

Министерство образования и науки Пермского края

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

Сборник материалов

III Краевого фестиваля педагогики

поддержки и практической психологии

"Территория детства. Пространство отношений"

г. Пермь
2022

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

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

г. Пермь
2022

Сборник материалов III Краевого фестиваля педагогики поддержки и практической психологии «Территория детства. Пространство отношений». – Пермь, 2022. – 78 с.

Сборник содержит материалы III 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.

В авторской редакции.

*ГБУПК «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи», 2022
Коллектив авторов, 2022*

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Бабина Ю.Н.</i>	
Арт-техника «Наследство»	5
<i>Соснина Н.И.</i>	
Использование камешков Марблс в развитии психических процессов у дошкольников	9
<i>Маргарян Р.М.</i>	
Психологический тренинг для родителей детей -инвалидов и детей с ОВЗ «Мы родители особого ребёнка»	15
<i>Гачегова Т.В.</i>	
Применение арт-терапевтических и игровых технологий в работе с родителями.....	29
<i>Мехоношина А.П., Потапова А.В., Глухова Н.В.</i>	
Формирование графомоторных навыков у детей с умеренной умственной отсталостью	33
<i>Зябрева В.С.</i>	
Арт-терапевтическая техника «Если бы я был государством»....	38
<i>Мельник Н.В.</i>	
Поколение Z: как быть на одной волне со своими детьми?	44
<i>Савельева Ю.В.</i>	
«Работа педагога - психолога ДООУ по снижению уровня тревожности и формированию мотивации к обучению в школе у будущих первоклассников»	51
<i>Синицина С.В., Пономарева Е.А., Белова С.Н.</i>	
Повышение психолого-педагогической компетентности родителей обучающихся с ОВЗ в рамках реализации проекта «Если вы любите своего ребенка...»	55
<i>Белова С.Н., Синицина С.В.</i>	

Технологии психолого-педагогической и социально-эмоциональной поддержки семьи, имеющей ребенка с ОВЗ и ребенка с инвалидностью	61
Таширева М.М.	
«КРИК – больше, чем нарушение привязанности».....	68
Болотова Е.А.	
Метод парных анкет как средство повышения эффективности взаимодействия с родителями	74

*Бабина Юлия Николаевна,
педагог-психолог
Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Лицей №1», г. Кунгур*

Арт-техника «Наследство»

Аннотация: предложенная техника применима для индивидуальной и групповой работы по поиску ресурсов семьи и актуализации семейных ценностей. Актуально использовать технику в семейном консультировании для коррекции детско-родительских отношений.

Форма: *арт-техника*

Аудитория: *подростки (можно использовать как в индивидуальной, так и в групповой работе)*

Цель / задачи: *активизация ценностных и ресурсных представлений о семье через создание метафорических художественных символов, создание образа позитивного будущего.*

Оборудование, материалы: *для индивидуальной работы – лист формата А-4, материалы для рисования – карандаши, краски, мелки и т.д.; для групповой работы – лист ватмана, стикеры 4 цветов на каждого участника, материалы для рисования.*

Описание техники.

1. **Беседа, раскрывающая понятие «наследство»**

- ✓ Что такое наследство?
- ✓ Что можно получить в наследство? (отвечая на этот вопрос, подростки часто выходят на материальные ценности, специалисту важно прояснить и нематериальные ценности, которые можно получить в наследство – физические параметры, качества личности, мотивацию и т.д.)
- ✓ Что в семье передается в наследство из поколения в поколение на протяжении многих десятилетий, а может и столетий?

2. Инструкция для выполнения техники

Раздели лист бумаги на 4 части. В левом верхнем углу с помощью символов нарисуйте наследство, которое вам досталось от мамы, в нижнем левом углу – наследство от папы, в нижнем правом – то, что вам досталось в наследство от бабушки и дедушки, а в правом верхнем углу – то, что вы хотите передать в наследство своим детям. *(Для подростков из неполных семей, или опекаемых предлагается нарисовать желаемые образы по визуализации «Мой отец» или «Моя мама»).* Под наследством мы будем понимать не материальные ценности, а черты характера, внешность, умения, ценности, значимые для рода предметы – артефакты и т.д. Используй символы, знаки, образы, цвета, линии.

Для групповой работы: лист ватмана заранее разделен на 4 части, каждая из которых подписана «мама», «папа», «дедушки и бабушки», «Я». Работа выполняется постепенно на цветных стикерах, на которых участники рисуют свое наследство.

Стикеры приклеиваются на лист под соответствующей надписью.

3. Рефлексивная беседа

- Что ты чувствовал, когда создавал образы наследства?
- Что получил в наследство от мамы? Что означает этот символ? (Что олицетворяет для тебя ...доброта/нежность/уверенность?) Каким общим словом объединил бы все символы?
 - Что получил в наследство от папы? Что означают эти символы? Каким общим словом объединил бы все символы?
 - Что передается у вас из поколения в поколение – от бабушек и дедушек? Какое слово олицетворяет все эти знаки?
 - Что тебе самому важно оставить в наследство своим детям? Что означают эти знаки и символы? Каким словом/метафорой объединишь эти рисунки?
 - Что ты чувствуешь сейчас, завершив работу?
 - Какие мысли/идеи возникли у тебя в результате работы?
 - Что хочется сделать со своим рисунком?

При групповом обсуждении задаются такие же вопросы, при большой группе отвечают на них желающие, группа все равно является фасилитатором переживаний.

Комментарий: размышления на тему наследства – духовного и генетического – это ресурс: нахождение сильных семейных сторон, традиций (в практической деятельности, как в индивидуальной, так и в групповой работе, ни разу не сталкивалась с отрицательными наследственными качествами,

которые бы обозначали подростки. Хотя к такому необходимо быть готовым, поэтому в индивидуальной работе могут быть заданы вопросы – Является ли для тебя это ценным? Хотел бы ты, чтобы это качество и состояние наследовалось бы дальше в твоём роду? Что будет с семьей, если это продолжится в следующих поколениях?), кроме этого, методика позволяет построить позитивное будущее, положительную перспективу дальнейшего собственного развития, опираясь на сильные стороны семьи, рода.

Список литературы

1. Сакович Н.А. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков. — М.: Генезис, 2012.

Соснина Наталья Ивановна,

педагог-психолог

Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение

«Детский сад города Оханска»

Использование камешков Марблс в развитии психических процессов у дошкольников

Аннотация. Камешки Марблс – это один из нетрадиционных приемов развития познавательных процессов, мелкой моторики, кинестезии, интересный для детей. В наше время у детей плохо развита мелкая моторика, усидчивость, отсутствует интерес к занятиям. Камешки Марблс являются наиболее интересным методом для того, чтобы заинтересовать детей, хорошим релаксатором, настраивают на интересную и увлекательную игру.

Мастер-класс является наиболее эффективным средством передачи информации родителям. Вместе с тем они апробируют предложенные игры и упражнения.

Родители данные игры и упражнения будут использовать в домашних условиях.

Цель: знакомство с нетрадиционной технологией в развитии ВПФ у дошкольников.

Задачи:

- познакомить родителей с методами и приемами использования камешков Марблс в обучении детей;

- мотивировать родителей на применение камешков Марблс в домашних условиях;

- использовать нетрадиционные методы работы с родителями.

Оборудование:

- тарелочки с камешками Марблс разного цвета;
- поля в клеточку для ориентирования на плоскости, шаблоны, мандалы, предметные карточки;
- музыкальное оформление: «Одинокий пастух»

Приветствие

Добрый день, уважаемые родители! Я рада вас всех приветствовать на моем мастер-классе.

Вся жизнь ребенка – игра. И поэтому процесс обучения не может проводиться без неё. Тактильные ощущения, мелкая моторика, мыслительные операции развиваются в детской игре. Работа с ребенком должна быть игровой, динамичной, эмоционально приятной, неустойчивой и разнообразной. Это подтолкнуло меня к поиску как традиционных, так и нетрадиционных игровых приемов, и средств работы с детьми. Одним из таких приемов является специально организованная деятельность с использованием интересных камешков, которые называются Марблс.

Использование камешков Марблс на практике решает следующие задачи:

- Развивают мелкую моторику, зрительно-двигательную координацию, сенсорное восприятие, тактильные ощущения, воображение, речь;

- Формируют правильный захват камешка кистью руки;

- Развивают ориентировку на плоскости, мышление, внимание, зрительную память, фантазию.

Все упражнения могут варьироваться в зависимости от возраста ребенка, его умственной и моторной способности.

Практическая часть

Имеется богатый и разнообразный практический материал – комплексы игр с использованием камешков Марблс. Сейчас с некоторыми из них я хочу вас познакомить.

Обследование камешков.

Опустите свои руки в тарелочки с камешками:

Говорим и отдыхаем, камешки перебираем.

Разные, разные голубые, красные,

Желтые, зеленые, легкие, тяжелые.

- обратите внимание на форму, цвет, текстуру и расскажите какие они (гладкие, скользкие, прохладные, шершавые и т.д)

Пространственная ориентации (возьмите, пожалуйста, шаблоны с крупной клеткой).

Возьмите зеленый камешек правой рукой, и положите в верхний левый угол; возьмите красный камешек левой рукой, и положи в правый нижний угол; возьмите оранжевый камешек правой рукой и положите посередине, в центре листа; возьмите синий камешек левой рукой и положите его под оранжевым

камешком; возьмите белый камешек правой рукой и положите над оранжевым камешком.

А теперь разложите камни по размеру в ряд от самого маленького до самого большого. А сейчас составьте более сложные ряды: выложите два одинаковых по цвету маленьких камешка и один большой камешек.

«Зоркий глаз» нужно выложить 5 любых камешков на верхний первый ряд, запомнить их последовательность. Закрывать глаза и проговорить. (Развиваем зрительную память).

«Мозаика». Дети очень любят работать с шаблонами, я вам предлагаю тоже с ними поработать.

Молодцы!

«Художник». Выложить заданный предмет из камешков. Родителям предлагаются карточки с предметами (зонтик, стол, стул, домик, машина, горка, юбка, торшер, лодка, ракета). Вам нужно выложить схематичное изображение данных предметов.

«Сочинялки». Выложить камешки в произвольном порядке. Составить рассказ. Например, камешки лежат так: желтый, красный, синий, зеленый, оранжевый. Рассказ может быть таким: Светило желтое солнышко. Маша в красном платье пошла в лес. Там она увидела синюю речку. Переплыла она через речку на зеленой лодочке. Вдруг, видит, растет оранжевая морковка. Сорвала она ее, помыла и съела.

