

Журнал издает **«АКТИОН»** Образование

№ **10**

ОКТАБРЬ 2020

СПРАВОЧНИК ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА ДЕТСКИЙ САД

**Готовый набор инструментов
для диагностики когнитивного
развития → 8**



Новый формат вашей
циклограммы дел
на октябрь → 25



Как применять
бихевиористические
техники
в консультировании → 38



«Я больше не могу»,
или Помощь педагогам
с эмоциональными
трудностями → 56



e.psihologsad.ru

Электронный журнал
**«Справочник педагога-психолога.
Детский сад»**

ЧИТАЙТЕ

НА ЛЮБОМ ЭЛЕКТРОННОМ УСТРОЙСТВЕ!

- ✓ нормативно-правовая база с ежедневным обновлением
- ✓ архив номеров с 2015 года
- ✓ удобная система поиска по журналу
- ✓ возможность скачивания статей



Реклама

Оформите **БЕСПЛАТНЫЙ**
доступ к журналу на **3 дня**

e.psihologsad.ru

Четыре способа справиться с последствиями пандемии

В этом году диагностика – особенно ответственная задача, ведь из-за пандемии воспитанники не освоили часть программы прошлого года. Мы подобрали для вас комплект простых техник и стимульного материала → 8. Он позволит быстро оценить когнитивное развитие детей.

Также в октябре станет ясно, с какими конкретными психологическими сложностями вы будете работать в связи с последствиями карантина. Так, бихевиористические техники с примерами пригодятся вам, когда вы будете корректировать страхи и нежелательные поведенческие реакции детей → 38. А еще в номере – подробные инструкции, как помочь педагогам с эмоциональными трудностями и массово организовать просветительскую работу по актуальным вопросам → 56, 62.



Яна Юдина,

ответственный редактор журнала

JYudina@mcsr.ru

Редакционная коллегия

Наталья Авдеева – профессор кафедры возрастной психологии факультета психологии образования МГППУ, к. психол. н.

Инга Адмиральская – психолог, психотерапевт, супервизор

Александр Венгер – профессор кафедры психологии Международного университета «Дубна», д. психол. н.

Марина Зиновьева – доцент кафедры возрастной психологии ОАНО ВО МПСУ, к. психол. н.

Елена Николаева – профессор кафедры психологии и психофизиологии ребенка ГОУ ВПО РГПУ им. А.И. Герцена, д. биол. н.

Евгения Романова – директор Института психологии, социологии и социальных отношений МГПУ, д. психол. н., профессор

Александра Филатова – руководитель психолого-педагогической службы ГБОУ школа «Свиблово», к. филос. н.

Александра Фокина – практикующий психолог, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.

Елена Чепракова – руководитель службы психолого-педагогического сопровождения ГБОУ гимназия № 1748 «Вертикаль», к. психол. н.

Содержание

НОВОСТИ

- 4 Минпросвещения утвердило примерное положение для логопедов
- 5 Родители стали выбирать вариативные типы групп в два раза чаще

КАЛЕНДАРЬ

- 6 Важные даты в октябре



РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

- 8 Готовый набор инструментов для диагностики когнитивного развития
- 25 Новый формат вашей циклограммы дел на октябрь

По вопросам подписки обращайтесь

8 (800) 511-98-65

по России звонок бесплатный



КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

- 38 Как применять бихевиористические техники в консультировании
- 48 Доклад для октября: как улучшить психологический микроклимат в группе
- 56 «Я больше не могу», или Помощь педагогам с эмоциональными трудностями

Нормативная база в печатном журнале представлена по состоянию на **26.08.2020**, в электронном – обновляется ежедневно



ПСИХОПРОФИЛАКТИКА

- 62 Как выстроить работу с родителями через семинары-практикумы для воспитателей
- 74 Картотека техник, чтобы развивать у детей эмоциональный интеллект

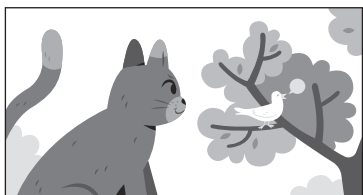
В номере – комплект стимульного материала для диагностики. Скачайте на e.psihologsad.ru

СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«СОСТАВЬ РАССКАЗ ПО КАРТИНКАМ»

СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКОГО САДА



№ 10 октябрь 2020 года

СПРАВОЧНИК

ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА.

