыновей, вовлекаем в совместные мероприятия. В учреждении уже 3 год успешно работает «Школа для родителей», но которых родители учатся бесконфликтным способам общения, знакомятся со стилями семейного воспитания, сами разрабатывают рекомендации по общению с подростками. В ноябре 2019 года состоялось открытие детско-родительского клуба «Навстречу друг другу».

Разработанный комплекс мероприятий позволяет нам успешно своевременно реагировать на проблемную ситуацию и выстраивать шаги по предотвращению случаев травли в учреждении.

Список литературы

1. Методические рекомендации для учителей по профилактике школьной травли (буллинга) / АНО «Региональный Центр «ВЕКТОР». Пермь, 2016 г. 16 с.

*Маскалева Наталья Владимировна, педагог-психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
Кочевский филиал*

Арт-терапия как средство коррекции девиантного поведения у подростка

Аннотация: Разработок в области применения психокоррекционного воздействия арт-терапии конкретно к девиантным подросткам немного. Поэтому, статья посвящена теме арт-терапии, разнообразию ее приемов, и техник, в психокоррекционном воздействии применяемым к подросткам с разными видами девиаций.

Подростковый возраст, как правило, является одним из самых трудных периодов формирования человека как личности. Франсуаза Дольто пишет, что подростковый возраст – это «мутационная фаза». Одним из негативных проявлений в этом возрастном периоде является девиантное поведение.

Девиантное, или отклоняющееся, поведение – это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм,

причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социальной дезадаптацией. Избавиться от деструктивного поведения крайне трудно. Если оставить на самотек запустившийся процесс дезадаптации, то со временем такие дети становятся импульсивными, раздражительными, вспыльчивыми, агрессивными, конфликтными, что затрудняет их общение с окружающими и создает значительные сложности при их воспитании.

На сегодняшний день существует огромное количество различных техник и средств, направленных на помощь детям с различными формами девиаций. По моему мнению, одним из мощных методов профилактики и коррекции девиантного поведения можно назвать арт-терапию.

Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия. Арт-терапевтические методы работы с детьми – это безопасный способ для разрядки разрушительных эмоций. Техника позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек обычно подавляет в повседневной жизни, снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением у детей. Цель терапевтического воздействия - гармонизация и нормализация психического состояния индивида или группы средствами продуктивного самовыражения.

В работе с детьми и взрослыми можно успешно применять такие арт-терапевтические методы, как музыкотерапия, сказкотерапия, цветотерапия, мандалотерапия, изотерапия и др. Формы арт-терапии также различны, но в основном применяются два основных варианта - индивидуальная и групповая. Для успешного результата необходимо соблюдать главные правила проведения арт-терапевтических техник, а именно неприемлемы команды, указания, требования, принуждение. Выполнение некоторых заданий возможно только строго с согласия ребенка, к таким методам

относятся приемы открытой вербализации чувств и переживаний, коллективного обсуждения.

Среди разнообразного арт-терапевтического инструментария есть много интересных упражнений, которые интересны как детям, так и взрослым. Остановимся на некоторых из них.

Более привлекательным для подростков, особенно девочкам, является упражнение «Карта моего сердца», автором идеи которой является - американская поэтесса и писательница Джорджия Хёрд. Техника является универсальной, одной из множества целей является создание условий для самораскрытия, развитию эмоционального и социального интеллекта. «Карту» возможно использовать как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Еще одно универсальное арт-терапевтическое упражнение «Рисуем эмоции линиями», которое возможно использовать и в диагностических и терапевтических целях, а также в индивидуальной и групповой работе. Основная цель техники – развитие эмоционального интеллекта.

Уникальным арт-терапевтической техникой является техника совместного рисования. Данный прием можно использовать с подгруппами детей (не более 6 чел.), с семьей, с эмоционально закрытыми детьми. Задача участников при ТСР – выполнить совместный рисунок по правилам в заданном темпе.

Техника «Мандала» (модификация Е. Тарариной), более объемная по сложности в отличие от предыдущих приемов. Основная цель – позволить проявиться разным чувствам, которые наполняют внутреннее пространство человека. Мандалотерапия имеет диагностические и терапевтические критерии.

Так же подростки охотно рисуют свои эмоциональные состояния, делятся переживаниями, страхами, рассказывают о себе на тематических занятиях. Арт-терапия – это эффективный, доступный, безопасный, интересный метод специальной психологической коррекции, которая также

может быть применима в домашних условиях. Реализовать свой потенциал и прийти в результате к гармонии с собой по силам каждому – особая подготовка для занятий арт-терапией не требуется.

Список литературы

1. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. СПб.: Питер, 2001. 448 с.
2. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. СПб.: Речь, 2007. 368 с.
3. Татарина Е.В. Практикум по арт-терапии. Луганск: Элтон-2, 2013. 160 с.

*Мусина Анна Александровна, педагог-психолог
Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №15»
структурное подразделение «Детский сад» г. Соликамска*

Теоретический ликбез

«Профилактика социально опасного положения в ДОУ»

Аннотация: в данной статье представлен опыт работы с педагогами дошкольного учреждения по профилактике социально-опасного положения детей в ДОУ, рассматриваются теоретические аспекты данной темы через использование технологии «органайзер».

Увеличение числа случаев жестокого обращения с несовершеннолетними, в том числе и с детьми дошкольного возраста, социально-экономическая нестабильность современного общества способствует росту числа семей, с трудом справляющихся с воспитательными функциями обуславливает важность своевременного

выявления социально-опасного положения детей в ДООУ и поддержки родителей.

«Семья группы риска социально опасного положения» – семья, которая в силу различных жизненных обстоятельств испытывает затруднения в воспитании ребенка и/или недолжным образом осуществляет его воспитание, что сказывается на поведении ребенка, приводит к нарушениям в его развитии, а также риску социально опасного положения и социального сиротства для несовершеннолетнего [2].

К группе риска социально-опасного относят следующие категории семей с детьми:

Семьи, имеющие детей-инвалидов до 7 лет.

Семьи с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей - семьи опекаемых детей, замещающие, патронатные семьи, в которых проживает воспитанник ДООУ, оставшийся без попечения родителей, а также семьи, где ребенка воспитывает бабушка и идет процесс передачи ей опеки над несовершеннолетним по различным причинам (лишение матери и/или отца родительских прав, проживание матери и/или отца отдельно от ребенка в другом городе, другой стране).

Семьи, использующие неконструктивные методы воспитания: факты физической агрессии родителей по отношению к ребенку (шлепки, подзатыльники, пинки, интенсивное встряхивание ребенка, после чего наблюдается скованное состояние ребенка, плачь, ответная агрессия и т.п.); факты вербальной агрессии (оскорбления, крик, запугивание ребенка родителем); пренебрежение основными нуждами ребенка (родитель оставляет ребенка и уходит, не оказывает необходимой помощи ребенку в процессе одевания и раздевания, чем вызывает плач, агрессию ребенка).

Неблагополучные семьи - которых один из родителей злоупотребляет алкоголем, часты ссоры, скандалы, конфликты. При этом, как правило, наблюдается запаздывание психического развития и/или нарушения в развитии эмоционально-личностной сферы несовершеннолетнего.

Семьи, нарушающие условия договора с ДООУ. Родители систематически поздно забирают ребенка из ДООУ, приходят за ребенком в нетрезвом состоянии, эпизодически одевают ребенка не по сезону и/или в грязную одежду, т.д.

Семьи в ситуации развода, в связи с этим наблюдается запаздывание психического развития несовершеннолетнего и /или нарушения в развитии эмоционально-личностной сферы.

Семьи, имеющие в своем составе инвалидов (родители) и детей до 7 лет. Один или оба родителя из данной категории семей группы риска должны иметь справку об инвалидности. Родители, имеющие группу инвалидности, зачастую сами испытывают трудности в уходе за ребенком, и нуждаются в помощи. Сам ребенок может иметь задержки в развитии и нуждаться в индивидуальном сопровождении [4, с. 15].

Важным моментом является проведение мониторинга социального статуса семей, по результатам которого оформляется регистр детей или социальный паспорт дошкольного учреждения.

Таблица 1.

| Полная семья | Многодетная семья | Семьи, нуждающиеся во внимании | | | |
|--------------|-------------------|--------------------------------|--------------------------|----------------|----------------|
| | | СОП | Семьи «группы риска СОП» | Опекаемые дети | Неполные семьи |
| 223 | 11 | - | 5 | 3 | 33 |

Для организации работы по сопровождению детей из семей, находящихся в социально-опасном положении, необходимо заполнение следующей документации:

1. Социальный паспорт, акт обследования жилищных условий.
2. Индивидуальный план медико-психолого-педагогического сопровождения развития детей и семей, находящихся в социально-опасном положении – это план коррекционных, реабилитационных и педагогических мероприятий, набор, количество и последовательность которых будут для

каждой семьи индивидуальными, в зависимости от нужд, потребностей и согласия семьи на участие в них.

В план могут быть включены следующие направления деятельности (как пример): диагностика психического развития ребёнка; организация коррекционно-развивающей работы педагогом-психологом (развитие познавательных процессов, коррекция агрессивного поведения, тревожности, замкнутости, развитие коммуникативных навыков и др.); диагностика уровня речевого развития и звукопроизношения учителем-логопедом; оказание консультативной помощи всеми специалистами ДОО семье ребёнка в решении проблем, возникающих в процессе семейного воспитания, гармонизация детско-родительских отношений; направление на консультацию к врачам-специалистам (невропатолог, ортопед, и т.д.); привлечение к конкурсному движению; бесплатные кружки для ребёнка и т.д. [3, с. 32].

Данный план, оформляется на все категории семей, а именно СОП, группы риска СОП, опекаемые дети и неполные семьи. Для неполных семей может быть как индивидуальный, так и общий план сопровождения.

3. Лист наблюдений за семьей.

В конце учебного года в детском саду проводится анализ результатов социально-психологического сопровождения детей из семей группы риска СОП, определяется список детей, нуждающихся в продолжении коррекционно-развивающей работы в следующем учебном году.