Релаксация. Работа с камешками предоставляет пространство для творчества и исследования, для снятия усталости, напряжения, разрешения негативных эмоциональных

переживаний. По силе воздействия на ребенка она схожа с праздником – вызывает радость, улыбку, положительные эмоции. Ребенок раскрепощается, убираются телесные зажимы, появляется уверенность в себе.

Упражнение «Выкладывание мандалы» (музыка)

Каждый рисунок мандалы накапливает во время создания в себе позитивную энергетику. Мандала привлекает к человеку все позитивное, что может взять из окружающей среды. (Звучит музыка родители с помощью камешков Марблс раскрашивают мандалу).

Рефлексия.

И в завершении мастер-класса я предлагаю выбрать камешек своего настроения и поделиться вашими мыслями о нашей сегодняшней встрече.

Спасибо за успешную и плодотворную работу.

Список литературы.

1. Климова Г. Б. «Учебно-методическая технология использования камешков Марблс в работе с детьми дошкольного возраста», журнал «Дошкольная педагогика» №8, 2015.
2. Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. – С. -ПБ., 2000.
3. Статья Е.В. Афонасьевой «Блестящая математика: математические игры с камешками Марблс».
4. Статья О.В. Бурнашовой МБДОУ №133 Новокузнецк. «Использование камешков «Марблс» в преодолении речевых нарушений у детей дошкольного возраста».

5. Статья Черногузовой Е.А. «Камушки марблс и их применение».

*Маргарян Рузанна Маргаровна,
педагог-психолог
МАОУ «Фроловская средняя школа
«Навигатор» структурное подразделение
детский сад «Галактика»*

Психологический тренинг для родителей детей -инвалидов и детей с ОВЗ «Мы родители особого ребёнка»

Аннотация: в ходе изучения особенностей семей детского сада «Галактика» воспитывающих детей с ОВЗ, была выявлена группа родителей, нуждающихся в особой психолого-педагогической поддержке. Для них была выбрана форма психокоррекционной работы — тренинг по формированию адекватных отношений.

Начиная работать с ребенком-инвалидом и детей с ОВЗ, обследуя их, проводя коррекционную работу, постоянно ищешь контакт, какую-то невидимую нить с родителями таких деток. Ведь они самые важные помощники в образовательном процессе. Но чем лучше узнаешь этих людей, чем больше понимаешь в их проблемы, тем лучше осознаешь, как необходимы им поддержка и помощь. Впервые 2021 году принято было решение пригласить родителей и попробовать сотрудничать вместе.

Цель объединения заключалась в том, чтобы сообща решать сложные вопросы, просто поддерживать друг друга в трудную минуту.

Такая работа с группой, с одной стороны, было делом простым, ведь всех родителей сближали их особенные дети. С другой стороны, некоторые родители находились в состоянии депрессии, стесняясь показать людям своего «не такого, как все» ребенка, были семьи, с которыми перестали общаться знакомые. Таким образом, изолированность, замкнутость от всего мира и состояние безысходности, потери чего-то главного в жизни стало причиной внутриличностных нарушений и частичной утраты коммуникативных навыков. Родители просто перестали общаться, считали, что их никто не понимает, не доверяли никому, о своих проблемах старались молчать.

Как объединить в группу и разговорить этих людей, помочь им раскрыться, быть полноценными членами нашего общества, не чувствуя ущербности, не испытывая чувства стыда? Наиболее подходящим мероприятием я считаю психологический тренинг общения, который проводится на первом этапе работы с родителями в начале учебного года.

Коммуникативный тренинг способствует решению следующих задач:

- знакомство участников друг с другом;
- создание условий для раскрепощения членов группы;
- их сближение и объединение;
- осознание собственной индивидуальности, повышение самооценки;
- развитие коммуникативных навыков и умений;

—снижение эмоционального напряжения, оптимизация функционального состояния.

Тренинги проводились в атмосфере доверия, что позволило реализовать большую по сравнению с повседневным общением интенсивность обратной связи между участниками группы. Созданию климата доверия способствовала особая форма проведения занятий, при которой ведущий не противопоставлял себя группе, а выступал одним из участников групповой работы.

Организуя занятия по психотренингу общения, необходимо руководствоваться следующими принципами:

- активность участников группы;
- исследовательская позиция;
- партнерское общение;
- участие может быть только добровольным;
- участникам предоставляется полная информация о целях и способах проведения тренинга;
- при проведении тренинга принимаются все меры предосторожности против физических и психических травм.

Предположительное количество участников тренинга — 9 человек, поскольку нашим родителям проще поделиться своими чувствами в небольшой группе.

Тренинг состоял из 4 занятий длительностью от 1 до 3 часов и проводился еженедельно в течении месяца.

Занятия начинались с ритуала приветствия. Затем психолог знакомил родителей с основными задачами психотренинга.

На первом занятии необходимо было выработать правила, по которым будет существовать группа.

Правила принимались всей группой вместе с психологом в самом начале работы. Они нужны для создания такой обстановки, чтобы каждый участник:

- мог открыто высказываться и выражать свои чувства и взгляды;
- не боялся стать объектом насмешки и критики;
- был уверен в том, что все личное, что обсуждается на занятии, не выйдет за пределы группы;
- получал информацию сам и не мешал получать ее другим.

Сценарий тренингового занятия
«Мы – родители особого ребенка»

Приветствие:

Педагог-психолог: здравствуйте! Я рада всех вас видеть и также рада тому, что мы встретились здесь все вместе.

Игра «Никто не знает, что я...»

Педагог-психолог: Я предлагаю нам всем познакомиться. Я буду передавать по кругу мяч. Как только мячик попадет вам в руки, вы назовете свое имя и закончите фразу: «Никто не знает, что я...». При этом добавьте одно свое качество или умение. После это передавайте мяч следующему участнику.

Итак, давайте начнем. Мяч у меня в руках. Меня зовут Анна, никто не знает, что я хрупкая и сильная одновременно.

Родители передают мяч по кругу, называют свои имена и выполняют задание.

Беседа «Саженец»

Педагог-психолог: Я рада, что мы встретились. Всех собравшихся здесь объединяет то, что в их семьях растут и воспитываются дети с ограниченными возможностями здоровья. У многих оформлена инвалидность. В жизни родителей особых детей довольно много трудностей, препятствий, сверхперегрузок – эмоциональных, психологических, физических. Бывают моменты, когда справиться со всем накопившимся психоэмоциональным напряжением у родителей нет сил. Жизнь становится одним серым днем постоянной борьбы в состоянии истощения и опустошенности. Постараемся помнить, что самое главное, самое светлое и хорошее это то, что ребенок есть, он с вами, он радуется своей улыбкой и маленькими успехами. Рождение ребенка в семье можно сравнить с посадкой плодового дерева в саду. Родители высаживают маленький саженец, который требует к себе бережного отношения. Его легко сломать, засушить. Чтобы деревце выросло, зацвело, дало плоды, ему нужны крепкие корни, плодородная почва, которую необходимо поливать и удобрять, свет и тепло. Его нужно любить, за ним нужно ухаживать. Так и ребенок, а особенно ребенок с ограниченными возможностями здоровья, нуждается в заботе и любви. Чтобы эффективно решать ежедневные жизненные задачи, необходима единая, цельная позиция, которая объединит всех членов семьи и определит стратегию ее развития. Она напрямую влияет на процесс реабилитации вашего ребенка. Как вы думаете, что может нам в этом помочь? *(Родители предлагают*

варианты ответа.) Да, правильно. Может помочь, если мы будем обсуждать, планировать, подробно обговаривать все стороны и трудности реабилитации ребенка, а также то, как в реабилитации будут участвовать другие члены семьи.

Визуализация «Дерево как образ ребенка»

Педагог-психолог: А сейчас я предлагаю вам представить своего ребенка в образе деревца. Сядьте удобнее, закройте глаза. Глубоко вдохните и медленно выдохните. *(Пауза.)* Вдохните. *(Пауза.)* И выдохните. *(Пауза.)*

Представьте, что вы стоите в саду. Вокруг вас растут деревья и цветы. Летают бабочки, пчелы и маленькие стрекозки. Воздух наполнен медовыми и пряными ароматами. У вас в руках маленький саженец. Осмотритесь вокруг, где бы вы хотели его посадить. Выберите место. *(Пауза.)* Подойдите к этому месту. Смотрите, тут есть лопата, ведро с водой. Посадите свой саженец. Подумайте, что можно еще сделать, чтобы ваше деревце хорошо принялось, ему было комфортно. Вы можете сделать то, что хотите. У вас получилось посадить деревце. *(Пауза.)* Глубоко вдохните и выдохните. *(Пауза.)* Откройте глаза. Родители выполняют задание-визуализацию по мере того, как педагог-психолог читает его текст.

Рисуночное упражнение «Дерево как образ ребенка»

Педагог-психолог: Ваше деревце – это ваш ребенок. Сейчас я вам предлагаю взять листы бумаги, цветные карандаши, краски, пастельные мелки. Нарисуйте пожалуйста на листе маленькое деревце. Педагог-психолог дает время на рисование, включает

запись лиричной мелодии. Родители рисуют деревце. Педагог-психолог: Ваш ребенок растет в семье. Нарисуйте рядом с деревцем ребенка другие деревья, которые символизируют членов вашей семьи. Педагог-психолог дает время на рисование. Родители рисуют новые деревья. Педагог-психолог: посмотрите, какое время года изображено на вашем рисунке (*пауза*), какая погода (*пауза*), в какой земле растут деревья, питательная ли почва (*пауза*). Посмотрите, есть ли корни у деревьев (*пауза*), какие у них стволы (*пауза*), кора (*пауза*), ветви (*пауза*), достаточно ли у них листьев (*пауза*), есть ли плоды.

Педагог-психолог проводит с родителями обсуждение содержания рисунков и их эмоционального состояния на момент рисования.

Педагог-психолог: Ваш ребенок – особенный. И ему нужны особые условия, необходимы медицинская, социальная и психологическая помощь. Отрадите в своем рисунке то, как вы представляете основную цель развития ребенка. Если вы испытываете трудности в поиске метафоры для изображения, вы можете написать словами. Подумайте, чего вы хотите достичь в отношении своего ребенка? Педагог-психолог дает время на задание. Родители рисуют метафору реабилитации своего ребенка или, по желанию, записывают свои мысли, пожелания.

Педагог-психолог: хорошо, мы определились с целью. А сейчас подумайте и выделите для себя основные задачи реабилитации, то есть шаги к достижению цели. Не нужно ставить перед собой невыполнимые задачи, достаточно определиться

с несколькими шагами. Задачи должны быть конкретными, достижимыми и у них должен быть срок исполнения. Подумайте и определитесь со своими задачами. Запишите их на листочке.