ДЕТСКИЙ САД

Учредитель – ООО КФЦ «Актион»

Издательство – ООО «Актион-МЦФЭР»
127015, г. Москва, ул. Новодмитровская, д. 5А,
стр. 8, 5-й этаж, комната 22

Издатель – Наталья Кашеева

Редакция

Редакционный директор – Анна Рыжкова
Главный редактор – Татьяна Николаевна Агуреева
Ответственный редактор – Яна Юдина
Выпускающий редактор – Елена Костина
Верстка – Наталья Першина
Секретарь редакции – Маргарита Шатуха

Адрес редакции: 127015, г. Москва, ул. Новодмитровская, д. 5А, стр. 8

Тел.: 8 (495) 937-90-82

Для писем: 127015, г. Москва, а/я 100, «Актион»

E-mail: psi_sad@mcfcr.ru

Отдел продвижения

Бренд-менеджер – Елизавета Акулова
Тел.: 8 (495) 937-90-82, доб. 2693, e-mail: akulova@sq97.ru

Размещение рекламы

Руководитель – Наталья Синицина
Тел.: 8 (495) 660-17-18, 937-90-83, e-mail: nsinitsina@mcfcr.ru

Служба клиентской поддержки

Тел.: 8 (495) 937-90-82, e-mail: sd@mcfcr.ru

Подписные индексы:

«Роспечать» – 84295 (год); 80821 (полугодие)

«Почта России» – П2630 (год); П2629 (полугодие)

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Перепечатка материалов, опубликованных в журнале «Справочник педагога-психолога. Детский сад», допускается только с письменного согласия редакции.

Все имена, используемые в журнале в образцах документов, вымышленные, совпадение с реальными – случайность.

Фото на обложке: © photographee.eu/ / Фотобанк Фотодженика

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-64050 от 25.12.2015, выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций
Цена свободная. (0+)

Подписано в печать 26.08.2020.

Дата выхода в свет 09.09.2020.

Формат 70 × 108/16. Тираж 7400 экз.

Печать офсетная. Бумага типографская.

Усл. печ. л. 7. Зак. № 25748.

Отпечатано в ООО ПО «Периодика».

105082, г. Москва, Спартаковская
площадь, д. 14, стр. 3.

Тел.: 8 (499) 267-44-57.

© Актион-МЦФЭР, 2020



Минпросвещения утвердило примерное положение для логопедов

Используйте в работе новое примерное положение об оказании логопедической помощи, которое Минпросвещения утвердило в августе. В нем ведомство зафиксировало необходимую документацию, наполняемость групп, формы логопедической работы, категории детей, которые могут заниматься с учителем-логопедом. В частности, дети на семейном воспитании могут получить логопедическую помощь в детском саду, если родители предоставят медицинскую карту по форме 026/у-2000.

Положение определяет периодичность логопедической диагностики и занятий с воспитанниками, их длительность и количество детей в группе или подгруппе. Диагностику нужно проводить не меньше двух раз в год, а длительность занятия зависит от возраста дошкольников. Для детей от 1,5 до 3 лет – не больше 10 мин, от 3 до 4 лет – 15 мин, от 4 до 5 лет – 20 мин; от 5 до 6 лет – 25 мин, от 6 до 7 лет – 30 мин.

Дошкольники с ОВЗ, которые занимаются по адаптированной программе, а также те, у которых

есть рекомендации ПМПК или ППк о психолого-педагогической помощи и трудности в развитии и социальной адаптации, должны заниматься с учителем-логопедом как минимум дважды в неделю. Занятия можно проводить не больше чем с 12 воспитанниками в группе или подгруппе. А для детей с риском логопедических трудностей периодичность занятий и наполняемость группы зависит от программы психолого-педагогического сопровождения, которую утверждает администрация.

Документ также регламентирует содержание и формы консультативной работы. Учитель-логопед должен информировать администрацию, педагогов и родителей о задачах, специфике и особенностях своей коррекционно-развивающей работы. Для этого он оформляет информационные стенды, проводит индивидуальные и групповые консультации. Также в детском саду можно создать постоянную консультативную службу для родителей.