Список литературы

1. Социально-психологическое и педагогическое сопровождение воспитанников, оказавшихся в трудной жизненной ситуации [Электронный ресурс]. URL: <https://uchitelya.com/pedagogika/171024-socialno-psihologicheskoe-i-pedagogicheskoe-soprovozhdenie.html> (дата обращения 27.08.2020).

2. Склюева Т.А. Социальные технологии: работа с семьей, находящейся в социально опасном положении. Тюмень: ГУСО «Областной центр социальной помощи семье и детям», 2004. 45 с.

3. Целуйко. В.М. Психология неблагополучной семьи. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. 272 с.

*Пешкина Оксана Николаевна, педагог-психолог, кризисный психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Перми*

Оказание психологической помощи подростку с суицидальной активностью в рамках краткосрочного кризисного консультирования: описание алгоритма работы

Аннотация: Суицид – преднамеренное лишение себя жизни. Сегодня суицид занимает третье место в перечне самых распространенных причин детской смертности. Статья представляет собой обобщенный опыт работы с подростками, совершившими суицидальные попытки, в описании работы конкретного случая по индивидуальной программе психолого-педагогического сопровождения.

Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с окружением. Подросток активно ведет поиск своего «Я». Это может сопровождаться чувством неуверенности в себе, неверием в ценность собственной личности. Подростки являются особенно уязвимыми, потому что кризис может перерасти в суицидальную ситуацию. Индивидуальная программа психолого-педагогического сопровождения подростка и семьи разработана согласно положениям краткосрочного кризисного консультирования:

ограниченное количество времени (до 10 консультаций), наличие запроса, конечного результата, критерии эффективности. Краткосрочное кризисное консультирование семьи направлено на оказание экстренной психологической помощи в преодолении острой кризисной ситуации.

Основные этапы работы: первичная консультация подростка и родителей, разбор случая, сбор анамнеза развития ребенка, изучение социально-психологической обстановки, изучение семейной ситуации, детско-родительских отношений (составление семейной генограммы, анализ структурных характеристик семьи с позиции системного подхода), формулирование цели, задач, предполагаемых результатов работы, составление расписания консультаций/занятий, отслеживание динамики, разработка рекомендаций. Примерные задачи программы: выявить причины поведенческого реагирования совершенного действия суицидальной активности; развивать умение распознавать свои эмоциональные состояния, формировать стратегии совладания; содействовать осознанию внутренних и внешних ресурсов, способствовать налаживанию детско-родительских отношений; содействовать выстраиванию будущих планов. В зависимости от каждого конкретного случая, задачи варьируются, конкретизируются.

Примерный краткий анализ семейной ситуации. Семья полная: отец, мать, двое детей – клиент (девушка 17 лет), младшая сестра, 2,7 года. Мать – основной источник дохода в семье, отец был зависим (алкоголь), на момент обращения находился в состоянии ремиссии, периодически подрабатывал. Мать основное внимание уделяет младшей дочери. Отец: со старшей дочерью контакт потерял в связи с ее вступлением в подростковый возраст (конфликты, отчуждение, физическая агрессия), с младшей дочерью – близкие отношения. По данным генограммы матери и отца можно сделать выводы о повторении семейных сценариев в выстраивании отношений и связей между членами данной семьи. По анализу структурных характеристик выявлены следующие особенности. Нарушены родительские элементы семейной структуры, есть индивидуальная подсистема –

отец/младшая дочь. Семейные связи – разобщенные, разделенные. Степень открытости для контактов с внешним миром умеренная. Наблюдаются признаки ригидности семейной системы. Нарушены возможность открыто обсуждать проблемы и совместное осмысление, распределение заданий в семье, искренняя привязанность. Не полностью решенные задачи нескольких этапов семейного развития – эмоциональное переструктурирование семьи после рождения младшей дочери, укрепление стрессоустойчивости семьи как системы, установление отношений надежной привязанности между подростком и отцом, между подростком и младшей сестрой. Семейные правила четкие, ригидные. Требования и ожидания несогласованные. Семейные ценности осознанные, но частично отвергаемые.

По окончании реализации программы в динамической характеристике указываются основные достигнутые результаты согласно поставленным задачам. Например, изменения у клиента в данном кейсе. Более открыта в общении. Научилась принимать помощь от небольшого круга близких людей. Общее эмоциональное состояние стабилизировалось: наблюдается в мимике, в телесных позах (меньше скованности и напряженности). Проявляет больше положительных эмоций, изменила внешность. К окончанию курса занятий определилась с выбором будущей специальности, поступила в новое учебное заведение. С отцом отношения стали немного ближе (прекращение острых конфликтов, одно совместное семейное мероприятие). Мать начала больше внимания уделять старшей дочери (клиенту), устраивая совместные прогулки вдвоем только с ней; состояние матери также стабилизировалось (ослабление чувства вины).

Список литературы

1. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. СПб.: Речь, 2006. 144 с.

2. Таранова Е.А. Семья как фактор, влияющий на формирование аутоагрессивного, суицидального поведения в подростковом возрасте // Научные ведомости Белгородского Государственного Университета. 2010. N 10. С. 2-4.

3. Услуга «Краткосрочное кризисное консультирование семей» / под ред. М. О. Егоровой. М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения. 2013. 82 с.

4. Шыхалиев А.Л. Дополнительные материалы к проекту «Практическое применение метода «Генограмма» в деятельности психологов». [Электронный ресурс] URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_4204.pdf (дата обращения: 29.10.2019).

*Руденко Елена Анатольевна, педагог-психолог,
Воробьева Татьяна Ивановна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сивинская средняя общеобразовательная школа»*

Психологический интерактив

«Родительская любовь, начало - начал»

Аннотация: Материалы интерактива предназначены для работы специалистов с семьями, имеющими статус «Группа риска» и СОП. Могут быть использованы как целостный тренинг, так и отдельными упражнениями.

Целью работы, проводимой в тренинге, является: развитие умения анализировать свое родительское поведение, актуализировать положительные формы проявления любви к ребенку.

1. Приветствие. С самого рождения человек попадает в общество. Первым окружающим ребенка миром, начальной единицей общества является семья, где и происходит закладывание основ личности. Отношения родителей с ребенком, так же, как и с каждым человеком, глубоко индивидуальны и неповторимы. Лучшим средством воспитания правильных отношений является личный пример отца и матери, их взаимное уважение, помощь и забота, проявления нежности и ласки и любви. И сегодня мы с вами зададимся вопросом о том, что же такое «родительская любовь».

2. Упражнение «Знакомство» – написание бейджей (именных карточек).

3. Упражнение «Незаконченное предложение». Каждому родителю предлагают закончить предложение: «Родительская любовь – это ...». Родителям по кругу передается мяч, и они проговаривают свою версию конца предложения.

4. «Солнышко любви». Все считают себя любящими родителями, и это вполне естественно. Мы действительно обожаем своих детей, и лучшее подтверждение этому то, что мы чувствуем в душе постоянную любовь. Но детям важно еще одно — как мы проявляем это чувство.

- Подойдите к столу и выберите себе то, как можно проявить свою любовь к ребёнку.

- Теперь в группе обсудите свои проявления родительской любви. На чистой полоске допишите, что бы вы ещё добавили от своей группы.

- Давайте поделимся вашими находками со всеми. На доске нарисован центр солнца. А лучами будут полоски, которые вы писали. Это тепло, которым вы согреваете своих детей. Начинает первая группа. Она прикрепляет к солнышку 1 лучик, следующая группа продолжает, прикрепляя другой лучик. Избегаем повторов.

Комментарий к упражнению: - Считается, что ежедневно 5 объятий - для выживания, 10 - для поддержки и 15 - для роста и развития ребенка.

Наилучший результат достигается тогда, когда объятия используются в нужный момент в течение всего дня.

- Контакт глаз — это возможность проявить теплые чувства друг к другу.

Младенцы, лишённые любящего взгляда матери, чаще болеют, хуже развиваются.

- Уголок родительских коленей спасает ребенка от любой ребячьей беды.

5. Упражнение «Обратка». Родителям выдается таблица с первым и вторым столбиком, третий загнут. Затем участники отвечают на вопросы, ответ записывают во втором столбике. Далее разгибается третий столбик с «обраткой». Родители читают и осмысливают полученный результат.

| Вопросы | Ответы | Обратка |
|--|--------|--|
| 1. Три выдающихся качества твоего папы: | | 1. Благодаря вам я становлюсь: |
| Три выдающихся качества твоей мамы | | |
| 2. Что мы делали с папой без мамы | | 2. Мой дух испытывает великую радость от того, что со своими детьми я могу |
| Что мы делали с мамой без папы | | |
| 3. Подвиг твоего папы | | 3. Смотря на своих родителей я не задумываясь готова |
| Подвиг мамы | | |
| 4. Самое болезненное чувство в опыте отношений с папой | | 4. Вы показали мне, от чего я должна защищать своих детей, это мои: |
| Самое болезненное чувство в опыте отношений с мамой | | |
| 5. Что в детстве тебе не хватало в отношениях с папой | | 5. Теперь я понимаю, что могу привнести в свою семью |

| | | |
|--|--|--|
| Что в детстве не хватало в отношениях с мамой | | |
| 6.Когда ты был очень счастлив с папой | | 6. Папа и мама, я уже счастлива просто вспоминая: |
| Когда ты был очень счастлив с мамой | | |
| 7.Что только тебе передал твой папа | | 7. Вы передали мне, и я стремлюсь передать вашим внукам – своим детям. |
| Что только тебе передала твоя мама | | |
| 8.Ценность, которую своим примером несет твой папа | | 8. Благодаря вам в моем сердце я несу: |
| Ценность, которую несет твоя мама | | |

Рефлексия к упражнению: «Закончи предложение»

- В ходе выполнения этого упражнения я осознал (ла) что ...

6. Упражнение «Банка жизни». Цель: помочь осознать ответственность за воспитание ребёнка.