По желанию педагог-психолог приводит пример задачи по коррекции ребенка и дает время на задание. Родители выписывают свои задачи.

Педагог-психолог: Благодарю. Прошу вас поделиться с нами своими мыслями и заметками.

Педагог-психолог инициирует обсуждение в группе.

Упражнение-обсуждение «Каждодневные дела»

Педагог-психолог: Любое растение и деревце, которое мы сажаем, нуждается в том, чтобы его поливали, удобряли, защищали от заморозков, жары и вредителей. Так и ребенок нуждается в нашей ежедневной заботе и внимании. Вспомните и перечислите те дела, ту ежедневную рутину, которую вам необходимо выполнять, чтобы проявлять заботу и уход за ребенком. Как дается вам выполнение ежедневных рутин? Легко? Трудно? Почему? Что вы чувствуете при этом? С какими словами вы обращаетесь к ребенку во время необходимых процедур? Что хочется сделать?

Педагог-психолог обсуждает в группе. Родители отвечают на вопросы.

Педагог-психолог: как вы думаете, что чувствует ребенок? Как он относится к делам и к вам во время этого взаимодействия? (*Родители отвечают.*) Как, по вашему мнению, можно облегчить рутинные дела? (*Родители предлагают варианты.*) Можно

откровенно поговорить с другими членами семьи, поделиться тем, что вызывает самые большие сложности и чем вы можете помочь друг другу. Будет хорошо, если получится распределить выполнение ежедневных рутин по уходу за ребенком, закрепить, кто за что отвечает. Так снимается физическая и эмоциональная нагрузка с одного человека, чаще мамы, укрепляются внутренние семейные отношения.

Упражнение «Ресурсы и сильные стороны моего ребенка»

Педагог-психолог: обратимся вновь к вашим рисункам. Посмотрите на свое деревце, которое символизирует вашего ребенка. При всей его хрупкости, ранимости, часто беспомощности у него есть и сильные стороны.

Как вы думаете, какие сильные стороны характера, личности есть у вашего деревца – вашего ребенка? Подчеркните это в рисунке или добавьте к рисунку то, что кажется вам необходимым.

Педагог-психолог дает время на рисование. Родители рисуют.

Педагог-психолог: Расскажите о том, что вы добавили к рисунку, когда изображали сильные стороны вашего ребенка. Какие чувства у вас сейчас, когда акцентировали свое внимание на сильных качествах ребенка?

Родители делятся своими ощущениями.

Педагог-психолог: у каждого человека бывают трудный период в жизни. И если у взрослых есть опыт, чтобы преодолевать трудности по мере того, как они возникают, то ребенку бывает

сложно это сделать. Мы можем не увидеть явных признаков эмоционального напряжения. Изменения в характере, во внутреннем состоянии, в отношениях с близкими людьми часто происходят медленно и незаметно. Как вы думаете, как вы, родители, можете поддержать своего ребенка? Какие у него есть ресурсы? *(Родители отвечают.)* В каких ситуациях, по вашему мнению и наблюдениям, ребенок восполняет свои эмоциональные затраты, снимает напряжение? Каким делом ребенок чаще всего занимается, когда вы видите, что у него повышается настроение? Чем вы можете ему помочь? *(Родители отвечают.)*

Визуализация «Мой трудный день»

Педагог-психолог: сейчас я предлагаю представить ваш день с ребенком, поговорить о трудностях, с которыми вы сталкиваетесь. Сядьте пожалуйста удобнее, облокотитесь на спинку стула. Закройте глаза. Глубоко вдохните и выдохните. Вдох и выдох. Почувствуйте свое дыхание. *(Пауза.)* Позвольте вашим ногам и рукам расслабиться. Вспомните и представьте свой день, связанный с вашим ребенком. День, наполненный суетой, заботами, проблемами и трудностями. *(Пауза.)* Какие события происходят в этот день? С чем они связаны? Что делаете вы? Что делает ребенок? Представьте все в деталях: как дышится *(пауза)*, как ощущаются мышцы *(пауза)*, как расправлены плечи *(пауза)*, что видите и слышите вокруг себя *(пауза)*, какие эмоции и чувства испытываете *(пауза)*. Погрузитесь в выбранный вами день, побудьте в нем. Попробуйте посмотреть на себя со стороны. Как

вы выглядите? (*пауза.*) Что чувствуете? (*пауза.*) Почему этот день такой трудный? Что бы вы хотели поменять? (*пауза.*)

Теперь представьте перед внутренним взором источник – источник жизненных сил. Это может быть знакомый вам источник, из которого вы черпаете свои внутренние силы, или любой другой образ, который рисует вам ваше воображение. Каким вам представляется источник жизненных сил? Приблизьтесь к нему. Что вы ощущаете? Какие чувства вы испытываете? По взаимодействуйте с ним. Отметьте свои чувства, ощущения, мысли, эмоции, которые вы при этом испытываете? Прислушайтесь сейчас к своему настроению. Что вам сейчас хочется сделать? Сейчас вы совсем рядом с источником. Почувствуйте, как вы наполняетесь этой жизненной силой, почувствуйте ее во всем вашем теле. (*пауза.*) Побудьте в этом состоянии столько, сколько вам захочется. (*пауза.*) Как вы себя сейчас чувствуете? Ваши ощущения изменились? Какие они стали? Запомните все, что представилось вам: свои чувства, эмоции, ощущения, источник, который питает вас жизненной силой и энергией. Вы можете вернуться к источнику, когда захотите. Сделайте что-нибудь на прощание, если вам этого хочется. (*пауза.*)

Постепенно возвращайтесь обратно, в эту комнату и открывайте глаза, потянитесь, встряхните руками, улыбнитесь друг другу.

Если у вас есть желание поделиться своими мыслями и чувствами, вы можете это сделать.

Часто родители описывают свое состояние так: «Я как выжатый лимон», «Чувствую себя как в бесконечном лабиринте», «Руки опускаются», «Я как разряженная батарея и мне никак не зарядиться», «Я на нуле». Важно поддержать родителей, используя активное слушание, телесный контакт.

Упражнение «План по восполнению ресурсов»

Педагог-психолог: Мы встречаемся с трудностями каждый день. Расскажите, с какими трудностями сталкиваетесь вы? (*Родители отвечают.*) Какие ресурсы и сильные стороны у вас есть? Каких ресурсов вам не хватает? (*Родители отвечают.*) Что может помочь вам справиться с трудностями и восполнить ваши ресурсы? (*Родители отвечают.*)

Помните о том, что, пока вы молоды, у вас достаточно сил, но в течение жизни ваши ресурсы расходуются. Я предлагаю вам подумать и записать на листочке, что вы будете делать, чтобы их регулярно пополнять. Продумайте, как контролировать, оценивать и расходовать свои ресурсы с максимальной эффективностью.

Педагог-психолог дает время на задание. Родители записывают свои мысли.

Педагог-психолог: Представьте, пожалуйста, свой план по восстановлению. (*Родители рассказывают о своих планах.*) Хорошие планы. Давайте попробуем их дополнить. Родители и педагог-психолог в групповом обсуждении дополняют и обогащают индивидуальные планы восстановления.

Упражнение «Большой сад»

Педагог-психолог: предлагаю вернуться к вашим рисункам. Предлагаю рисунки приклеить на стену, рядом с рисунками других участников. Родители развешивают рисунки.

Педагог-психолог: посмотрите, рисунки разные, но в то же время, у них много общего. Деревья находятся в одном саду, они защищают и поддерживают друг друга. Так и в реальной жизни важно иметь рядом друга – того человека, который выслушает, поймет и поддержит.

Заключительная часть

1. Педагог-психолог: Наша встреча подходит к концу. Я благодарю вас, уважаемые родители. Спасибо, за то, что вы искренне делились своими проблемами и переживаниями, ошибками и успехами. Надеюсь, что ваши поиски и успехи, напряжённый душевный труд, который вы демонстрировали сегодня найдут отражение в понимании своих детей и себя. Я прощаюсь с вами следующими словами. «Мне послан ребенок; это дорогой мой гость; я благодарен ему за то, что он есть. Он так же призван к жизни, как и я, это нас объединяет – мы есть, мы живые люди. Он такой же, как и я, он человек, и нет будущей человек, а сегодняшней, и потому он другой, как и все люди; я его принимаю, как всякого другого человека. Я принимаю ребенка, такой какой он есть. Я принимаю его, я охраняю его детство, я понимаю, терплю, принимаю, прощаю. Я не применяю силу к нему, не угнетаю его своей силой, потому что я его люблю. Я люблю его, и я благодарен ему за то, что он есть, и за то, что

я могу его любить, и тем самым я возвышаюсь в духе своем».
Желаю Вам хорошего дня!

Гачегова Татьяна Васильевна,

педагог-психолог

Муниципальное автономное образовательное учреждение

«Савинская средняя школа»

Применение арт-терапевтических и игровых технологий в работе с родителями

Аннотация: Актуальность выбранной темы обусловлена необходимостью повышения уровня мотивации родителей обучающихся общеобразовательных организаций к повышению родительских компетенций. И сделать это можно посредством эмоционального воздействия.

Ни для кого не секрет, что спустя какое-то время с начала обучения ребенка в школе у родителей снижается активность во взаимодействии с образовательной организацией. И, в первую очередь, это ярко демонстрирует нежелание мам и пап посещать родительские собрания. А ведь именно родительское собрание в различных его вариантах (лекция специалиста, семинар-практикум, тренинг и т.п.) – наиболее распространенная форма работы с родителями. И я, как психолог, вижу своей целью сделать так, чтоб взрослым хотелось идти в школу, чтоб родительское собрание стало для них не скучной обязанностью, а интересным общением и источником новых знаний и опыта.

За годы психолого-педагогической практики мне удалось найти средства и методы, которые делают встречу педагога и родителей более живой и интересной.

Прежде всего, планируя работу, необходимо продумать тематику встреч. Стоит предложить родителям не только темы стандартные, обязательные, например, об адаптации обучающихся или возрастных особенностях, но и темы, которые отражают актуальные проблемы семьи, личности родителя, отношений. Допустим такие:

- Организация развивающей среды в семье «Ученье начинается с семьи»;
- «Арт-терапия как средство сенсорного развития ребенка»;
- «Влияние родительского стиля воспитания детей на формирование личности»;
- «Наказание и поощрение в семье»;
- «Причины и последствия детской агрессии»;
- «Сепарация детско-родительских отношений как часть формирования личности».

Следующий этап – информирование родителей о предстоящих собраниях и их тематике. Это можно сделать через размещение информации на сайте школы и в социальных сетях. Важно, чтоб анонс был привлекательно оформлен и раскрывал ключевые моменты. Сама по себе «Афиша» должна быть арт-объектом. К данному этапу работы активно подключаются и классные руководители.