Источники: edu.gov.ru, vip.lobraz.ru

Родители стали выбирать вариативные типы групп в два раза чаще

Подготовьтесь к тому, что количество воспитанников в вариативных группах вашего детского сада увеличится. За пять лет родители стали вдвое чаще отдавать детей в группы с альтернативными образовательными программами, и каждый год количество таких воспитанников увеличивается на девять процентов. Как происходит этот процесс, изучили ведущие научные сотрудники Центра финансовых и экономических решений в образовании И. Абанкина и Л. Филатова.

Согласно информационно-аналитическому материалу, который опубликован на hse.ru в рамках проекта «Мониторинг экономики образования», численность детей в инклюзивных группах за пять лет увеличилась в шесть раз. Это следствие госполитики, которая поддерживает распространение инклюзивных практик. Государственная поддержка, в частности ориентиры нацпроекта «Образование», привели и к тому, что дошкольное образование стало более доступным для детей раннего возраста. За полгода – с октября 2019 по март 2020 года –

этот показатель вырос на 5 процентов. Еще один тренд в дошкольном образовании – количество групп сокращается и при этом растет их наполняемость.

Другие формы групп, которые рассматривают авторы – группы по присмотру и уходу за детьми, семейные группы, группы круглосуточного и кратковременного пребывания, группы оздоровительной направленности. Согласно информационно-аналитическому материалу потребность в семейных группах особенно выражена в сельской местности. Авторы исследования делают вывод, что их количество необходимо увеличивать «для регулирования правовых норм в рамках СанПиН».

Авторы говорят о необходимости организовать обязательную профессиональную переподготовку педагогов. В том числе они связывают эту необходимость с задачей развивать дистанционный режим взаимодействия по итогам пандемии коронавируса.

Источник: ioe.hse.ru



Важные даты в октябре

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Научите родителей развивать эмоции у детей во Всемирный день улыбки

2 октября

Проконсультируйте родителей, как учить дошкольников распознавать эмоции в домашних условиях. Раздайте им готовые картотеки игр → 74.

Помогите педагогам улучшить микроклимат в группах во Всемирный день учителя

5 октября

В праздник всех работников образования расскажите воспитателям, как сформировать благоприятный психологический микроклимат в группах детского сада. Используйте готовый текст выступления → 48.

Приурочьте консультации об эмоциональных трудностях ко Дню психического здоровья

12 октября

Помогите педагогам справиться с эмоциональными трудностями, которые могли возникнуть из-за стрессовых ситуаций в этом году. Воспользуйтесь пошаговым алгоритмом → 56.

РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ



Готовый набор инструментов для диагностики когнитивного развития → 8

Александра Фокина, эксперт журнала,
член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.

Новый формат вашей циклограммы дел на октябрь → 25

Готовый набор инструментов для диагностики когнитивного развития

В октябре при диагностике когнитивного развития воспользуйтесь готовым набором инструментов из статьи. Дайте детям краткие задания с ясной инструкцией. Комплект методик подобрала **Александра Фокина**, эксперт журнала, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н. Она описала процедуру диагностики и указала ее продолжительность, чтобы вы распределили нагрузку. Для каждой методики есть стимульный материал – распечатайте его и используйте в работе.



Чтобы провести диагностику когнитивного развития, решите, какие познавательные процессы будут ее объектом. В зависимости от ответа используйте краткие методики, например, «Наложённые фигуры», «Запомни картинки», «Найди отличия». Для экспресс-диагностики выбирайте методики, которые оценивают мышление, например, «Дополни фразы», «Нелепицы». У детей старше 5,5 лет оцените развитие мелкой моторики.

3

мин

Диагностика
перцептивной
зрелости

Методика «Наложённые фигуры»

С помощью методики «Наложённые фигуры» диагностируйте перцептивную зрелость: способность выделять фигуру из фона и дифференцированное восприятие. В качестве стимульного материала используйте черно-белое изображение объектов, которые наложены друг

на друга. Объекты должны быть знакомы ребенку из его бытового опыта. Дайте инструкцию: «На этом рисунке спряталось несколько предметов. Расскажи, что здесь нарисовано». Ребенок может обводить объекты пальцем. Время на методику не ограничено. Диагностируйте нормальный уровень развития восприятия, если ребенок находит все объекты на первом рисунке и минимум пять животных на втором рисунке → 14-15. Если нет причин подозревать нарушения зрительного восприятия у ребенка, достаточно предъявить одну картинку.