У каждого человека в жизни есть возможность добиться успеха. Но этот процесс во многом зависит от его родителей. Потому, что родители ответственны за воспитание своего ребёнка. И сейчас мы проведём эксперимент, демонстрирующий это.

1. На стол ставится банка из прозрачного стекла. В неё родители кладут теннисные мячики, и задается вопрос:

- Банка полная?

2. Родители по очереди кладут в банку доверху разноцветные камушки, и задается вопрос:

- Банка полная?

3. Родители по очереди насыпают в банку доверху песок, и задается вопрос:

- Банка полная?

4. Психолог берёт воду и наливает её в банку сколько войдёт.

Теперь посмотрим значение тех предметов, которые мы клали в банку.

- Банка символизирует ребёнка.

- Теннисные мячики – это всё самое важное в жизни человека

Рефлексия к упражнению: – В ходе этого упражнения я понял(ла), что ...

7. Рефлексия «Ладони». Участникам предлагается обвести на листок свою ладонь и раскрасить каждый палец в соответствии с представленным ниже значением.

Мизинец (практическая значимость) – вы узнали что-нибудь полезное?

Красный цвет – ничего не узнал;

Зеленый – мало узнал;

Желтый – много узнал;

Безымянный (удовлетворенность) – понравилась ли сегодняшняя встреча?

Красный цвет – не понравилась;

Зеленый – немного понравилась;

Желтый – очень понравилась;

Средний (эмоциональное состояние) – какими вы были на встрече?

Красный цвет – грустным;

Зеленый – спокойным;

Желтый – радостным;

Указательный (наиболее удачного) – вас что то, сегодня особенно зацепило?

Красный цвет – ничего не зацепило;

Зеленый – не все зацепило;

Желтый – все зацепило;

Большой (тематика последующих встреч) – хотели бы вы еще встретиться с нами?

Красный цвет – нет;

Зеленый – не знаю;

Желтый – да.

Психологическое сопровождение семьи в период переживания горя

Аннотация: Выбранная статья актуальна тем, что утраты и потери в нашей жизни неизбежны, они являются частью человеческого существования. Смерть близких людей, потеря работы, развод, потеря здоровья, список можно продолжать и дальше. Чем старше мы становимся, тем чаще мы сталкиваемся с ситуациями утрат. И к этому невозможно привыкнуть. Наши детские иллюзии о том, что мир бесконечен и стабилен, в какой-то момент разрушаются.

Наверняка многим знакомо это чувство неловкости, когда не знаешь, что сказать, как себя вести или бессилия от того, что делать. Как же помочь страдающему человеку и оказать нужную поддержку и помощь?

Клиент обратился с запросом: полгода назад произошло травмирующее событие, в их семье умер младший ребенок. На первой встрече, в ходе разговора клиент пребывал в эмоционально неустойчивом состоянии, рассказывая ситуацию о травмирующем событии, как внезапно, неожиданно умер маленький ребенок. Он плакал, успокаивался, молчал, пытался сконцентрировать себя на разговоре, снова плакал. В разговоре был поглощен образом умершего, говоря о том, что пережить это нельзя. Что ничего неохота делать, постоянно чувствует слабость, испытывает сильную боль, страдания, одиночество. С другими членами семьи стали холодные отношения, каждый сам по себе.

Запрос клиента (для меня): клиент застрял на одном из этапов проживания горя, «фаза острого горя». На первой встрече важно установить

доверительные отношения с клиентом, чтобы не случилось «сопротивления» и договориться о следующей встрече.

На второй встрече, необходимо дать клиенту выговориться и почувствовать атмосферу присутствия и понимания. Поэтому принцип диалога был такой: говорить об умершем, причине смерти и чувствах в связи с происшедшим. Спрашивать об умершем, слушать воспоминания о нем, рассказы о его жизни, даже если они неоднократно повторяются. Задавались вопросы: «На кого он был похож?», «Можно ли увидеть его фотографии?», «Что он любил делать?», «Что вы сейчас вспоминаете о нем?» и т.п. Здесь важно, чтобы, клиент почувствовал поддержку, что он услышан.

Горе накладывает отпечаток и на отношения с окружающими. Здесь может наблюдаться утрата теплоты, раздражительность, желание уединиться. Выражаться в форме негодования, агрессивности и враждебности не только по отношению к себе, но и к окружающим, близким. Исходя из представленных отношений в семье, после смерти ребенка, клиент, переживает страдания тоски по умершему, уход в себя и глубокого погружения в правду потери. Находясь в «фазе острого горя», видимая картина представляется эмоциональным разрывом в отношениях с другими членами семьи. Поэтому следующие мои поставленные задачи: работу направить в принятии реальности потери, не только разумом, но и чувствами. Создать новую идентичность, занять свое место в этой жизни, принять потерю. Перенести энергию с потери на другие аспекты жизни (поиск ресурсов, обращение в реальность).

Далее, дать возможность клиенту проработать горе в его темпе. Попробовали наметить цели, задачи, распознание имеются ли планы, ощущения внутренние свои, других, об отношениях с другими членами семьи, их роль в их взаимоотношениях, чем они могут друг другу помочь. К концу нашего разговора, возвращение к обычной жизни и воссоздали несколько жизненных смыслов.

На последующих встречах мне было важно понять, что происходит с клиентом, что он чувствует. Что именно он потерял с потерей ребенка, какие надежды, ожидания, мечты, возможности, планы, картину будущего, представления о себе. Важно назвать все эмоции, проговорить страхи: страх смерти, страх одиночества, страх будущего, страх винить себя в случившемся и т.д. Попросила описать, где в теле он чувствует свою боль или горе, какие они - по размеру, плотности, температуре, положению, подвижности, цвету. У клиента сложился образ «тяжелый камень придавил сердце», превращение как бы в статую, неподвижную, которая ничего не чувствует. После чего попробовали приподнять сначала камень, получилось, потом сбросить, сбросить и почувствовать теперь другие эмоции. По завершению клиент, сказал, что теперь эту пустоту, вместо камня, надо чем-то заполнить. И тут я поняла, что появилась реакция к действию, а это значит можно двигаться дальше, перенести энергию потери на другие аспекты жизни.

Следующая задача: формирование новой идентичности, нового «Я». Важно было, чтобы клиент, принял себя, понял, что, пережив утрату, человек становится немного другим. Чтобы образ умершего ребенка занял свое постоянное место в продолжающемся смысловом круговороте жизни. В конце нашей встречи, я была приятно удивлена, клиент, сказал: «Надо продолжать жить!». Что они начали делать ремонт в квартире. Что совместная деятельность, занятость, снова начинает их объединять.

Итог наших встреч, клиент, принял реальность потери, причем не только разумом, но и чувствами; пережил боль через потерю; переосмыслил отношения с умершим ребенком; смог обратиться в реальность; появились взгляды на будущее.

Список литературы

1. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. Академический проект, 1999. 240 с.

2. Черепанова Е.М. Психологический стресс: помощи себе и ребенку. М.: Изд. центр «Академия», 1997. 96 с.
3. Шефов С.А. Психология горя. СПб.: Речь, 2006. 144 с.

*Сысоева Анастасия Степановна, педагог-психолог
Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Лицей №3» г. Пермь*

Тренинговое занятие для подростков по развитию толерантности в многонациональных классах

Аннотация. В работе описан опыт работы педагога-психолога с подростками из многонациональных классов, где зачастую остро стоит вопрос о толерантном взаимоотношении среди сверстников. Основная задача такой работы состояла в развитии социальной восприимчивости, эмпатии в процессе межличностного общения. Данный практикум способствует профилактике буллинга, трудностей в адаптации, поддержанию психологически безопасной атмосферы в школе.

Ход занятия.

Здравствуйте, сегодня тема нашего занятия Толерантность. Но я не буду раскрывать значение этого слова, а вы сами в конце занятия попробуете сказать, что означает это слово.

Упражнение «Будем знакомы!»

Каждый из вас сейчас получит лист-опросник, который состоит из 15 вопросов по самым различным темам. За десять минут попытайтесь встретиться с максимальным числом ребят. Представившись каждому новому собеседнику, задайте ему вопросы из анкеты.

| Имена | Вопрос |
|-------|--|
| | Кто проживает в той же стране, где он родился? |

| | |
|--|--|
| | Кто мечтает завести собаку? |
| | Кто говорит более чем на двух языках? (Каких?) |
| | Кто знает, что такое хинкали? |
| | Кто растет в семье, где более трех детей? |
| | Кто любит рисовать? |
| | Кто знает что такое намаз? |
| | Кто любит суши и роллы? |
| | Чьи родители являются представителями разных этнических групп? |
| | Кто умеет доить корову? |
| | У кого любимый урок физкультура? |
| | Кто знает, что означает его имя (какое значение?) |
| | У кого в семье есть традиции (какие?) |
| | Кто любит рыбалку? |
| | Для кого друзья ближе, чем родители |

По окончании задания педагог предлагает игрокам рассказать о процессе опроса, о том, что нового узнали о ребятах.

Упражнение «Ролевые ситуации»

Как же мы все похожи и в то же время, какие мы разные. В школе, как и везде, есть и маленькие, и большие, худые и полные. Почему мы иногда смеемся над ними. Потому что мы их боимся, мы не хотим делиться или мы не уверены в себе. Быть толерантным – означает уважать других, невзирая на различия. Это означает быть внимательным к другим и обращать внимание на то, что нас сближает. Давайте попробуем проверить себя, проявляем ли мы толерантность. Вам нужно разделить на группы по 2-3 человека, каждый из вас получит ситуацию. Обсудите ее и решите, как бы вы поступили.

| | |
|--|--|
| <p>Первоклассник медленно заходит в столовую.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ты помогаешь ему зайти и придерживаешь дверь. 2. Вежливо ждешь, но думаешь: «Ползет, как черепаха». 3. Ты отталкиваешь его, чтобы обогнать. | <p>Расул недавно перешел к вам класс из другого города. Он с акцентом говорит по-русски.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ты постарайся разговаривать с ним, копируя акцент. 2. Ты будешь сторониться его. 3. Ты познакомишься с ним и расскажешь про ваш класс и школу. |
|--|--|

| | |
|---|--|
| <p>Лена пришла в школу в новом платье. Одноклассницы спросили, где она его купила. Она ответила, что это платье её сестры.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ты не станешь больше с ней дружить, она бедная. 2. Ты принесешь ей свою одежду, Лене она нужнее. 3. Ты поддержишь её, рассказав, что носить одежду своих сестер – это совершенно нормально. | <p>Зарина – мусульманка. Она всегда носит длинные юбки и не ест в школьной столовой.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ты стараешься смешно обыграть это. Придумывая как можно больше шуток. 2. Ты попытаешься уговорить девочку питаться в столовой. 3. Ты поинтересуешься почему она сделала такой выбор. |
|---|--|

Вопросы на обсуждение:

1. Всегда ли вы поступаете также, как ответили?
2. Замечали ли Вы похожие случаи, когда ваши знакомые вели себя иначе? Как вы думаете, почему люди ведут себя именно таким образом?
3. Какие чувства могут быть у ребят из ситуаций? Что можно сделать, чтобы таких ситуаций не возникало?