Каждая встреча непременно сопровождается презентацией. К приходу родителей в аудиторию на большом экране их должна встречать красочная тематическая обложка, отражающая содержание мероприятия и настраивающая на позитивное восприятие.

Что касается самой презентации, лучше заменить часть текста красочными иллюстрациями.

Какие же приемы и техники можно использовать на родительском собрании? Например, «Рисование вдвоём», когда двум сидящим рядом людям связывают по одной руке, каждому дают карандаш и один на двоих лист бумаги, и просят нарисовать рисунок. Данную технику уместно применять при обсуждении темы сепарации детско-родительских отношений или темы подросткового кризиса. По окончании рисования нужно обязательно дать возможность родителям проговорить, какие ощущения они прочувствовали и какие эмоции испытали. Можно провести параллель с тем, что чувствуют их дети, находящиеся «на привязи» у своих родителей. Игра с рисованием дает прекрасный результат!

Еще один прием, активизирующий родителей. Это детская игра «Рисование на спине», суть которой – угадывать по ощущениям, что рисует на твоей спине партнер. Во избежание сопротивления при тактильном контакте рекомендую использовать палочки для суши или не заточенные карандаши. Данная игра демонстрирует, как можно развивать сенсорику ребенка, не прибегая к сложным инструментам. Так же эта игра

способствует снятию эмоционального и физического напряжения у присутствующих, поднимает настроение. Игровые ситуации дают возможность показать родителям способы решения конфликтных ситуаций, исправлять какие-то черты характера, бороться со страхами.

Таким образом, через игру, созерцание эстетических объектов, через самостоятельное творчество можно решить сразу несколько задач:

- снятие напряжения в группе взрослых;
- повышение самооценки присутствующих;
- нормализация отношений в социуме;
- осознание психологических проблем.

Родители получают положительные эмоции. А это, в свою очередь, способствует тому, что они уже не ассоциируют школу со скукой и принуждением и на собрания приходят с удовольствием.

Список литературы

1. Добряков И.В. Глава «Системная семейная психотерапия» Под ред. Э.Г. Эйдемиллера, вышедшей в свет в серии «Практикум по психотерапии» в издательстве «Питер».

[электронный ресурс]:

<https://www.psymama.ru/biblioteka/stati/voprosi-pp/igra-v-semejnoj-psihoterapii>

2. Мулышина Ж. Арт-терапия для взрослых.
<https://tutknow.ru/psihologia/6993-art-terapiya-dlya-vzroslyh.html>

*Мехоношина Анастасия Павловна, педагог-психолог
Государственное учреждение дополнительного образования
«Пермский краевой центр «Муравейник»*

*Потапова Александра Владимировна, педагог-психолог I
квалификационной категории,*

Глухова Надежда Васильевна, педагог-психолог

Муниципальное автономное учреждение

дополнительного образования

«Центр детского творчества «Ритм» г.Перми

Формирование графомоторных навыков у детей с умеренной умственной отсталостью

Аннотация: культурно складывается так, что задачи взрослого человека очень сильно сконцентрированы вокруг ребёнка. В этих условиях большинство из родителей не имеет возможности обратить внимание на свои личностные особенности, которые проявляются в их родительской роли. В рамках реализуемой нами программы мы предлагаем каждому из родителей в процессе воспитания сделать акцент на свою личность. Одно из используемых с этой целью упражнений мы предлагаем в данной статье.

Сегодня существует острая потребность в оказании помощи и поддержки родителям в эффективной реализации родительской функции. По мнению многих авторов (И.Н. Андреева, А.Я. Варга, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.С. Спиваковская и др.), возник ряд

противоречий между существующими навыками и компетенциями современных родителей, и изменившимися требованиями общества к родительству. Недостаточная сформированность необходимых навыков приводит к нарастанию необходимости специальных мероприятий по её решению. Постоянные изменения и усложнения социальной среды, многообразие подходов по воспитанию детей, различные доступные материалы по выходу из проблемных ситуаций создают дезориентированность и высокую неопределенность, что приводит к неэффективности полученных родителями знаний [1, 2].

Данные задачи в настоящее время решаются на различных уровнях, в том числе, и в дополнительном образовании. Отношения между обучающимися, их родителями и педагогами учреждений дополнительного образования построены на основе свободы выбора. И, как правило, большинство родителей в силу загруженности жизни не всегда могут найти время и силы для активного общения с педагогами и психологами, а также не обременены обязанностью систематически с ними общаться. Успешным решением данной задачи воспитания, на наш взгляд, будет являться целенаправленная организованная работа с родителями в интерактивном (онлайн) формате.

Для решения этой задачи в содружестве двух центров дополнительного образования ГУ ДО «Муравейник» и ЦДТ «Ритм» была создана программа «Шаг навстречу». Ее цель – психологическое просвещение родителей по вопросам семейных

отношений и формирование активной, осознанной родительской позиции в процессе воспитания ребёнка с помощью лекционных, дискуссионных и психотехнических методов. В рамках этой программы был разработан и реализован вебинар «Быть родителем». Он нацелен на актуализацию и осознание индивидуальных представлений о родительской роли, с возможной корректировкой в сторону позитивных изменений. На вебинаре были представлены теоретические аспекты различных стилей воспитания и предложены практические упражнения.

В настоящей статье предлагаем подробное описание практического упражнения «Карта вашей жизни», которое было предложено слушателям на упомянутом выше вебинаре. Это упражнение позволяет человеку направить фокус внимания на «большую жизнь» и посмотреть на неё как бы со стороны, поскольку родительство – важная часть жизни, и в ней присутствуют и другие, не менее важные, сферы.

Участникам предлагается взять лист бумаги, ручки или карандаши и нарисовать определённую территорию, которая будет отражать их жизнь в целом. Далее необходимо подумать, из каких ещё сфер, помимо родительства, состоит их жизнь. Может быть, какую-то часть жизни занимает работа, хобби или общение с друзьями, родными. Затем предлагается разделить территорию карты на сферы, которые присутствуют в их жизни, подписать их или обозначить цветом, чтобы это было наглядно.

После того, как участники нарисовали карту своей жизни, им предлагается ответить на следующие вопросы:

— Как взаимосвязаны сферы Вашей жизни?

— Насколько они отличаются по размеру? Какая сфера больше, чем все остальные, какая – меньше?

— Какие границы Вы видите между ними? Жёсткие они или гибкие?

— Как Ваше «Родительство» соседствует с другими областями жизни? С какими именно?

— Какой сфере Вы сейчас уделяете больше всего сил и внимания?

— Какая сфера жизни Вас питает?

После обсуждения предложенных вопросов дополнительно можно подумать над тем, что значит для участников полученная карта, что она им даёт, какие эмоции вызывает, устраивает их вообще, или у них появляется желание как-то её изменить.

Таким образом, описанное выше упражнение позволяет участнику увидеть новые грани себя, как родителя. Также хочется обратить внимание на то, что предложенное упражнение является лишь одним из возможных способов обращения человека к глубинным особенностям своей личности. На наш взгляд, кажется важным регулярная систематическая работа в данном направлении для того, чтобы полученный новый опыт мог встраиваться в собственную картину мира.

Список литературы:

1. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия: Краткий лекционный курс / А.Я. Варга. – СПб.: Речь, 2001. – 143 с.
2. Гурко Т.А. Родительство: социологические аспекты / Т.А. Гурко. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 2003. – 164 с.

*Зябрева Вероника Сергеевна,
магистр социальных наук по специальности «Психология»,
педагог-психолог
Государственного бюджетного профессионального
образовательного учреждения «Пермский колледж
предпринимательства и сервиса» г. Перми*

**Арт-терапевтическая техника
«Если бы я был государством»**

Аннотация: В статье рассматривается арт-терапевтическая техника, используемая в консультативном процессе детско-родительских отношений. Упражнение имеет диагностическую, терапевтическую и развивающую цели, направленные на гармонизацию взаимоотношений, снижения уровня конфликтности, определения перспектив сотрудничества. Представлены процессуальные этапы и преимущества методики в работе педагога-психолога.

Арт-терапевтическая техника «Если бы я был государством» является модификацией сказко-терапевтической методики «Карта сказочной страны» Татьяны Зинкевич-Евстигнеевой [2]. В разных источниках можно встретить первоначальное название упражнения как «Карта внутреннего мира», «Мой внутренний мир».

Основная цель методики: гармонизация взаимоотношений, снижения уровня конфликтности, определения перспектив сотрудничества в процессе парного взаимодействия родителя и ребенка.

Диагностическая цель: определение детско-родительских контактных форм (конфликтные зоны, сферы взаимодействия, личные границы ребенка и родителя, стратегии поведения в конфликте).

Развивающая цель: формирование целостного двухмерного изображения «личностной картины мира», создание пространства для безопасного взаимодействия, определение актуальных правил эффективного взаимодействия.

Техника может применяться в работе с учащимися от 10 лет и старше, их родителями. Необходимые материалы: белая бумага формата А4 или А3, набор карандашей или фломастеров, или мелков.

К основным этапам техники «Если бы я был государством» относится:

- 1 Создание карт государств (родитель и ребенок, либо несколько членов семьи);
2. Экскурсия по государству;
3. Определение форм сотрудничества и создание мостов дружбы;
4. Обсуждение готовых работ;
5. Выход из упражнения.

Инструкция к упражнению для родителя и ребенка:
«Предлагаю Вам сегодня исследовать свои способы общения и взаимодействия с окружающим миром, близкими людьми, друзьями. Для этого необходимо не задумываться, не стараться, а просто позволить руке рисовать то, что хочется..., давайте, пофантазируем и представим, что у вас есть своя страна, только ваша и для вас. И попробуем создать карту этого государства (примерно, как географическую карту). Чтобы получилось выполнить задание, необходимо выполнить следующие шаги:

- Обозначить границы государства.
- Потом, нарисовать все, что находится в стране. Например, природный ландшафт, погоду, замки, корабли... Все, что захочется, все, что по-вашему мнению важно для существования этого государства.
- Определить «Вход» и «Выход» в вашу страну на карте.
- Придумать название государству.
- Необходимо обозначить имеются ли рядом с вашим государством дружественные и недружественные страны (дам им названия);
- Также важно подумать какие правила действуют в этом государстве?
- Найти ответ на вопрос «Кто самый главный в государстве»?
- Что будет если нарушить правила страны?

- Также важно отметить на рисунке, какие способы защиты у государства есть? (в случае внезапного нападения врагов).

- В конце работы вы приглашаете на экскурсию в ваше государство. На создание государства отводится 30 минут».