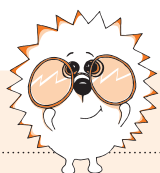
Методика «Запомни картинки»

Чтобы выявить уровень развития зрительной памяти, предложите ребенку бланк, на котором изображено девять геометрических фигур. Дайте ему инструкцию: «На этой картинке девять разных фигурок. Постарайся запомнить их, а потом узнать на другой картинке, которую я тебе покажу». Через 30 секунд уберите бланк и дайте ребенку другой, на котором изображено 15 фигур, в том числе и те, которые были на первом. Используйте готовый стимульный материал → 16-17 или составьте свой. Ребенок показывает, какие фигуры были на первом бланке. Если он вспомнит не все, снова дайте ему первый бланк на 15 секунд, затем второй. Вы можете

3

МИН

Диагностика
зрительной памяти



К СВЕДЕНИЮ

Три преимущества этого набора методик

1. Быстрота. Планируйте обследование так, чтобы диагностика длилась не больше 30 минут, а для дошкольников 4–5 лет – 20 минут.

2. Универсальность. Методики соответствуют возрасту и относятся к культурно-

независимым, то есть подходят для семей с низким уровнем культурного развития и семей мигрантов со сложностями русского языка.

3. Полнота. Для каждой методики уже есть готовый стимульный материал.

сделать максимум пять повторов – так, чтобы общее время, когда ребенок рассматривает бланки, не превышало полторы минуты. Проанализируйте результаты диагностики с помощью таблицы → 24.

4

МИН

Диагностика
развития внимания

Методика «Найди отличия»

Используйте методику «Найди отличия», чтобы определить уровень развития внимания ребенка. Предъявите ему две пары картинок: так, чтобы на первых картинках было десять отличий, а на вторых – семь отличий. Используйте изображения из развивающих пособий для детей или возьмите готовый стимульный материал →18-19. Дайте ребенку инструкцию: «Посмотри на эти картинки и найди все отличия». Работайте с обеими картинками не более четырех минут в совокупности. За каждое отличие, которое нашел ребенок, начисляйте ему по одному баллу. На основе суммы баллов определите уровень развития внимания: 15–17 баллов – высокий уровень, 8–12 – средний, 7 и меньше – низкий.

3

МИН

Диагностика
аналитического
мышления

Методика «Дополни фразы»

С помощью методики «Дополни фразы» установите уровень развития аналитического мышления и общей осведомленности ребенка. Эта методика удобна из-за ее диалогической формы – она дает возможность не только оценить мышление, но и понаблюдать за речевым поведением ребенка. Дайте инструкцию: «Мы с тобой поиграем в игру. Я начну говорить предложение, а ты его заканчивай. Я говорю: воспитательница хвалит мальчика, потому что...» Выслушайте ребенка. Не торопите его с ответом и подбадривайте. За каждый логически подходящий ответ в любой формулировке начислите по одному баллу. У ребенка высокий уровень развития аналитического мышления, если он набрал восемь и больше баллов, средний – если от пяти до семи баллов, низкий – если меньше пяти баллов. Используйте список фраз для методики → 20.

Методика «Назови одним словом»

Используйте методику «Назови одним словом», чтобы выявить уровень развития вербального мышления: насколько у ребенка сформированы понятия и способность к обобщению. Дайте задание: «Я буду говорить тебе слова. Подумай и назови их одним словом». Приведите пример: «Оля (имя ребенка), Маша, Катя, Света – девочки». За каждый правильный ответ начислите по одному баллу. На основе суммы баллов оцените уровень развития вербального мышления: восемь и больше баллов – высокий уровень, от пяти до семи – средний, меньше пяти – низкий. Примерный список слов для методики: «окунь, карась», «метла, лопата», «зима, лето», «огурец, помидор», «суп, каша», «роза, ромашка», «сапоги, ботинки», «шкаф, диван», «слон, муравей», «береза, липа».

3

МИН

Диагностика
вербального
мышления

Методика «На что это похоже»

Чтобы оценить уровень развития воображения у ребенка, используйте методику «На что это похоже». Дайте ребенку картинки с геометрическими фигурами и попросите его посмотреть на них и сказать, на что они похожи → 21. Если ребенок дал три и больше ответов, это говорит о высоком уровне развития воображения и креативности. Два ответа – средний уровень, а один ответ или его отсутствие – низкий уровень.