Упражнение «Символ толерантности».

Мы сегодня много говорили о толерантности. Так что же это такое? (ученики дают свои ответы). Давайте вместе попробуем записать на доске 5 правил Толерантности. Варианты правил: уважать мнение других, принимать других такими, какие они есть, относиться бережно к чувствам людей, быть доброжелательным и т.д. Далее участникам предлагается пофантазировать и создать эмблему толерантности, которая могла бы печататься на обложках тетрадей, баннерах, буклетах.

Ребята, вы большие молодцы! Сегодня мы говорили о толерантности: вы изучали друг друга, задавая разные вопросы, разобрали различные ситуации и поискали выходы из них, ну и в конце, мы определили, что же такое есть толерантность и придумали ее символ.

Вопросы на обсуждение:

1. Что вы сегодня нового узнали?
2. Понравилось ли вам занятие?

3. С какими мыслями вы сегодня уходите с занятия?

Список литературы

1. Кипнис М.Ш. Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. М.: АСТ, 2019. 637 с.
2. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. М., Генезис, 2006. 336 с.

*Тычинина Ольга Александровна, педагог-психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,
Чайковский филиал*

Интерактивная игра:

Учимся играя или как вести себя в трудных ситуациях

«Разговор при встрече»

Аннотация: Современные подростки сегодня оказались одновременно и на своем возрастном рубеже, и на сложившемся так называемом «перекрестке эпох», что не может не вносить определенных изменений в традиционное понимание особенностей современного подростка. Общество сильно поменялось и продолжает меняться. Сегодня уже изменились нормы и ценности, не только социально-экономические, но и психологические, претерпели изменения общие модели поведения, которые должен освоить молодой человек. Построение межличностных отношений, идентификация и осознание роли интенсивных, быстро сменяющих друг друга эмоций занимает особую роль в подростковом возрасте, являясь важной возрастной потребностью и одновременно сложностью этого периода жизни. Однако недостаток непосредственного межличностного взаимодействия, приоритет досуга, связанный с работой на

компьютере, в сети Интернет, высокая интеллектуализация при недостаточном развитии эмоциональной сферы снижает уровень эмоционального интеллекта современных подростков.

Задачей психолого-педагогического сопровождения в этой ситуации становится повышение осознанности подростка в областях своих сильных и слабых сторон, индивидуальных тактик в решении отдельных жизненных задач и выстраивании системы приоритетов, которые будут опосредованно влиять на достигаемые результаты, в повышении эффективности социальной среды подростка. Умение находить решения нестандартных задач, системно подходить к решению проблем, управлять своим эмоциональным состоянием, сотрудничать в виртуальной среде - ожидаемые результаты долгосрочного проекта «Развитие эмоционального интеллекта (EQ) у подростков 12-13 лет как основы для формирования универсальных надпрофессиональных навыков (Soft skills)», участниками которого являются подростки 12-13 лет, педагоги, родители, специалисты Чайковского филиала ГБУПК «ЦППМСП».

Проект состоит из 4 образовательных модулей:

Все мероприятия в рамках проекта могут проводиться как в режиме очных встреч, так и онлайн формате, что особенно актуально в период пандемии.

Модуль «Коммуникация» представлен в формате большой интерактивной игры и направлен на формирование и развитие навыков отношений (relationship skills).

Игра «Разговор при встрече» состоит из теста, игр и упражнений, которые направлены на умение взаимодействовать с людьми, управлять их эмоциями, улаживать конфликты, работать в команде или возглавлять ее.

Встречи позволяют эффективно решать коррекционно-развивающие задачи. Богатые и разнообразные задания дают возможность по - новому подойти к определённым вопросам социально-коммуникативных навыков у подростков. Игры и упражнения могут быть использованы учителям -

дефектологами, педагогами - психологами, учителями, соц. педагогами для организации коррекционно-развивающей работы с детьми подросткового возраста.

Данная игра позволит улучшить взаимодействие со сверстниками и взрослыми, увеличит возможность использовать речь для того, чтобы излагать мысли так, чтобы тебя правильно понимали; договариваться.

Структура интерактивной игры. Освоение коммуникативных навыков состоит из игр. При работе у вас, возможно, возникнет вопрос: насколько точно нужно следовать предложенной структуре при работе с детьми? Например, насколько важно проходить все ступени последовательно и точно так, как здесь описано?

Впервые следуя предложенной структуре, вы должны стремиться проходить ступени более или менее так, как это изложено в методическом пособии.

Однако, когда вы уже достаточно хорошо ознакомитесь с ними - когда у вас появится внутреннее ощущение того, что вы освоились с методикой, - тогда вы можете начать импровизировать и искать свой собственный путь ее применения. Игра содержит следующие разделы:

1. Игра «Что делать, если...?»
2. Тест В. Шиманской «Коммуникация»
3. Игра «Бинго»
4. Расскажи о себе «Две правды – одна ложь»
5. «Слова поддержки»
6. Как реагировать на обидные высказывания
7. Не давай повода
8. Скажи без «не»
9. Хочу или должен
10. Человечки на дереве

Список литературы

1. Гоулман Д.; Эмоциональный интеллект. М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.

2. Керпен Д. Гений коммуникации. Искусство притягивать людей и превращать их в своих союзников. 11 навыков эффективного общения. ООО «Издательство «Эксмо», 2019. 355 с.

3. Шиманская В. Коммуникация. Найди общий язык с кем угодно. ООО «Альпина Диджитал», 2020. 110 с.

*Федосеева Наталья Михайловна, учитель-логопед
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,
Кочевский филиал*

«Секреты» уздечки

Аннотация: В статье описывается система коррекционно-логопедической работы, позволяющая сформировать у школьников устойчивые навыки плавной речи и поведения. Задача состоит в том, чтобы учесть нарушения анатомического строения артикуляционного аппарата, при создании условий, призванных устранить трудности в речи учащихся. Увеличить подъязычную уздечку. Особенность данной работы – исправить речь ребенка с 1 года, при условии работы над растягиванием уздечки.

С точки зрения анатомии уздечка представляет собой складку кожи, которая призвана ограничить физическую активность любого органа. Она имеется в полости рта, расположена на его нижней поверхности.

В старшем возрасте родители сами могут заподозрить укорочение уздечки языка по следующим признакам: ребенок не может облизать губы, достать языком до верхних зубов, высунуть кончик языка изо рта. Длина уздечки у взрослого обычно не превышает трех сантиметров ее параметры и расположение не мешает движению тела у большинства людей. У ребенка

5 лет связка в растянутом состоянии должна быть не менее 8 мм. При выявлении короткой уздечки в детстве, врач рекомендует урезать, чтобы избежать потенциальных проблем в будущем. Аномалии развития могут привести к негативным последствиям, поэтому нежелательно откладывать визит к специалисту.

Короткая подъязычная связка:

1) может вызывать затруднение движений языка, и не дает ему возможности высоко подниматься. В этом случае страдают так называемые "верхние звуки", т.е. нарушается произношение таких звуков, как Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь;

2) патологии прикуса;

3) может быть и причиной нарушения дикции. Дикция – это ясность, разборчивость произнесения.

Что нужно сделать?

1) Хирургическое вмешательство

2) Растяжка подъязычной связки.

Даже если уздечка несколько укорочена (равна 8 мм), то лучше ее растягивать, чем оперировать. Начинать растягивать уздечку нужно, как можно раньше. Существует комплекс упражнений на растягивание подъязычной уздечки. Существуют традиционные и нетрадиционные способы. Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста. Превратите все в игру. Тогда Ваш ребенок с пользой и с удовольствием проведет время. Если провели операцию на подъязычную уздечку, то нужно обратиться к логопеду для дальнейших комплексных упражнений. И нужно проводить артикуляционную гимнастику, как можно чаще тренируя язык и губы. Упражнения, описанные в статье нужно проводить и после операции на подъязычную уздечку.

Артикуляционные упражнения для растягивания уздечки языка:

«Маляр». Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

«Лошадка». Улыбнуться, открыть рот. Пощёлкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострён. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

«Грибок». Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы в улыбке.

«Барабан». Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д-Д-Д.

Взять столовую ложку, обмакнуть в мёд и дать облизать ребенку, но ложку следует поднимать выше и выше.

Взять карандаш или круглый предмет (стерильный) высунуть язык и положить предмет сначала наверх языка, сам язык загнуть за верхние зубы. Прodelать похожее упражнение, только предмет приставить снизу языка и загнуть язык за нижние зубы.

Массаж уздечки языка. Показать нужно родителям, чтобы проводили в домашних условиях. Рот открыт. Указательным и большим пальцами скользить по уздечке снизу вверх. Сделать это будет трудно, но частота упражнений натренирует язык подниматься вверх.

Еще один прием: На кончик языка натянуть резиновое кольцо. При открытии широко рта, кончик языка прижимается к нёбу, затем закрывает рот. При споре по данному вопросу, специалисты не пришли к единому мнению. Но важно помнить, что надо следовать советам специалиста. Если успешны дети, значит, счастливы родители!