Необходимым условием для конструктивных и успешных форм взаимодействия ребенка и родителя является этап техники – «мосты дружбы». Педагог-психолог говорит о том, что два государства могут сотрудничать друг с другом. Поэтому и родителю, и ребенку необходимо нарисовать на картах друг друга подарки (это то, чем каждое государство может поделиться), а также нарисовать мосты, которые будут соединить эти страны.

На этапе обсуждения работ педагог-психолог задает вопросы: «Каким образом взаимодействуют государства?», «Чем могут быть полезны друг другу?», «Что узнали о другом государстве нового?».

В процессе анализа готовых арт-терапевтических продуктах является [3]:

- Общее впечатление от рисунка. Чувства и переживания, которые вызывает государство;

- Масштаб государства и его расположение на листе (географическое расположение – воздух, суша, вода). Чем удаленнее и недоступнее государство, тем более изолированный внутренний мир личности.

- Расположение государства в пространстве листа (центральное расположение, расположение слева или справа,

расположение сверху или снизу). Левая часть также может символизировать внутренний мир человека; отражать его глубинные личностные процессы. Центральная часть – это актуальная ситуация настоящего, то, о чем думает, к чему стремится, что является для значимым. Правая, часть символизирует будущее, социальные процессы, взаимоотношения в социуме, устремленность в будущее. Верхняя часть символизирует ментальные процессы: мысли, идеи, фантазии, планы, воспоминания. Центральная часть символизирует эмоциональные процессы. Нижняя часть символизирует сферу реальных действий.

- Характер границ государства. Насколько прорисованы они, насколько высокий забор, имеется ли дополнительные границы, кто охраняет эти границы, кто защищает государство. Эта информация может создать образ личных границ, стратегий защиты своих интересов, способов реагирования на приглашение к коммуникации, модель поведения в конфликте и готовности к взаимодействию с миром вокруг.

- Расположение «флажка входа» и «флажка выхода». Это способы установление коммуникативного акта.

- Правила государства. Это показатель ведущих ценностей личности.

- Наличие других государств и их масштабы. Показатель межличностных форм взаимодействие с другими.

- **Формы сотрудничества (мосты дружбы).** Это интегративная характеристика готовности к вступлению в контакт [1].

В завершении важно отметить, что данная техника позволяет получить информативное представление об актуальных детско-родительских взаимоотношениях, помогает представить картину мира личности, возможные стратегии коррекционной работы педагога-психолога по оптимизации выявленных сложностей.

Список литературы

1. Володина К.А. Применение арт-терапии в деятельности практического психолога в организации // Организационная психология. 2017. №2. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-art-terapii-v-deyatelnosti-prakticheskogo-psihologa-v-organizatsii>

(дата обращения: 04.10.2022).

2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б. Карта сказочной страны // Школьный психолог. 2003. №45. URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200304509>

(дата обращения: 04.10.2022)

3. Новикова К.В., Жевтун И.Ф. Программа арт-терапевтических занятий по коррекции детско-родительских отношений // Психолог. 2022. №3. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/programma-art-terapevticheskikh-zanyatij-po-korrekcii-detsko-roditelskih-otnosheniy>

(дата обращения: 01.10.2022).

Мельник Наталья Витальевна,

педагог-психолог

МАДОУ «Сылвенский детский сад «Рябинка»

Поколение Z: как быть на одной волне со своими детьми?

Аннотация: Проблемы воспитания детей в эпоху социальных сетей и общедоступности интернета требуют особого внимания родителей. Какие современные проблемы детей стоит учитывать в воспитании? Как опираться на сильные стороны ребёнка и видеть его потенциал? Как выстраивать отношения с современным ребёнком? Как научиться получать радость от воспитания?

Воспитание современного подростка – это непростая родительская задача. Найти общий язык, быть по-настоящему близкими, доверять, просить помощи и совета, получать радость от воспитания удаётся не всем мамам и папам. Методы воздействия на ребёнка (убеждение, нотации, обвинения, подавления), которые применяют взрослые, не приносят должного эффекта. Как быть на одной волне со своим подростком? Ответ на этот вопрос даёт теория поколений.

Теория поколений возникла в 1991 году. Её создателями стали американские учёные Нейл Хоув и Вильям Штраус. Теорию поколений для России в 2003–2004 году выполнила команда под руководством Евгении Шамис.

Теория поколений показывает, что промежуток времени, в который родился тот или иной человек, влияет на формирование его ценностей и мировоззрения.

Можно выделить четыре основные группы ценностей: здоровье, семья, социальные и духовные ценности. Формирование ценностей происходит согласно данной теории примерно до 12–14 лет.

В России выделяют следующие поколения:

Величайшее поколение (1900–1923). Ценности людей, принадлежащих к данному поколению, формировались до середины 30-х годов прошлого века. На эти годы пришлись: революция, Гражданская война, коллективизация, электрификация. Людей Величайшего поколения отличают трудолюбие, ответственность, вера в светлое будущее, приверженность идеологии, семья и семейные традиции, категоричность суждений.

Молчаливое поколение (1923–1943). Ценности этих людей формировались до середины 50-х годов. Значимые события: Великая Отечественная война, сталинские репрессии, сначала разрушение страны, потом восстановление. Только в своей семье эти люди могли говорить на любые темы, обсуждать проблемы, в остальных же местах они контролировали себя. Отсюда и название поколения — молчаливое. Эти люди очень законопослушны.

Поколение беби-бумеров (1943–1963). Значимые события: победа в Великой Отечественной войне, советская "оттепель",

покорение космоса. Люди этого поколения выросли в настоящей супердержаве. Они верили в свою страну, им присущ оптимизм, коллективизм.

Поколение X, или Неизвестное поколение (1963–1984). Ценности людей этого поколения: готовность к изменениям, возможность выбора, глобальная информированность, техническая грамотность, индивидуализм, стремление учиться в течение всей жизни, неформальность взглядов, поиск эмоций, прагматизм, надежда на себя, равноправие полов. Это так называемое поколение с ключом на шее, дети, которые приучались к ранней самостоятельности. События: закрытость страны, застой, холодная война, война в Афганистане, появление наркотиков, начало перестройки, бум разводов. Семейные ценности в это время очень пошатнулись, многие женщины — представители данного поколения стали заниматься бизнесом, стремиться к самостоятельности.

Поколение Y или Next (1984–2000). Их ценности: свобода, развлечения, результат. В систему ценностей этих людей также включены понятия "гражданский долг" и "мораль", "ответственность", но при этом их отличает наивность и умение подчиняться. События: распад СССР, теракты, военные конфликты, бурное развитие коммуникаций, цифровых технологий, интернета, мобильных телефонов. Скорости развития стали очень высокими. Наступила эпоха брендов. Основные проблемы людей этого поколения: наркомания, табакокурение, алкоголизм.

Поколение Z (с 2000). Поколение людей, родившихся после 2000 года и продолжающих рождаться по сей день. Поколение Z в России — это ещё школьники. Ценности поколения Z в процессе формирования. Глобальные события, которые происходят сейчас, во время взросления детей из поколения: мировой финансовый кризис, укрупнение бизнеса, создание торговых сетей. Какие особенности можно увидеть у детей поколения Z уже сейчас? Дети предпочитают текстовое общение разговору. В сети у них множество друзей, которых они знают только по переписке. Подростки не любят гулять со сверстниками на улице, ведь там нужно выстраивать «живое» общение, а это гораздо сложнее, чем в интернете. Чтение кажется им скучным и долгим. Информацию они черпают из интернета. Современные дети с трудом переносят ожидание, стремятся к быстрому результату. Усидчивость и терпение им не свойственны. Итак, общие характеристики поколения Z следующие.

«Клиповое» мышление.

Клиповое мышление — особенность человека воспринимать мир через короткие яркие образы и послания теленовостей или видеоклипов. Если верить недавним исследованиям, то можно отметить, что у поколения Z продолжительность внимания сократилась до 8 секунд. Они не могут сосредоточиться ни на чём более длительное время.

Представители этого поколения выросли в мире, в котором возможности просто безграничны, а вот времени на все не хватает.

Поэтому они адаптировались к необходимости очень быстро оценивать и просеивать огромные объёмы информации.

Следование за кураторами.

Люди поколения Z следуют за кураторами, доверяют им, пытаются понять, где находится наиболее адекватная информация и лучшие развлечения. Эти инструменты необходимы поколению Z для того, чтобы уменьшить потенциальный выбор из множества вариантов. Для того чтобы завоевать их внимание следует обеспечить переживания, приносящие немедленную пользу и являющиеся очень увлекательными.

Социальное взаимодействия.

Поколение Z развивается в век чатов, форумов, сообществ. Они вроде бы и вместе, но каждый в своём гаджете, каждый у себя дома. Семья для них самое безопасное место. Им свойственна необходимость постоянно обмениваться информацией.

Ориентация на успех.

"Я ещё не знаю, кем я буду, но обязательно добьюсь успеха" — это девиз людей поколения Z.

В действительности поколение Z сталкиваются с теми же проблемами, возникающими на определённом жизненном этапе у всех: расставанием с родителями, началом карьеры, формированием личной идентичности. Однако им приходится делать это в стремительную технологическую эпоху.

Как родители могут помочь своим детям, которые являются представителями этого поколения?

- Если ребёнок испытывает трудности общения, то не пытайтесь заблокировать доступ ребёнка к социальным сетям и запретить ему переписываться. Подросток будет злиться и считать взрослых врагами. Так вы рискуете нарушить самое важное — контакт между вами и вашим ребёнком. Вместо этого показывайте подростку, как можно устанавливать социальные контакты в реальной жизни: устраивайте экскурсии, походы в музеи и в кино. Предложите записаться в новую секцию или приобрести курсы дополнительного образования.

- Если ребёнок испытывает трудности с вниманием, то сделайте так, чтобы ему было интересно. Включите в процесс воспитания регулярное чтение. Для выработки усидчивости при чтении рекомендуется ставить будильник. Сначала можно отрываться от книги каждые 10 минут, потом 20, 30 и так далее. В паузах полезно пересказывать прочитанные отрывки и анализировать поступки героев, а ещё лучше — тезисно конспектировать прочитанное. Результат — аналитический ум и порядок в голове современного подростка. Устраивайте дискуссии, учите искать альтернативные точки зрения и подвергать сомнению услышанные факты. Так подросток не будет слепо верить всему, что пишут в сети. Введите в семейное правило день отдыха от информации. В этот день нельзя ничего смотреть или читать. Потребление заменяется созиданием и творчеством: можно писать, рисовать, общаться офлайн.

Как строить отношения с ребёнком поколения Z?