Список литературы

1. Полякова М.А. Самоучитель по логопедии. Универсальное руководство. М., 2007. 202 с.

Настольные игры в практике педагога-психолога

Аннотация: Настольные игры являются одной из инновационных форм деятельности педагога-психолога, данная статья демонстрирует преимущества их использования для достижения диагностических и коррекционно-развивающих целей в работе школьного педагога-психолога.

Что есть игра для человека? Игра – неотъемлемая часть нашей жизни, о ее важности сказано немало. Когда человек играет, он развивается, учится, познает себя, свои возможности и окружающее пространство.

Игра позволяет удовлетворить естественную потребность детей в сильных и целостных эмоциональных переживаниях, дает возможность отреагировать различные волнения и трудности, научиться контролировать и регулировать свой внутренний мир. Давно известно, что игра является одним из средств социализации, с помощью игры мы не только можем эффективно подать материал, но и помочь в его усвоении. С помощью игр дети узнают, что значит правила. Учатся проигрывать (то есть учатся пониманию, что не всегда во всем можно быть первым).

Настольные игры – это не только веселый досуг, они способствуют развитию интеллекта и когнитивных способностей ребенка, с их помощью можно решить важные проблемы детей, поэтому в настоящее время они становятся все более популярным инструментом в работе психолога.

Настольная игра – игра, основанная на манипуляции относительно небольшим набором предметов, которые могут целиком разместиться на столе или в руках играющих. Это делает её выгодной с точки зрения экономии пространства для занятий. Игры данной категории не требуют

активного перемещения игроков, наличия дополнительного сложного инвентаря или специальных сооружений, что тоже достаточно экономично.

Используя в своей работе возможности настольных игр, педагог-психолог создаёт обстановку, которая способствует снятию напряжения и созданию доверительных отношений между участниками в короткое время. Высокая активность, эмоциональная окрашенность, условность игры способствуют высокой степени открытости участников, обеспечивают чувство безопасности, а это означает, что ребенок отбрасывает в игре сознательную защиту, у него снижается тревожность, настороженность, он становится самим собой.

У тревожных, «проблемных» детей отмечаются трудности коммуникации: низкий уровень коммуникативной компетентности, неумение согласовывать свои действия с партнерами, отсутствие конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций, необщительность, замкнутость, социальная изолированность, повышенный уровень агрессивности. Такие учащиеся с трудом идут на контакт со взрослым человеком и особенно психологом.

Поэтому при осуществлении психологического сопровождения несовершеннолетних возникает необходимость подбора такой формы работы, которая была бы безопасна для них (т.е. знакома им по предыдущему опыту), увлекательна (содержала элементы соревновательности) и не назидательна (не включала прямые воспитательные наставления) [1].

Всем этим требованиям отвечают настольные игры, являющиеся для психологов, прежде всего, интересным и эффективным инструментом для работы, который может быть успешно применен как в индивидуальной, так и в групповой работе с подростками.

Настольные игры в работе педагога-психолога с несовершеннолетними выполняют следующие функции:

- диагностическая функция заключается в раскрытии переживаний ребенка, особенностей его характера и межличностных отношений. В игровом процессе выявляются некоторые стереотипы, модели поведения, неконструктивные установки, конфликты и привычные способы их разрешения;

- коррекционно-развивающая функция состоит в предоставлении ребенку возможности для самовыражения, осознания и отреагирования психоэмоционального напряжения, страхов. Игра способствует перестройке отношений, расширению жизненного кругозора, формированию навыков адаптивного взаимодействия, развитию многих психических функций, учит ребят организовывать и планировать собственную деятельность, соблюдать определенные правила. Благодаря игре закрепляются новые поведенческие навыки, способы взаимодействия с другими людьми, тренируются и закрепляются вербальные и невербальные коммуникативные умения [2].

В моей практике настольные игры стали интересным инструментом для работы с разной аудиторией, игры стимулируют и активизируют процессы внимания, памяти, мышления, воображения, развивают навыки взаимодействия и коммуникации, а обсуждение игрового процесса является мостиком для установления контакта и доверительных отношений для последующей работы с ребенком.

Список литературы

1. Громова Д.А. Настольные игры как современный инструмент работы психолога в сопровождении подростков // Современная психология: материалы IV Междунар. науч. конф. Казань: Бук, 2016. С. 16-19.
2. Капридова Е.А. Настольные психологические игры в работе школьного психолога // Образование и воспитание. 2018. N 5. С. 24-26.

Особенности адаптации подростка в замещающей семье

Аннотация: В начале любой истории про приемного ребенка лежит боль. Хорошо, когда история становится светлой, доброй, полной радости и любви. В данной статье мне хотелось бы поделиться опытом работы с клиенткой, попавшей в приемную семью и рассказать о том, как проходила ее адаптация к новой семье. Возможно, она поможет приемным родителям лучше понять и принять ребенка.

Каждый ребенок, лишившийся кровной семьи, конечно, нуждается в любви, внимании и ласке. Но когда дети попадают в замещающую семью, все оказывается не так просто. Процесс адаптации, несомненно, носит двусторонний характер. В данной статье мне хотелось бы поделиться опытом работы с клиенткой, попавшей в приемную семью и рассказать о том, как проходила ее адаптация к новой семье.

В литературе по психологии можно встретить описание стадий адаптации ребенка в замещающей семье. Первая стадия характеризуется как «Знакомство». Моя юная клиентка в возрасте пятнадцати лет, в силу жизненных обстоятельств, попала в приемную семью. И, как описано в литературе, первое время она испытывала удовольствие от своего нового положения. Приемные родители – люди в возрасте, готовые обогреть ребенка, дать ему любовь и ласку. Родная дочь выросла, уехала из родительского гнезда, завела свою семью. И, на первый взгляд, процесс адаптации шел успешно, никаких серьезных конфликтов не возникало. Конечно, случались периоды подъемов и спадов, тревог и волнений, но в целом было все благополучно.

И вот – вторая стадия. В литературе она называется «Возврат в прошлое». Данная стадия характеризуется чувством беспомощности, повышенной чувствительностью и признаками депрессии. У моей клиентки этот непростой период совпал с приездом кровной дочери и внучки приемных родителей. Наблюдая за отношениями родных людей, девушка заново ощутила всю боль потери своей семьи. Чувство грусти и тоски по близким нахлынули с новой силой. Никто из ее родственников не желал с ней общаться. Приемная мама, со своей стороны, тоже подорвала ее доверие, поделившись секретами девушки со своей дочерью. Кроме всего прочего, наблюдался чрезмерный контроль со стороны приемной матери. Не сумев справиться с эмоциями, моя клиентка приняла решение уйти из жизни, выпив лекарственные препараты.

К счастью, девушка осталась жива и, придя в себя, сама попросила помощи психолога. Первая встреча прошла в больнице, девушка оказалась очень контактной. Она взахлеб рассказывала свою непростую историю: плакала, улыбалась, грустила. К концу встречи отметила, что ей стало легче. Она охотно согласилась на курс занятий. Каждый день мы общались по телефону и в социальных сетях. Выше я упоминала о чрезмерном контроле со стороны приемной матери, по мнению девушки, это выражалось в запрете на поступление. Приемная мама подтвердила, что опасается отпускать девочку в большой город. Я предложила им выполнить упражнение «Плюсы и минусы». С обеих сторон плюсов в поступлении оказалось гораздо больше, и приемная мама согласилась на поступление.

Сегодня девушка является студенткой второго курса в колледже, у нее появились друзья, она очень изменилась внешне. Можно с уверенностью сказать, что наступила третья стадия «Привыкание» или «Медленное восстановление». Приезжая домой к приемным родителям в каникулы и выходные, она с удовольствием принимает активное участие в семейных делах.

Список литературы

1. Красницкая Г.С. Адаптация приемного ребенка в замещающей семье [Электронный ресурс]. URL: <http://www.uaua.info/> (дата обращения 31.08.2020).
2. Петрановская Л.В. Дитя двух семей. М.: Студио-Диалог, 2012. 102 с.

*Чедова Марина Леонидовна, педагог-психолог
Государственное бюджетное учреждение Пермского края
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,
Кочевский филиал*

Нервная анорексия. Психологические особенности больных анорексией

Аннотация: В статье рассматриваются психологические особенности лиц, страдающих нервной анорексией и особенности протекания данного вида заболевания.

Проблема нервной в последние годы приобретает все большую актуальность в связи с ростом числа случаев заболевания среди детей и подростков, а также недостаточной эффективностью лечебных мероприятий. Распространённость нервной анорексии в популяции составляет 1,2% среди женщин и 0,29% среди мужчин. Клиническая картина включает психические, эндокринные нарушения и расстройства пищеварения. Синдром нервной анорексии встречается при различных формах психических заболеваний.

Лечение пациентов с нервной анорексией включает в себя несколько этапов. Неспецифический или экстренный этап направлен на ликвидацию тяжелых последствий недостаточности питания и проводится только в условия стационара. Этап специфического лечения наступает после

нормализации жизненно важных функций, при адекватной переносимости питания, прибавке в весе. Далее следует реабилитационный этап. При нервной анорексии наблюдается высокая смертность:

30-40% погибают через 10 лет и более лет от начала заболевания. Чем дольше протекает заболевание, тем выше риск смерти для больного. Основные причины смерти при нервной анорексии составляют пневмония, отек легкого, интеркуррентные инфекции. Прогноз лечения при нервной анорексии зависит своевременной диагностики данного заболевания и обусловленных им осложнений, принятия адекватных лечебно-тактических решений и мотивирования больного к проведению терапии и выздоровлению.

Заключение: нервная анорексия это серьезное, трудно поддающееся лечению заболевание, требующее участие многих специалистов в подборе комплексной терапии.

Нервная анорексия представляет собой расстройство, характеризующееся преднамеренным снижением веса, вызываемым и поддерживаемым самим индивидом. Зачастую такое снижение веса связано с искаженным восприятием своего тела. Человеку кажется, что его тело не вписывается в определенные эстетические стандарты. Стоит отметить, что такое самоощущение может, как иметь, так и не иметь под собой реальное основание. В зависимости от этого восприятие своего тела может быть либо адекватным, либо искаженным вплоть до сверхценных и бредовых идей о физическом уродстве. Не случайно, что чувствительным к таким нарушениям самовосприятия является пубертатный возраст, когда происходят заметные соматические изменения. Как мы знаем из возрастной психологии, в данном периоде подростки очень чувствительны к мнению референтной группы, близких для себя людей или кумиров. И если с их стороны происходит культивация строго ограниченных стандартов красоты, то крайне чувствительный к их мнению подросток постарается даже ценой жестких самоограничений добиться принятия со стороны

данных социальных групп. Тем не менее, нередко эстетические стандарты определяет сам индивид, но он склонен проецировать их на весь окружающий мир. Так подросток, убежденный в своем избыточном весе, склонен трактовать даже нейтральные фразы касающиеся его комплекции как насмешку.

Заметное искажение образа собственного тела носит название дисморфического синдрома. «В классическом варианте в этот синдром входят бредовые или сверхценные идеи недовольства собственной внешностью, идеи отношения, депрессия и стремление к коррекции собственного недостатка». Тем не менее, формирование нервной анорексии возможно и без данного синдрома.

Нервная анорексия может быть обусловлена двумя типами девиантного поведения: патологическим и психопатологическим. В первом случае, пищевое расстройство вызвано особенностями характера человека и его взаимодействием с окружающими. Во втором же случае, анорексия может сопутствовать шизофреническим и психотическим расстройствам.

В международной классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) диагностическими критериями нервной анорексии являются:

1) снижение на 15% и сохранение на сниженном уровне массы тела или достижение индекса массы тела Кветела 17,5 баллов или ниже. Индекс определяется соотношением веса тела в килограммах к квадрату роста в метрах; В пубертатном периоде может обнаружиться неспособность набрать вес в период роста;

2) потеря веса вызывается самим больным за счет избегания пищи, которая «полнит» и одного или более приемом из числа следующих – вызывание рвоты, прием слабительных, чрезмерные гимнастические упражнения, использование средств, подавляющих аппетит и диуретиков;

3) искажение образа тела принимает специфическую психопатологическую форму, при которой ужас перед ожирением сохраняется в качестве навязчивой или сверхценной идеи;

4) общее эндокринное расстройство, включающее ось гипоталамус-гипофиз-половые железы и проявляющееся у женщин аменореей, а у мужчин потерей полового влечения и потенции;

5) при начале в препубертатном возрасте проявления пубертатного периода задерживаются или даже не наблюдаются.

Можно отметить, что в отличие от других диагностических схем, в МКБ-10 перечислены практически все основные способы, используемые больными для снижения веса. Также наиболее подробно описаны соматические проявления болезни.

М.В. Коркина выделяет четыре этапа течения нервной анорексии [4]:

1) Инициальный. На этом этапе у человека формируется убеждение в том, что он страдает от лишнего веса. Как уже отмечалось, такое убеждение может иметь под собой как реальную основу, так и исходить из бредовых убеждений или дисморфомании. Он выражает недовольство по отношению к собственному телу и подбирает подходящие для него методы для сброса веса. Стоит обратить внимание, что его может не устраивать не только все тело в целом, но и его отдельные части. К примеру: живот, ноги, щеки и т.д. Соответственно, и выбранные методы будут отталкиваться от приоритетной для похудения зоны тела.

2) Этап активной коррекции. Происходит непосредственное формирование девиантного поведения и на практике реализуются методы контроля собственного веса. В основном данные методы реализованы в виде определенных диет. В любом случае, прежде всего в основе их лежит ограничительный пищевой стереотип. Зачастую, страдающий нервной анорексией человек исключает из своего рациона отдельные высококалорийные продукты. Детальное содержание диеты варьируется в зависимости от познаний и предпочтений индивида. Ценность питания в иерархии потребностей для индивида снижена. Также, он прибегает к различным физическим упражнениям и тренингам. Может прибегать к

слабительным средствам, искусственному вызыванию рвоты, клизмам, мочегонным и т. д.

3) Кахексия. Этап, на котором нервная анорексия проявляется ярко выраженными соматоэндокринными расстройствами. К ним относятся: сильное снижение массы тела, сухость и бледность кожных покровов, отсутствие жировой прослойки, мышечная дистрофия, астения, брадикардия и другие признаки. На данной стадии больные нервной анорексией подлежат обязательной госпитализации, так как существует риск летального исхода.

4) Редукции синдрома, когда человек психически и соматически выходит из патологического состояния. М.В. Коркина также уточняет изменения, происходящие на данном этапе. «Однако при специальном анализе динамики вторичных соматоэндокринных сдвигов в процессе лечения и реабилитации возникла необходимость уточнить последний этап, а именно выделить такие его стадии, как выход из кахексии (от начала лечения до исчезновения признаков кахексии), нормализация соматоэндокринного состояния (от исчезновения признаков кахексии до восстановления менструаций), стабилизация соматопсихического состояния» [1, с. 168].

Стоит отметить, что в ходе развития нервной анорексии не обязательно прослеживается переход по всем вышеперечисленным стадиям. К примеру, редукция синдрома может так и не наступить. При некоторых типах анорексии возможны только первые две стадии развития анорексии. Таким образом, данное деление служит наиболее обобщенным ориентиром развития синдрома нервной анорексии у человека.

Изучение психологических особенностей людей, страдающих расстройствами пищевого поведения, идет по двум направлениям. С одной стороны, изучаются первичные или обусловленные возрастом, соматическими и другими факторами особенности личности и

познавательной деятельности больных. С другой стороны, вторичные, сформировавшиеся уже непосредственно под влиянием самой болезни.

М.В. Коркина и соавторы в зависимости от преморбидных особенностей выделила две группы больных нервной анорексией. У больных первой группы преобладают и стероидные черты характера с эгоцентризмом, повышенной самооценкой, завышенным уровнем притязаний. У больных второй группы ярче тормозимые черты в виде тревожности, чрезмерной застенчивости, склонности к сомнениям. Общими для всех больных нервной анорексией были такие особенности, как чрезмерная аккуратность, прилежность, стремление к самоутверждению.

Г.К. Ушаков отмечает, что больные нервной анорексией «ближе стоят к косным, ригидным, бескомпромиссным личностям» [2, с. 234]. Автор подчеркивает склонность больных к сверхценным и паранойяльным образованиям.

А.М. Баринов с соавторами сопоставили клиническую картину заболевания у больных нервной анорексией с преобладанием в преморбидеистероидных и тормозимых черт. По данным авторов у лиц астенического склада больший удельный вес в клинической картине имели сверхценные идеи, у больных и стероидного склада – ипохондрические расстройства.

Подводя итог, следует отметить, что более глубокое изучение расстройств пищевого нарушения, а именно анорексию, даст предпосылки для более комплексного анализа психологических особенностей, которые способствуют возникновению данного вида нарушения.

Список литературы

1. Коркина М.В., Цивилько М.А., Марилов В.В. Нервная анорексия. Москва: Медицина, 1986. 171 с.
2. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. Москва: Наука, 1984. 444 с.

3. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения. Москва: Эксмо, 2007. 256 с.

4. Менделевич В.Д. Пищевые зависимости, аддикции – нервная анорексия, нервная булимия. СПб.: Речь, 2007. 768 с.

*Шарова Юлия Ивановна, педагог-психолог
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №16» г. Кунгура*

«Счастье рядом»

Аннотация: Современный мир диктует свои стереотипы и правила, что подрывает у многих уверенность в себе. На специально организованных мероприятиях есть возможность поделиться способами преодоления стрессовых ситуаций, умению грамотно расставлять приоритеты, овладеть ресурсными инструментами, чтобы радоваться жизни, уважать и ценить себя, а, значит, быть счастливым человеком.

Представляем техники, которым обучились старшеклассники и учителя гимназии.

Матрица (квадрат) Эйзенхауэра – модель, использование которой позволяет эффективно распоряжаться собственным временем, а, значит, управлять собственной жизнью [1].

Планируется свои дела расписывать, соблюдая порядок:

1. Важные и срочные дела. В этот сектор, желательно, чтобы ничего не попадало.

2. Важные, но не срочные. Дела, которые мы часто откладываем. Но они способствуют нашему профессиональному и личностному развитию, стимулируют нас к реализации потенциалов. В сектор попадают действия, которые позволяют нам заботиться о себе, поддерживать отношения с близкими людьми, также умение ставить цели, планировать их достижение.

Из-за неправильной расстановки приоритетов всё это мы не выполняем вовремя, впоследствии сожалеем об упущенных возможностях. Именно из этого сектора мы должны делать дела в первую очередь.

3. Не важные, но срочные дела. Они затягивают в рутину, занимают массу времени, забирают энергию, не дают развиваться. Что делать с ними? Идеальный вариант – постараться делегировать их.

4. Не важные и не срочные дела. При осознанном подходе распределения времени нужно эти дела увидеть, отсеять их.

Этапы работы с матрицей.

а) Работа с терминами.

– Какое значение имеет термин "преодоление" в вашем понимании? (Варианты ответов). Преодоление – попытка превозмочь трудности жизни путем власти, контроля, с мобилизацией сил, ресурсов (Девид Хан, 1982) [2]; попытки помериться силами с внутренними требованиями, с требованиями среды и с противоречиями между этими видами (Ричард Лазарус, 1981).

– Раскройте понятие "стресс". (Варианты ответов). Стресс – специфическая реакция организма (физическая, эмоциональная, когнитивная) на влияние внешней среды, которая выводит организм из состояния равновесного взаимного обмена со средой (гомеостазом). Понятие "стресс" не синоним понятию "кризис". События становятся кризисным поскольку, постольку человек придает ему соответствующее значение (Кфир, 1993). Кризис – потеря надежды, бессилие.

б) Письменная работа.

– Какие пути преодоления кризисных ситуаций используете вы? Запишите их.