- Избегайте критики;

- Проявляйте тактичность и приветливость;
- Учитывайте их индивидуальность;
- Применяйте неформальный подход в общении;
- Не тратьте много времени на объяснения, лучше вместе посмотрите хороший фильм или предложите познавательную игру;
- Говорите о своих требованиях коротко и четко;
- Чаще хвалите. Похвала необходима современным детям;
- Займите их досуг. Они не хотят, чтобы их учили, но очень любят учиться.

Не пытайтесь изменить вашего ребенка и сделать из него человека, с такими же убеждениями, установками и взглядами как у вас. Примите как факт — он другой, он в чем-то лучше вас. Помогите ему войти во взрослую жизнь, поделитесь своим опытом и присмотритесь повнимательнее — возможно, вам тоже есть чему поучиться у него.

Список литературы

1. Решетников О.В. Поколение Z и недалёкое будущее рынка труда. Санкт-Петербург, 2014.
 2. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – М.: Издательский центр «Академия», 1999.
- Кудашева А.С. Здравствуйте, поколение Z. [Электронный ресурс].

Савельева Юлия Викторовна

педагог – психолог

МАДОУ «Двуреченский детский сад «Семицветик»

«Работа педагога - психолога ДОУ по снижению уровня тревожности и формированию мотивации к обучению в школе у будущих первоклассников»

Аннотация: Проблема мотивации учения в наше время не теряет своей значимости, именно это указывает на важную роль данного вида мотивации для развития личности. Мотивация учения прямо связана с качеством и результативностью учебной деятельности.

Известно, что переход из сада в школу для старших дошкольников связан с переживанием определенного стресса, повышением тревожности, связанной с содержанием его будущей школьной жизни. У некоторых детей эта тревожность оказывается очень высокой и может служить существенным препятствием, во – первых, для учебной деятельности, во – вторых, в целом для психологического благополучия ребенка в школе.

После проведения диагностики с детьми подготовительных групп в МАДОУ «Двуреченский детский сад «Семицветик», выяснив, что познавательного мотива у детей, не обнаружено, в то время как мотив достижения у (40%) детей, мотив общения у (30%) детей, а игровой мотив преобладает у (30%) детей. Дети, у которых уровень тревожности более высокий не мотивированы

на получение знаний, их мотивы заключаются на общении и игровой деятельности, в 40% ориентируются на достижения. Описывая сравнительные результаты необходимо отметить, что дети, имеющие более высокий уровень тревожности, имеют сниженный уровень учебной мотивации. Мной была разработана программа, направленная на снижение уровня тревожности и формирование мотивации к обучению в школе у будущих первоклассников.

Задачи программы:

- 1.Повысить уровень адаптивности поведения, посредством организации игровой деятельности;
- 2.Работать над снижением уровня тревожности;
- 3.Посредством сюжетно-ролевой игры формировать устойчивую мотивацию к обучению в школе.

Так как в возрасте 6-7 лет у ребенка ведущим видом деятельности является игровая, то программа проходила в игровой форме.

Сюжетно-ролевая игра, является творческой деятельностью, поэтому детям всегда доставляет радость и удовольствие. Средством реализации сюжета и главным компонентом сюжетно-ролевой игры, является роль. Для ребенка — это его игровая позиция: он соотносит себя с каким-либо персонажем сюжета и действует в соответствии с ролью. Роль является для него образцом того, как надо действовать, он оценивает поведение участников игры и свое собственное. Постепенно, во время выполнения роли, главным для ребенка становится смысл

социальных отношений, а последовательность действий уже не так важна. В этом вхождении в человеческие отношения и в их освоении заключается сущность игры. Именно это и определяет то влияние, которое оказывает игра на психическое развитие ребенка.

Структурное содержание программы: включает в себя индивидуальную, подгрупповую, групповую формы работы.

Тематика сюжетно-ролевых игр перекликается с перспективным планом работы группы, дополняя уже имеющийся игровой инструментарий играми.

После апробации программы в течение учебного года была проведена повторная диагностика.

По результатам сравнительного анализа видно, что при значительном снижении уровня тревожности, уровень мотивации стал гораздо выше, и продуктивнее. Тревога, таким образом, относится к составным эмоциям. Старший дошкольный возраст — это начало становления мотивации учения, от которого во многом зависит ее судьба в течение всего школьного возраста. Для школьного обучения наиболее благоприятной считается ситуация, когда в роли ведущих выделяется пара мотивов: познания и достижения. Познавательный мотив поддерживает стойкий учебный интерес, а мотивация достижения обеспечивает при необходимости включение волевых усилий в учебную деятельность.

Явное преобладание познавательного мотива без поддержки мотива достижения также не всегда обеспечивает успешность обучения.

Такие дети часто имеют выраженные познавательные интересы в

какой - либо другой области и предпочитают заниматься только тем, что им интересно, игнорируя другие учебные предметы.

Таким образом, учитывая приведенные выше данные, доказано, что с помощью созданной программы снижая уровень тревожности у детей 6-7 лет, подготовительной группы дошкольного учреждения, можно более эффективно сформировать мотивацию к школе у детей.

Ценность работы связана с тем, что результаты могут быть использованы как в практической деятельности педагогов – психологов ДОУ и школы, так и при организации профилактической и коррекционной работы в области школьной тревожности и стимулирования развития мотивации учения у будущих первоклассников.

Список литературы

1. Гинзбург Э. Детская тревожность: как от нее избавиться? // Обучение в России и зарубежом. — 2017.

2. Гогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. — М.: ВЛАДОС, 2014.

1. 3. Деркунская В.А., Харчевникова А.Н. Педагогическое сопровождение сюжетно-ролевых игр детей 4–5 лет.

*Синицына Светлана Владимировна,
Пономарева Елена Анатольевна,
Белова Светлана Николаевна,
классные руководители,
МАОУ «Школа № 7 для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья», корпус 1, г. Березники*

**Повышение психолого-педагогической компетентности
родителей обучающихся с ОВЗ в рамках реализации проекта
«Если вы любите своего ребенка...»**

Аннотация: В статье представлен опыт разработки и реализации педагогического проекта по организации взаимодействия школы и семьи. Проект демонстрирует способ психолого-педагогического просвещения родителей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В настоящее время семья и школа по-прежнему остаются основными институтами социализации и воспитания ребенка. Однако родители, не владея в достаточной мере знанием возрастных и индивидуальных особенностей развития ребенка, порой осуществляют воспитание вслепую, интуитивно. Все это не всегда достигает позитивных результатов. Деятельность родителей и педагогов в интересах ребенка может быть успешной только в том случае, если они станут союзниками, что позволит им лучше узнать ребенка, увидеть его в разных ситуациях и помочь взрослым в понимании индивидуальных особенностей [1].

Федеральные государственные образовательные стандарты отводит ведущую роль развитию их взаимодействия для достижения высокого качества образования, повышения мотивации учащихся к обучению, а также для решения социально-педагогических проблем ребенка [2]. В школе создаются психолого-педагогические условия, направленные на обеспечение развитие психолого-педагогической компетентности родительской общности посредством различных форм просвещения и консультирования, полноценной и последовательной идентификации обучающегося с семьёй, культурно-региональным сообществом.

Осуществляется поиск наиболее эффективных индивидуальных, групповых и коллективных форм работы с семьями для улучшения образовательного и воспитательного процессов. В каждом реальном случае педагог (классный руководитель, психолог) выбирает те формы взаимодействия с родителями, которые учитывают их потребности и предложения.

Обучаясь технологиям «письма родителям» и «психологические ситуации» на курсах в «Академии родительского образования» г. Пермь, нами был разработан и реализован педагогический проект: Серия буклетов для родителей «Если вы любите своего ребенка...».

Цель проекта - психолого-педагогическое просвещение родителей, налаживание позитивной связи: «школа - ребенок – семья».

Задачи:

- Побуждать родителей развивать доброжелательные отношения ребенка к взрослым и сверстникам, заботу, внимание, эмоциональную отзывчивость по отношению к близким, культуру поведения и общения.
- Помочь родителям построить партнерские отношения с ребенком, учитывая «переходный возраст» и личностные особенности.
- Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самореализации.
- Повышать родительскую ответственность в вопросах воспитания.

Проект реализовывался в три этапа:

1 этап – подготовительный (сбор информации, определение запроса, разработку дизайна буклетов);

2 этап – практический (разработка и выпуск серии буклетов для родителей «Если вы любите своего ребенка», знакомство родителей с буклетами);

3 этап – рефлексия (анализ результатов, хода реализации проекта, определение следующих тем, трансляция опыта через педагогические сообщества).

Подготовительная работа заключалась в определении тематики будущих буклетов путем анализа запросов на консультирование родителей и основных направлений

просветительской работы в школе. Был разработан единый шаблон дизайна буклета с допустимыми цветовыми изменениями.

В ходе практического этапа проекта были разработаны буклеты для родителей по следующим темам: о духовно-нравственном воспитании. Общение с агрессивными детьми. Адекватная самооценка у детей. Навыки эффективного общения с детьми. Настоящая родительская любовь. Повышение уверенности ребенка в себе. Слепая родительская любовь. Чувство ответственности. Поощрение и наказание. Адаптация пятиклассников. Осторожно: конфликт! Подготовка к экзамену: это важно! и др.

Буклеты выдавались родителям на тематических собраниях и индивидуальных психолого-педагогических консультациях, при посещении семей или «детской почтой».

Отличительной особенностью оформления наших буклетов является наличие «свободного окна». Там пишутся именные обращения к кому-либо из членов семьи. Это могут быть:

- Поздравление с профессиональными праздниками или победой ребенка в конкурсе или соревновании («Тамара Евгеньевна! Поздравляем Вас с профессиональным праздником «Днем работников почты». Желаем Вам профессиональных успехов и здоровья!»).
- Информация о тематическом мероприятии с обучающимися или родительском собрании («Уважаемые родители! Родительское собрание для параллели 9-х классов по

организации праздника «Последний звонок» состоится 18 октября в 17.30 в актовом зале. Нам важно ваше мнение»).

- Приглашение в школу на детский концерт или выставку (*«Уважаемый, Илья Петрович! В фойе школы будет организована выставка детского творчества, посвященная Дню космонавтики. Ваша с сыном поделка заняла 3 место среди 6-х классов. Приглашаем Вас с 23-27 апреля посмотреть на работы школьников»*).

Оформленный таким образом обыкновенный серийный буклет становится лично-значимым для семьи и занимает место на полке с документами, а не в стопе газет\макулатуры. Причем ценятся не только цветные буклеты, но и черно-белые варианты с радостью родители демонстрируют своим знакомым.