– Поделитесь друг с другом способами самопомощи. (Работа в парах). Приемы, с которыми поделится ваш партнер и характерные для вас, впишите к себе.

с) Работа с многомерной моделью BASIC-Ph. Профессор Мули Лаад (Mooli Lahad, Израиль) уверен, что у каждого человека существуют шесть каналов для преодоления состояний стресса и неопределенности. Преобладает, обычно, один из них.

1. Чувство (эмоциональный канал). Человек пытается сбросить напряжение с помощью плача, описания чувств, обсуждает свои ощущения.

2. Ум (когнитивный канал). Ментальные способности, умение логично мыслить, оценивать ситуацию, постигать новые идеи, планировать, анализировать.

3. Вера. Приметы, мифы, ценности, смысл.

4. Социум. Общественные силы, поддержка.

5. Тело. Активность, деятельность, спорт, физические упражнения.

6. Воображение. Путешествия, творчество, юмор, в том числе чёрный.

Теоретическое построение приводит к практическим выводам.

✓ Человеку полезно знать, что стресс можно преодолевать различными способами. Потенциал преодоления есть у всех.

✓ Разные люди преодолевают стресс по-разному.

✓ Способы преодоления кризисных ситуаций возможно менять.

Вариант работы. На размещённой таблице, состоящей из шести столбцов (ЧУВСТВО), ведущий, не комментируя, вписывает ресурсы, которые предлагают участники, в зависимости от того, к какому каналу они относятся. Если у присутствующих есть эти же возможностями для преодоления стресса, они их "присваивают", вписывая в таблицу. Обсуждение результатов с группой. Возможности применения техники в практической или профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Матрица Эйзенхауэра и ее применение в повседневной жизни – [Электронный ресурс]. URL: <https://4brain.ru/blog/матрица-эйзенхауэра> (дата обращения: 31.08.2020).

2. Что помогает справиться со стрессом? [Электронный ресурс]. URL: <https://megalektsii.ru/s24970t6.html> (дата обращения: 31.08.2020).

*Шилова Ольга Валерьевна, психолог
Автономной некоммерческой организации
«Семейный клуб «Апельсин» г. Верещагино*

Развивающие занятия со старшими дошкольниками в онлайн-формате

Аннотация: В опыте прописываются условия ведения детских развивающих групп психологом в условиях режима самоизоляции. Постоянный контакт с родителями, обучение техническим навыкам, подготовка через мультфильмы, разнообразие форм работы, комплексный подход специалистов. Выделение недостатков и преимуществ.

Студия по подготовке детей к школе «От игры к учебе» ведется в АНО «Семейный клуб «Апельсин» уже третий год. В ней реализуются несколько курсов: психология, творчество, развитие речи. В программе психологической подготовки заложены основные компоненты школьной готовности с акцентом на эмоциональном, коммуникативном и зрительно-моторной координации. С началом режима самоизоляции в апреле 2020 года встал вопрос о возможностях продолжения работы с максимальной эффективностью, но в дистантном формате. Опыт работы известных нам детских садов с выкладыванием и сбором заданий показался недостаточным. Несколько пробных вариантов выявили следующий **механизм, при соблюдении определенных условий.**

Онлайн-занятия продолжительностью 40 минут, ровно столько, чтобы использовать бесплатную версию платформы ZOOM. Однако, непосредственно на содержание занятия тратится 30 минут, плюс 5 минут в

начале – на организационные вопросы (наличие оптимальных условий среды и рабочего места, приветствие, опрос об эмоциональном состоянии и о сопровождающем ребенка) и 5 минут после – обратная связь от родителей и комментарии по домашнему заданию. Значимость происходящего в эти 10 минут ничуть не меньше значимости самого материала занятия.

Естественно, перед началом занятий была неделя технической подготовки: выяснение технических и временных возможностей семей, отправка инструкций входа и регистрации в ZOOMе с разных устройств, пробные встречи групповые, при необходимости индивидуальные. На этом этапе важно уточнить значимость родительского включения.

Участие родителя – обязательное условие. Не только для технического сопровождения, но и для включения в процесс, для поддержки эмоционально-мотивационной, возможности отработки навыков, для ориентировки родителей в дальнейшей самостоятельной работе между встречами. В сценарии каждого занятия есть моменты, предполагающие взаимодействие «родитель-ребенок»: парная игра, отработка ребенком навыков при контроле и поддержке родителя (мимическое проявление эмоций, удержание яйца на спине, сложные пальчиковые упражнения), адресация к родителю как к источнику знаний («А какие игры с родителями увлекали маму в детстве?»). Родитель должен чувствовать себя вовлеченным и увлеченным. А также понимать значимость происходящего, для этого выкладывался план занятия с задачами каждого упражнения.

Оптимальное количество детей – четыре-шесть. В таком количестве есть возможность видеть всех участников.

Наличие технической поддержки у ведущего, на наш взгляд, необходимое условие: создание конференции и подключение участников, запись в нужном режиме (так как ведущему важно на экране видеть детей, а в записи для использования другими – должен быть виден ведущий), решение технических проблем в процессе. При этом нужна дополнительная связь между ведущим и техническим специалистом.

Поскольку это групповое занятие и, самоизоляция обострила у многих нехватку общения, хорошо организовывать взаимодействие участников между собой: сочинить общую сказку, подмигнуть конкретному человеку, отгадать эмоцию у определенного участника и т.д.

Для лучшего включения ребенка в непростой для него онлайн-процесс, за пару дней до занятия предлагалось посмотреть определенный мультфильм и выполнить к нему ряд заданий (ответить на вопросы по мультфильму, найти информацию по мотивам, сделать поделку). Все задания, включая домашние, выкладывались в созданный для этого чат. В него же предлагалось отправлять фото и аудио выполненных дома работ.

Также важным условием успеха занятий отмечаем комплексность: по одной теме и мультфильму в течение недели работали все педагоги студии, согласовывая формы работы, протягивая преемственность. Это, с одной стороны, уменьшало подготовительную нагрузку семьи и ведущих, с другой – активнее включало в процесс, обеспечивало глубокую проработку темы.

Недостатки онлайн-формата:

- часть семей отсеивается; кроме технических причин играет роль усидчивость и сосредоточенность ребенка, мотивация родителей;
- необходимость очень строго следить за временем занятия (в связи с регламентом выбранной онлайн-платформы);
- отвлекаемость на домашние процессы (правила и 5-минутка).

Достоинства онлайн-формата:

- участники более концентрированы на происходящем на экране;
- педагоги студий, раньше пересекавшиеся лишь на интегрированных занятиях, стали работать по единой тематике;
- большая включенность родителей и тесный контакт с педагогами;
- родители всегда знали, что и как делает ребенок.

Работа в таком формате в течение двух месяцев убедила в его дееспособности. За это время наполненность групп уменьшилась, но добавились новенькие, для которых это стало возможностью.

Список литературы:

1. Краснощекова Н.В. Сюжетно-ролевые игры для детей дошкольного возраста. Ростов н/Д.: Феникс, 2008. 251 с.
2. Деркунская В.А. Игровые приемы и коммуникационные игры для детей старшего дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие. М.: Центр педагогического образования, 2012. 112 с.

*Шляпина Марина Владимировна,
воспитатель высшей категории, тьютор-андрагог
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Ныробский детский сад», пгт. Ныроб, Чердынский ГО*

Образовательная программа «Живая сказка» как средство развития эмоционального интеллекта дошкольников

Аннотация: цель образовательной программы «Живая сказка» (далее – ОП ЖС) – создание условий для сохранения и укрепления физического и эмоционального здоровья, формирования EQ дошкольников посредством использования современных ЗОТ на базе интерактивного оборудования сенсорной комнаты (далее – СК). Новизна программы состоит во внедрении инновационных форм развивающего взаимодействия с дошкольниками и родителями, повышающих эффективность ЗОТ.

Одна из главных задач ФГОС ДО – сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия. Считаю, что сделать это невозможно без развития эмоционального интеллекта дошкольников. Для решения данной задачи в 2013 г. мной составлена и успешно реализуется ОП ЖС в условиях СК нашего детского сада (рецензия АНО «Санкт-Петербургский центр ДПО», 2014 г.). Программа обеспечивает психолого-педагогическую

поддержку семьи и оказание квалифицированной помощи родителям в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

При разработке программы за основу взяты концептуальные положения теории психического развития Л.С. Выготского и концепции развивающего обучения Л.А. Венгера. В основу создания ОП ЖС положены основные принципы ФГОС ДО – индивидуализация образования, поддержка инициативы детей в различных видах деятельности, сотрудничество с семьями воспитанников, приобщение детей к социокультурным нормам.

Реализация ОП ЖС позволяет обеспечить эмоциональное благополучие детей через непосредственное общение с каждым ребенком, уважительное отношение к его чувствам и потребностям, поддержать индивидуальность и инициативу детей через создание условий для свободного выбора детьми вида и участников совместной деятельности (далее – СД). В ОП ЖС учитываются индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе, с ОВЗ.

Для родителей и педагогов программа реализуется в формате краевых КПК и стажировок по плану Министерства образования и науки Пермского края, муниципальных и институциональных мастер-классов, тренингов, педагогических мастерских, Дней открытых дверей. Основным методом развивающего взаимодействия является *совместная деятельность взрослых (родителей и педагогов) с детьми с использованием технологии создания атмосферы радостного проживания детства, технологии сказкотерапия, технологии развивающего обучения, комплексных ЗОТ, игровых технологий, ИКТ и др.* С 2018 г. использую базовый курс развития EQ «Академия Монсиков». Программа реализуется в форме игр-занятий продолжительностью 15-30 минут 2 раза в неделю по подгруппам, начиная со 2 младшей группы.

Изучение результатов, полученных в процессе реализации программы, проводилось с использованием методики Н.И. Озерецкого и М.О. Гуревич «Диагностика определения уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей». Для изучения эмоциональной сферы детей использована «Батарея методик по исследованию эмоциональной сферы дошкольников» Л.С. Цветковой. Исследование таких компетенций, как умение идентифицировать эмоции, выражать их, регулировать собственные, использовать навыки для управления поведением, привело к выводу, что занятия в СК повышают эффективность мероприятий, направленных на здоровьесформирование детей. Уровень перечисленных умений в среднем за 5 лет увеличился на 53%.

Полученные результаты (для детей): снижение уровня заболеваемости воспитанников; формирование навыков продуктивного общения и принятие социальных норм и правил поведения, способности выбирать себе род занятий, участников по СД; развита инициатива и самостоятельность в игре, установка положительного отношения к миру и себе; развито умение договариваться, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, стремление разрешать конфликты, умение владеть разными формами и видами игры.

Полученные результаты (для педагогов и родителей): разработан пакет методических и практических материалов; повысилась компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения детей.

Таким образом, результаты мониторинга подтверждают эффективность используемых мной ЗОТ. Однако, детей с проблемами в эмоциональном развитии достаточно много и, как показывает практика, количество таких детей увеличивается. Поэтому в перспективе планирую расширить спектр образовательных услуг с привлечением детей, не посещающих ДОО (ОВЗ, СОП), и внести корректировку в их образовательные маршруты.

Опыт работы транслируется мной в рамках всероссийских профессиональных конкурсов, сайтах издательств «Просвещение», корпорации «Российский Учебник», журналах «Дошкольная педагогика» и «Основа», сайте ГАУ ДПО «ИРО Пермского края», краевых педагогических мастерских.

Список литературы

1. Венгер Л.А., Пилюгина Э.Г., Венгер Н.Б. Воспитание сенсорной культуры ребёнка от рождения до 6 лет: Кн. для воспитателей дет. сада / под ред. Л.А. Венгера. М.: Просвещение, 1988. 144 с.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология / под ред. В. В. Давыдова. М.: Педагогика - Пресс, 2009. 536 с.
3. Плеханов А.В., Морозова О.В., Манасейна М.М. Сенсорное развитие и воспитание детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. 2010. N 7. С. 31-35.
4. Поддьяков Н.Н. Сенсорное воспитание в детском саду / под ред. Н.Н. Поддьякова, В.И. Аванесовой. М.: Просвещение, 1981. 192 с.

*Шубина Екатерина Владимировна, педагог-психолог
Муниципальное бюджетное учреждение
«Психологический центр» г. Чусовой*

Сценарий практикума для родителей по профилактике суицидального поведения у детей подросткового возраста

Аннотация: Среди подростков попытки самоубийства встречаются существенно чаще, чем у детей, причем лишь немногие из них достигают своей цели. Частота законченных суицидов подростков не превышает 1 % от всех суицидальных действий. Суицидальное поведение в этом возрасте чаще имеет демонстративный характер, в том числе – шантажа. А.Е. Личко

отмечает, что лишь у 10 % подростков имеется истинное желание покончить с собой (покушение на самоубийство), в 90 % – это крик о помощи. Поэтому родителям очень важно вовремя поддержать подростка и протянуть ему руку помощи.

Цель: повышение родительской компетентности по профилактике суицидального поведения у детей и подростков.

Задачи:

- помочь родителям определить признаки суицидального поведения;
- сформировать представления о том, почему возникает у ребенка желание лишиться себя жизни;
- побудить родителей к осознанию того, как они могут помочь своему ребенку избежать суицидального риска.

Ход мероприятия: Уважаемые родители, рада приветствовать вас!

Сегодня мы поговорим о суицидальном риске детей. Подростков на безвозвратный шаг толкает безразличие родных и сверстников. Ребенок думает, что никому не нужен, особенно родителям. Другой причиной становится равнодушие окружающих к проблемам и переживаниям детей. А неумение слушать угнетает еще не сформированную психику подростка.

На практикуме – исследуем, по каким признакам вы заметите суицидальное поведение ребенка, обсудим, что подталкивает детей на такие действия и выработаем рекомендации, как помочь ребенку в трудной ситуации.

Я подготовила практические упражнения. Чтобы их выполнить, прошу вас соблюдать правила работы:

1. Обращаться друг к другу по имени.
2. Проявлять активность.
3. Соблюдать регламент.
4. Проявлять безоценочность к высказываниям других.
5. Отключить сотовые телефоны.

Задание №1. Педагог-психолог: Родители, объединитесь на две группы. Группа получит один вопрос. Нужно найти на него ответ. На выполнение задания 10 минут. Далее обсудим наработки.

Задание для первой группы. Почему у детей возникает желание лишиться себя жизни?

Педагог-психолог: Вы получили вопрос. Подумайте и напишите причины суицида. Выполните это задание на листе бумаги.

Статистические данные к основным причинам относят: ссоры, конфликты с родителями, страх перед наказанием и насилием со стороны взрослых, неразделенную любовь. В 70 процентах случаев дети испытывали страх перед насилием со стороны взрослых.

Задание для второй группы. Что в поведении ребенка должно насторожить родителей?

Педагог-психолог: Обсудите и запишите признаки суицидального поведения у ребенка.

После обсуждения признаков суицидального поведения сообщаю родителям о том, что 70 процентов детей и подростков страдают психосоматическими расстройствами. В профилактику суицидального поведения входит эмоциональный компонент, именно его разберем подробно.

Задание №2. Практическое упражнение «Эмоции»

Педагог-психолог: Назовите эмоцию, а к ней придумайте и назовите противоположную эмоцию. Это дает нам возможность управлять эмоциями. Научите ребенка отслеживать свои негативные эмоции и изменять их в позитивные переживания.

Задание №3. Упражнение «Давление».

Педагог-психолог: Образуйте общий круг. Один из вас встанет в центр круга и закроет глаза. Остальные стоят по кругу.

Всем, кто стоит по кругу, покажите черный фломастер и спросите группу: «Это черный фломастер?». Группа подтверждает. Далее дайте

участнику в центре круга зеленый фломастер и скажите: «Вот тебе черный фломастер». Группа должна оказывать давление на участника в центре, постепенно сужая круг и утверждая, что фломастер черный. После упражнения предложите обсудить два вопроса:

Что чувствовал участник в центре? Что хотелось сделать? Подвожу родителей к выводу, что подобное состояние испытывает ребенок, когда на него оказывают давление.

Задание №4. Упражнение «Точка».

Педагог-психолог: Посмотрите на лист с изображением точки. Что вы видите? Сейчас я закрою обзор справа и слева. Что изменилось? Возник «тоннельный взгляд» на проблему. Так и наши мысли сужаются, и мы заикливаемся на проблемах.

Заключительная часть.

Педагог-психолог:

Мы завершаем нашу встречу. Я прочитаю вам притчу «два ангела». Запомните ее и используйте в общении с ребенком. Еще я благодарю вас за совместную работу. Желаю успехов в воспитании детей!

Далее педагог-психолог предлагает провести **рефлексию** (родители высказывают своё мнение о встрече, делятся своим настроением, самочувствием). Педагог-психолог раздаёт информацию о детском телефоне доверия и памятки для родителей по профилактике суицидального поведения у детей.

Список литературы

1. Амбрумова А.Г., Бородин С.В., Михлин А.С. Предупреждение самоубийств. М., 1980. 164 с.
2. Амбрумова А.Г., Жезлова Л.Я. Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте. М., 1978. 58 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Амирова Н.А., Пашина Е.В.

Повышение психологической грамотности родителей через применение техники активного слушания.....

Беляева В.А., Неклюдова Е.А.

Комплексный подход в решении проблем классного коллектива: сложные случаи из практики.....

Березина О.А.

«Гимнастика мозга» при работе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.....

Вахрушева И.И.

Мишени психокоррекционной и профилактической работы с подростком, находящимся в ситуации суицидально риска.....

Горбачева Е.Ю.

Мастер-класс «Тренинг - занятие «ЦВЕТЫ ДОБРА».....

Жакова Т.Н.

Психологическая агрессия: пути выявления и профилактика троллинга.....

Зольникова И.Ю.

Развитие критического мышления как механизма защиты детей от негативного влияния информационной среды.....

Иванова Е.В.

Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста, в том числе из неблагополучных семей.....

Копалина И.С.

«Нам не всё равно!».....

Костюрова М.В.

Детско-родительский психолого-педагогический проект как инструмент формирования толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования в ДОО.....

Лященко Т.В.

Профилактика буллинга в КГКОУСУВУ «Очерская спецшкола».....

Маскалева Н.В.

Арт-терапия как средство коррекции девиантного поведения у подростка.....

Мусина А.А.

- Теоретический ликбез «Профилактика социально опасного положения в ДОУ».....
Пешкина О.Н.
- Оказание психологической помощи подростку с суицидальной активностью в рамках краткосрочного кризисного консультирования: описание алгоритма работы.....
Руденко Е.А., Воробьева Т.И.
- Психологический интерактив «Родительская любовь, начало - начал».....
Сухарева Н.В.
- Психологическое сопровождение семьи в период переживания горя..
Сысоева А.С.
- Тренинговое занятие для подростков по развитию толерантности в многонациональных классах.....
Тычинина О.А.
- Интерактивная игра: Учимся играя или как вести себя в трудных ситуациях «Разговор при встрече».....
Федосеева Н.М.
- «Секреты» уздечки.....
Филимонова К.Ю.
- Настольные игры в практике педагога-психолога.....
Цветкова Е.П.
- Особенности адаптации подростка в замещающей семье.....
Чедова М.Л.
- Нервная анорексия. Психологические особенности больных анорексией.....
Шарова Ю.М.
- «Счастье рядом».....
Шилова О.В.
- Развивающие занятия со старшими дошкольниками в онлайн-формате.....
Шляпина М.В.
- Образовательная программа «Живая сказка» как средство развития эмоционального интеллекта дошкольников.....
Шубина Е.В.
- Сценарий практикума для родителей по профилактике суицидального поведения у детей подросткового возраста.....

ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
Сборник материалов I Краевого фестиваля педагогики поддержки и практической
психологии «Территория детства. Пространство отношений»

Усл. печ. л. 15,12. Учетно-изд. л. 13,79