Анализируя результаты эффективности проекта, можно отметить:

- расширение психолого-педагогических знаний у родителей;
- рост посещаемости родительских собраний и обращений родителей за психолого-педагогическими консультациями;
- увеличение активности родителей и обучающихся к участию в различных школьных конкурсах и мероприятиях;
- повышение мотивации к обучению у обучающихся и удовлетворенности родителей воспитательной работой школы.

В заключении можно сказать, что данный проект малозатратный, как с экономической стороны, так и по времени. А если работать командой, то в руках педагогов, психологов

оказывается набор раздаточного материала для просвещения и консультирования родителей по актуальным психолого-педагогическим ситуациям и вопросам. Представленный материал отражает определенный подход в развитии сотрудничества педагогов, обучающихся и родителей.

Список литературы:

1. О взаимодействии педагогов и родителей в условиях реализации ФГОС ОО// Методическое пособие – Орел: Бюджетное учреждение Орловской области дополнительного профессионального образования «Институт развития образования», 2020 г. – 101 с.

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки Российской Федерации. — М.: Просвещение, 2011.

*Белова Светлана Николаевна,
Синицына Светлана Владимировна,
педагоги-психологи,
МАОУ «Школа № 7 для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья», корпус 1, г. Березники*

**Технологии психолого-педагогической и социально-
эмоциональной поддержки семьи, имеющей ребенка
с ОВЗ и ребенка с инвалидностью**

Аннотация. Педагогическое информирование (просвещение), семейное консультирование родителей повышают родительскую компетентность в вопросах обучения и воспитания детей с ОВЗ и инвалидностью. Расскажем о самых эффективных технологиях информирования.

Семейное благополучие в большей степени оказывает влияние на развитие ребенка с ОВЗ. Но семьи обладают разным воспитательным потенциалом, реализуют различные воспитательные функции, многие из них имеют потребность в психологическом сопровождении или помощи психолога. Многие родители в сложившейся ситуации не способны самостоятельно справиться с навалившимся на них грузом проблем. Большинство родителей нуждается в информационной помощи.

В 1 корпусе школы обучаются дети с легкой, умеренной степенью умственной отсталости и с тяжелыми множественными

нарушениями развития. С учетом выявленных проблем в работе с семьями обучающихся мы применяем следующие методы, подходы, технологии:

Метод междисциплинарного ведения случая – это комплекс мероприятий, проводимых совместно с командой педагогов и специалистов для достижения общих целей по улучшению качества жизни обучающегося, защиты его интересов и прав. Это подготовка психологического заключения на ПМПК для уточнения образовательного маршрута на основании результатов диагностики, наблюдения, беседы с родителями.

Технология социально-культурной деятельности – создание условий для детей и родителей, для их свободного общения и познания, т.е. такую воспитательную и развивающую среду, которая позволит им содержательно и интересно проводить время. Организована и действует система детско-родительских мероприятий, имеющих воспитательное значение. В рамках которых проводятся тематические представления и конкурсы, организуются благотворительные акции и реализуются проекты (праздник «День матери», городской конкурс презентаций лучшего опыта семейного воспитания, ежегодный школьный праздник «Семья – это здорово», проект «Радуга жизни» (совместно с городской библиотекой), проект «Музыка добрых сердец» (совместно с музыкальной школой и многие другие).

Технологии формирования здорового образа жизни. Привлекаем семьи к участию в Днях здоровья, городских профилактических акциях, в городских фестивалях спорта для

детей-инвалидов «Без участия нет побед», «Спорт в сердце каждого», выезжаем на лыжную базу «Снежинка», посещаем бассейн «Кристалл». Эти мероприятия способствуют приобщению детей совместно с их родителями к ведению здорового образа жизни. Проводятся «Уроки здоровья» в 5-9 классах, где дети получают рекомендации по поддержанию здоровья, а также приобщению своих родителей к ЗОЖ.

Педагогическое информирование (просвещение) широко применяем в целях повышения психолого-педагогической и социально-правовой компетентности родителей в вопросах воспитания, общения с ребенком, а также по защите интересов семьи. Данную работу организуем в традиционных и нетрадиционных формах: «родительские тренинги», «тематические консультации», «семинары-практикумы», «семейные викторины», «оформление стендов», «родительские собрания», «выпуск буклетов и памяток». В старших классах реализуем программу «Этика», где есть темы «Семья» - построение генеалогического древа, представление родословной.

Технологии формирования ответственного родительства, ценности семейной жизни. Более 10 лет школа имеет статус экспериментальной, инновационной, стажерской площадки от НОУ «Академия родительского образования» г. Перми. Педагоги школы прошли повышение квалификации по теме «Технологии духовно-нравственного воспитания детей и родителей». Ежегодно принимаем участие в работе краевых научно-практических конференций («Технологии формирования осознанного

родительства», «Духовно-нравственное воспитание как неотъемлемый компонент реализации ФГОС» и др.). В своей работе с семьями обучающихся активно используем наиболее эффективные практики: семейные чтения, ведение портфолио семьи, письма родителям, психолого-педагогические ситуации. На основе этих технологий классными руководителями был разработан и реализован педагогический проект: Серия буклетов для родителей «Если вы любите своего ребенка...».

В своей работе применяем *технологии профилактики девиантности и асоциальности*. В летнее оздоровление проводим занятия во время ЛДП (лагеря дневного пребывания) и РВО (разновозрастных отрядов) для обучающихся «группы риска» и СОП, инвалидов и детей из малообеспеченных семей, которые вовлекаются в летнюю занятость в первую очередь. Реализуем программы внеурочной деятельности и факультативных курсов «Уроки добра» и «Развитие эмоционально-волевой сферы», социально-психологические и профилактические программы с детьми группы риска «Сталкер» и «Точка опоры». В работе с обучающимися используем методические материалы международного дистанционного информационно-образовательного проекта «Медиация в образовании» в целях профилактики негативных социальных явлений, жестокости в детско-юношеской среде, в целях формирования бесконфликтной среды и внедрения в практику работы образовательной организации восстановительного подхода, медиативного способа урегулирования споров.

Технология домашнего визитирования совместно с педагогами и специалистами посещаем семьи обучающихся, что позволяет иметь более четкое и наглядное представление о том, в каких условиях живут семья и ребенок, какие существуют проблемы и конфликты, а, следовательно, сделать вывод о том, какие виды помощи необходимо в данном случае предоставить. Плановый мониторинг ситуации в семье, находящейся на контроле, позволяет фиксировать положительные или негативные изменения. Кроме этого, осуществляем внеплановые домашние визиты в семьи, которые находятся уже на крайней стадии кризиса и нуждаются в экстренной помощи, но сами по разным причинам не обращаются или не попадают в систему социальной защиты. Как правило, сигналы о наличии проблемы нам поступают со стороны соседей, знакомых, родственников семьи или выявляются на школьных консилиумах, советах профилактики.

Семейное консультирование (индивидуальное, групповое). Консультативную помощь оказываем в зависимости от запроса клиента или возникшей проблемы. Осуществляем деятельность в сфере оказания психологических услуг семьям и детям, находящимся в кризисном состоянии, в этом помогает пройденная профессиональная переподготовка по программе «Кризисный психолог». При необходимости привлекаем другие субъекты профилактики города (специалисты, службы, учреждения).

Семейная терапия на дому дополняет технологию домашнего визитирования и включена в программу комплексной работы с семьей. Работа с семьей и ребенком в среде, в которой

они живут, стимулирует развитие адаптационного семейного потенциала и разрешение конфликтов. Кроме этого, данную технологию применяем в семьях, когда родитель или ребенок не могут прийти в школу по состоянию здоровья или у них, имеется «психологический барьер» к посещению школы.

Построению работы по психолого-педагогическому сопровождению семьи и применению данных технологий нам помогает постоянное самообразование и обучение на курсах: «Профилактика деструктивных форм поведения у детей и подростков», «Технологии профилактики школьного насилия (буллинга) в образовательном пространстве», «Восстановительный подход в работе с несовершеннолетними», «Медиативные технологии в работе классного руководителя», «Технологии реабилитации семей и детей, находящихся в социально опасном положении», «Технологии психосоциальной помощи детям и подросткам в ситуации суицидального риска», «Системный подход при организации помощи детям из дисфункциональных семей», «Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями».

Проводимая нами работа имеет большое значение для семей, имеющих детей с ОВЗ и инвалидностью. После участия родителей в мероприятиях, проводимых совместно с детьми, они становятся более открытыми, меняют свой взгляд на мир. Они уже не избегают психолого-педагогической поддержки, сами обращаются за консультацией к психологам и начинают

предлагать посильную помощь классным руководителям в проведении мероприятий, организации праздников, экскурсий.

Список литературы

1. Киселева Е.А. «Оптимизация межличностных отношений в подростковом возрасте»
<https://docviewer.yandex.ru/view/1478436143>

2. Манакова М. В. «Психолого-педагогические условия развития межличностных отношений в подростковом возрасте» // Проблемы современного педагогического образования. 2019. №62-3.

3. Микляева А.В., Румянцева П.В., «Трудный класс: диагностическая и коррекционная работа. – СПб.: Речь, 2006.- 203с.

*Таширева Мария Михайловна,
педагог-психолог
Муниципальное автономное
образовательное учреждение
«Школа № 4 для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья» г. Березники*

«КРИК – больше, чем нарушение привязанности»

Аннотация: для большинства родителей крик является эффективным инструментом воспитания ребенка, который применяется в зависимости от послушания или исполнения ребенком каких-либо требований, однако после его использования нередко возникает чувство вины. Что вполне логично. Каждый родитель хочет быть хорошим родителем, и эта мера видится крайней, но необходимой для воспитания. Осознанное и экологичное родительство предполагает осмысление данного инструмента в глубинном аспекте, его влияния на формирование характера ребенка, его поведения, и конечно на формирование детско-родительских отношений как в ближайшей, так и долгосрочной перспективе.

Когда дети маленькие, очень хочется от них тишины и беспрекословного послушания. А мечтается, что они вырастут смелыми и самостоятельными и с хорошими границами. Парадокс, не правда ли? Да, воспитание криками и угрозами

может сделать малышей покладистыми (уж очень им страшно), но не поможет вырастить сильных и счастливых взрослых.

Крики родителей разрушают личность ребенка. Конечно, чем старше ребенок, тем он менее восприимчив к этому, он учиться защищаться. Он перестает доверять самым близким людям, теряет веру в себя, учится врать и глушить в себе эмоции. Утрачивает познавательный интерес: «Я боюсь пробовать что-то новое, а вдруг снова ошибусь, и мама будет злиться и кричать».

Ребенок на которого кричат, теряет ощущение самооценности: «Если родители так недовольны мной, то я плохой». Такой человек будет стремиться стать удобным для всех, лишь бы не столкнуться с проявлением агрессии. Или войдет отрицание «Не нужна мне ваша любовь».

Итак, что же на самом деле чувствует ребенок:

- «Так можно» - можно кричать на него, можно кричать и ему;
- «Кто сильнее, тот и прав» - начинает руководствоваться принципом «Нападай или прячься», а не социальными нормами и здравым смыслом;
- «Я ничего не могу поделать, я бессилён что-либо изменить» - попадает в позицию жертвы, лишен собственной активности.

С такими установками ребенку сложно будет адаптироваться в обществе, научиться выстраивать доверительные и долгосрочные отношения с другими людьми. Когда родитель сердится, недоволен, ребенок ребенок воспринимает это как

разрыв связи. В детской лимбической системе мозга загорается тревожная сирена, становится страшно и тревожно. Сложно направлять энергию на свое развитие, когда боишься, что при любом неосторожном шаге на тебя могут накричать.

А теперь подробнее – почему родители срываются

- Усталость и стресс.

Никакие психологические приемы не помогут перестать кричать на ребенка, если мама или папа физически устают и мало спят. Из-за постоянного недосыпания в кровь выбрасывается избыток гормона стресса – кортизола, и он сильнее медитаций и позитивного мышления. Этот гормон делает нас раздражительными и агрессивными.

- Модель поведения из детства.

Многие взрослые впитали крики как допустимую норму, потому что их самих так воспитывали. Ставили в угол подумать, хватались за ремень, отвечивали тумаки, лишали важных вещей, криком демонстрировали неодобрение, наказывали молчанием и игнорированием. Эта модель из детства неосознанно переносится на отношения с собственным ребенком. Стоит тому немного оступиться, как родитель срывается по привычке.

- Гиперопека.

Родители хотят лучшего для своих детей, поэтому кричат из лучших побуждений: хотят уберечь от опасностей – научить что можно, а что нельзя. Показать, как жить в нашем обществе и соблюдать общепринятые правила; помочь стать воспитанными и самостоятельными, а в перспективе – успешными и счастливыми

во взрослой жизни. НО ничему нельзя научить за ребенка, мы можем только помочь – показать пример и создать благоприятную среду для развития. А учится ребенок сам на своих ошибках.

- Отсутствие терпения

Для детей в новинку абсолютно все в этом мире, даже чтобы научиться ловко перекладывать предмет из рук в руки требуются тренировки. Что уж говорить о более сложных навыках. И понятно, что взрослым порой не хватает терпения наблюдать за этими неуклюжими многократными попытками. Например, когда 10 минут ребенок пытается надеть ботинки. Но если мы не позволим потратить столько времени, сколько нужно ему, то он и научится.

Мы разобрались с последствиями и причинами срывов родителей, теперь поговорим как их можно устранить.

Легко давать такие рекомендации, как «не кричите на ребенка», «не ругайте ребенка», «уважайте своего ребенка» и тд. А вот выполнять получается далеко не всегда – практически невозможно в один момент изменить свое поведение. Любые изменения в своем поведении\характере следует начинать с малого. Важно идти путем медленных изменений!

- Прежде всего стоит честно признаться себе и сказать себе: «Я действительно часто кричу на ребенка, и я хочу это изменить. И вот с сегодняшнего дня я попробую иначе, сегодня я готов меняться»;

- Заготовьте альтернативу поведения! Без нее ничего не получится. Продумайте, как вы себя поведете в следующий

ситуации неприемлемого поведения ребенка. Допустим, ребенок устраивает истерики при походе в магазин – кричит, плачет и требует игрушку. Если раньше мама срывалась, то теперь она действует иначе;

В этом вам поможет, например, техника контейнирования эмоций. Она состоит из 4 последовательных шагов:

1. Принятие – обнимаем, гладим или берем за руку. Так мы показываем, что рядом в сложной ситуации, готовы поддержать;

2. Проговаривание – называем чувства ребенка: «Ты испугался\злишься, обижаешься»;

3. Прояснение ситуации – связываем ситуацию с чувствами ребенка – «Ты злишься, потому что пора идти домой»;

4. Понимание – «Я понимаю, как это досадно\неприятно\не хочется»;

- Позаботьтесь о себе.

Счастливые, наполненные и отдохнувшие родители не срываются на крик. Поэтому второй шаг на пути «как не кричать на ребенка» - устранить усталость и недосып. Откажитесь от тех дел, от которых можно отказаться. Ну и что, что ноги уже прилипают к полу – лучше поспите, чем заняться уборкой. Ребенок не вспомнит насколько грязны у вас были полы, зато он вспомнит вечно уставших и кричащих родителей. Попросите помощи у близких.

Крик не меняет ситуацию и не помогает воспитывать счастливого самостоятельного ребенка. Криком мы только решаем проблему выплеснуть свои негативные эмоции, причем

с помощью беззащитного ребенка. Как только крику уйдут из вашей жизни, ребенок начнет тратить энергию на развитие, а не страх оказаться нелюбимым и переживание чувства беспомощности. Ваши отношения с ребенком станут более доверительными, крепкими и надежными.

Список литературы

1. Данилова Ю. Если вы кричите на ребенка: последствия для его психики и влияние на формирование черт личности [Электронный ресурс]: Детская психология // Статьи и публикации практикующих психологов. 2017. URL: <http://www.b17.ru> (дата обращения: 13.01.2017).

2. Дудкина Д. Нейробиологи выяснили, что родительский крик разрушает мозг детей [Электронный ресурс]: Родителям // Откроем мир вместе. 2018. URL: <https://www.kanal-o.ru/news/9242?ysclid>

3. Октябрева Д. Про крик [Электронный ресурс]: [Трансформационная](https://oktyabreva.ru/kanal?skfuh) игра «Путь желаний» // Техники. 2021. URL: <https://oktyabreva.ru/kanal?skfuh>

4. Петрушин В. Психология крика [Электронный ресурс]: Первое сентября // Здоровье детей № 23. 2004. URL: <https://zdd.1sept.ru/article.php?id>

Болотова Екатерина Александровна,
педагог-психолог
Муниципальное автономное
общеобразовательное учреждение
«Траектория» г. Перми

Метод парных анкет как средство повышения эффективности взаимодействия с родителями

Аннотация: В статье рассказывается о применении анкет в целях повышения эффективности родительских собраний. Рассматриваются принципы создания анкет, цели их прохождения, практическая польза для организации совместной деятельности детей и родителей.

Эффективное взаимодействие педагога и родителей ученика помогает лучше понять индивидуальные особенности ребенка, мотивы его поведения, сформировать навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками, создает благоприятную воспитательную среду.

Основным принципом работы с родителями в современных условиях является отказ от директивного характера общения. Владея большим объемом информации в вопросах воспитания и обучения, родители уже не нуждаются в лекциях и нравоучениях. Построение диалога с родителями как с партнерами ставит перед педагогом задачу поиска новых,

активных форм, в том числе и форм проведения родительских собраний.

Организация обсуждения на родительском собрании результатов анкетирования детей и родителей может стать отправной точкой в построении взаимодействия. Приходя на собрание, родители хотят узнать как можно больше о своем ребенке, не только о том, как он учится, но и том, что он чувствует, что его интересует, как он проявляет себя в школе.

Избираемая для обсуждения на родительском собрании тема не должна быть случайной. Ее выбор обуславливается целевыми ориентирами жизнедеятельности классного коллектива, закономерностями развития личности школьника, особенностями протекания процессов обучения и воспитания, логикой формирования педагогической культуры родителей, стратегией построения и совершенствования взаимоотношений школы и семьи. [2; стр.53]

Так называемые «парные» анкеты, предполагают ответы на одни и те же вопросы детьми и родителями. Применение таких анкет исключает элемент случайности и направлено на изучение детьми и родителями общих интересов. Например, за несколько дней до собрания детям предлагается ответить на вопрос о своих любимых занятиях, и о любимых занятиях родителей. На собрании родителям сначала предлагается по 100-бальной шкале оценить, насколько хорошо они знают своих детей. Затем, им предлагаются те же самые вопросы, только иначе сформулированные. В случае с любимым занятием вопросы могут звучать так: опишите Ваше

любимое занятие и любимое занятие Вашего ребенка. После заполнения анкет, родителям раздаются варианты детей, и, происходит сравнение. После того как родители сравнили обе анкеты им предлагается еще раз дать оценку своим знания о ребенке. Далее педагог инициирует обсуждение результатов сравнения.

На практике, применение данных анкет вызывает живой интерес со стороны родителей, они активно обсуждают варианты, имеют возможность взглянуть на себя глазами ребенка, сделать выводы о качестве общения и времяпрепровождения с ним. Использование этого метода имеет пользу для родителей и вызывает доверие к педагогу, который вместо лекции, создает условия для самостоятельного формулирования выводов.

В то же время педагогу анализ этих анкет помогает сделать выводы о степени заинтересованности родителей жизнью ребенка. В зависимости от вопросов, можно получить данные об особенностях коммуникации в семье, уровне ее сплоченности и т.д.

Основной принцип создания таких анкет заключается в простоте поставленных вопросов, они должны быть сформулированы так, чтобы было возможно получение ответов, как со стороны родителей, так и со стороны детей. Хорошо зарекомендовали себя вопросы, связанные с любимыми блюдами, книгами, фильмами, хобби, любимыми и нелюбимыми занятиями, предпочитаемыми временами года и суток.

Анализ таких анкет позволяет родителям и детям еще раз обратить внимание на близкого человека, попытаться понять, что его интересует, сделать выводы о том, как можно улучшить качество общения. Например, детям можно предложить приготовить для родителей их любимое блюдо, или устроить вечер чтения любимой книги по ролям. Результаты этих анкет могут быть так же использованы для планирования совместной деятельности класса.

Результаты таких анкет могут быть оформлены в облако тегов и размещены в классных уголках или родительских чатах. Обсуждение общих для класса дел, или других категорий, может послужить для сплочения коллектива и иллюстрирования общности интересов.

Список литературы

1. Стефановская Т.А. Классный руководитель: Функции и основные направления деятельности. М.: Академия, 2006.
2. Теория и практика работы классного руководителя. Учебное пособие М.: Мир науки, 2016. - 140 с.
3. Черноусова, Ф. П. Направления, содержание, формы и методы воспитательной работы классного руководителя на диагностической основе: (методические рекомендации) / Ф.П. Черноусова. - Москва: Пед. поиск, 2004. – М., 2004.

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

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

Усл. Печ. л. 4,47. Учетно-изд. л. 4,39