5

МИН

Диагностика
воображения

Методика «Дорожка»

Используйте методику «Дорожка», чтобы диагностировать уровень развития мелкой моторики руки → 21. Дайте ребенку карандаш и бланк с изображением велосипедиста, который едет по извилистой дорожке к дому. Ластик давать нельзя. Скажите ребенку: «Велосипедисту нужно проехать к домику. Нарисуй его путь. Проведи линию так, чтобы карандаш не отрывался от бумаги». Оцените результаты. При высоком уровне развития

1

МИН

Диагностика мелкой
моторики

мелкой моторики на бланке нет выходов за пределы дорожки, карандаш отрывается от бумаги не больше трех раз, а линия не нарушается. При низком уровне – на бланке три и больше выходов за пределы дорожки, нарушения линии ярко выражены: она неровная, дрожащая, очень слабая или с очень сильным нажимом, рвет бумагу. В промежуточных случаях оцените результат как средний.

5

МИН

Диагностика
невербального
мышления

Методика «Нелепицы»

С помощью методики «Нелепицы» диагностируйте уровень невербального мышления. Дайте ребенку картинку с рисунком, на котором есть ошибки и невозможные в реальности объекты. Скажите: «Внимательно рассмотрите картинку – все ли здесь находится на своем месте, все ли правильно нарисовано. Если что-то не на месте или неправильно, покажи мне и скажи, как должно быть». Ограничьте время на задание, чтобы ребенок рассматривал картинку не больше трех минут. Используйте готовый стимульный материал → 22. Проанализируйте результаты диагностики с помощью таблицы → 24.

5

МИН

Диагностика
вербального
мышления

Методика «Составь рассказ по картинкам»

Оцените уровень развития вербального мышления с помощью методики «Составь рассказ по картинкам» → 19. Разложите перед ребенком 3–4 картинки, которые связаны единым сюжетом. Дайте инструкцию: «Расскажи, что здесь происходит. Что было раньше, а что потом». Используйте готовый стимульный материал или другие сюжетные картинки, например рисунки В.В. Радлова. Уровень развития вербального мышления высокий, если ребенок верно расположил картинки и правильно описал события, средний – если расположил картинки правильно, но не смог составить рассказ, низкий – если он хаотично расположил картинки и не составил рассказ.



Таблица для педагога-психолога

СПИСОК МЕТОДИК для диагностики когнитивного развития

Познавательный процесс	Методика	Примерное время
ВОСПРИЯТИЕ	Наложённые фигуры	3 минуты
ПАМЯТЬ	10 слов (слуховая память)*	3 минуты
	Запомни картинки (зрительная память)	3 минуты
ВНИМАНИЕ	Проставь значки	2 минуты
	Найди отличия	4 минуты
МЫШЛЕНИЕ	Цветные прогрессивные матрицы Равена (невербальное мышление)	10 минут
	Рисунок человека (невербальное мышление)	3-5 минут
	Исключение понятий и другие варианты методики «Четвёртый лишний» (вербальное мышление)	10 минут
	Дополни фразы	3 минуты
	Назови одним словом	3 минуты
	Нелепицы	5 минут
	Составь рассказ по картинкам	5 минут
ВООБРАЖЕНИЕ	На что это похоже	5 минут
МЕЛКАЯ МОТОРИКА	Дорожка	1 минута

* О методиках «10 слов», «Проставь значки», «Цветные прогрессивные матрицы Равена», «Рисунок человека», «Исключение понятий» мы писали в статье «Как принять решение, когда диагностика показывает неоднозначный результат. Схема обследования детей» (11/2019).

СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«НАЛОЖЕННЫЕ ФИГУРЫ»

СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКИЙ САД



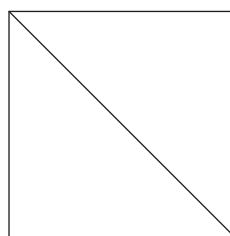
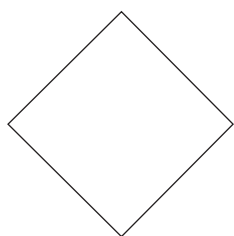
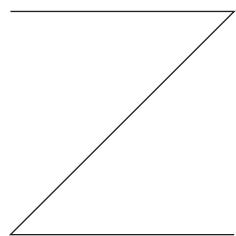
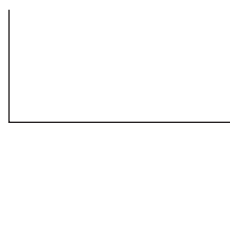
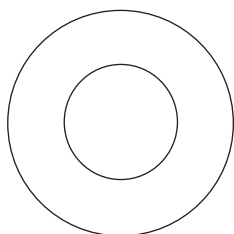
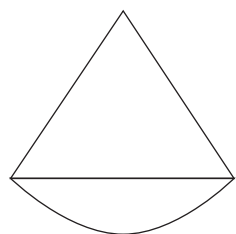
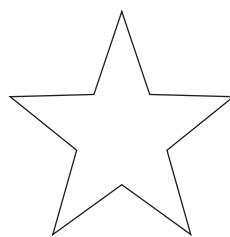
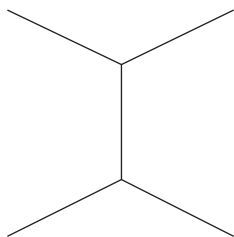
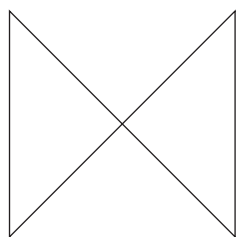


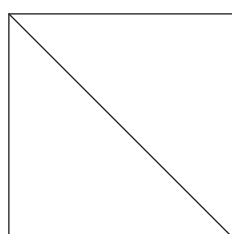
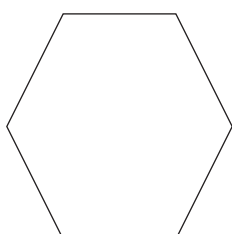
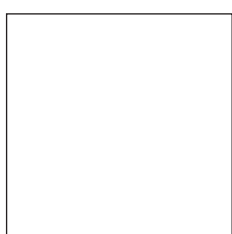
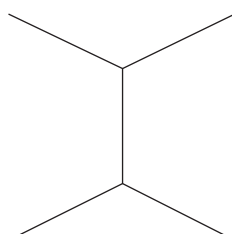
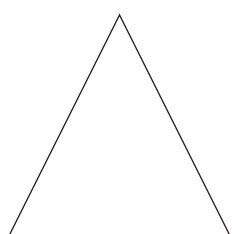
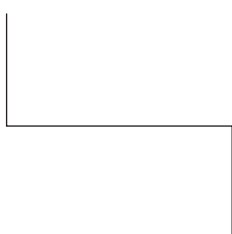
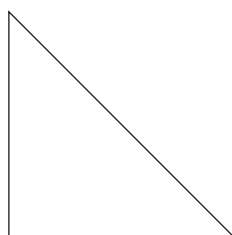
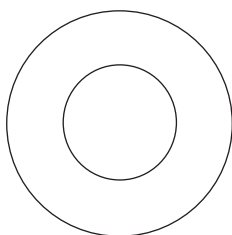
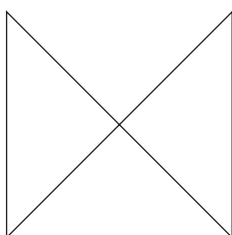
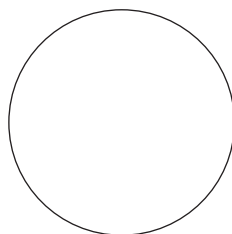
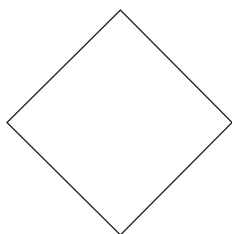
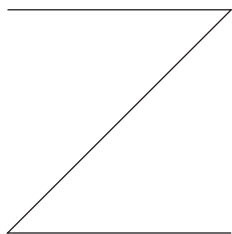
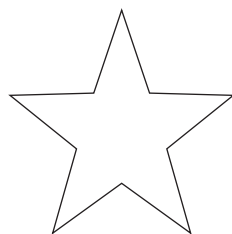
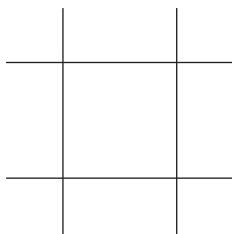
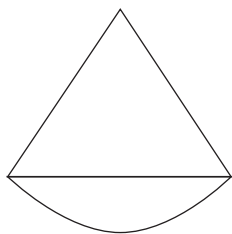
СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«ЗАПОМНИ КАРТИНКИ»

СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКИЙ САД



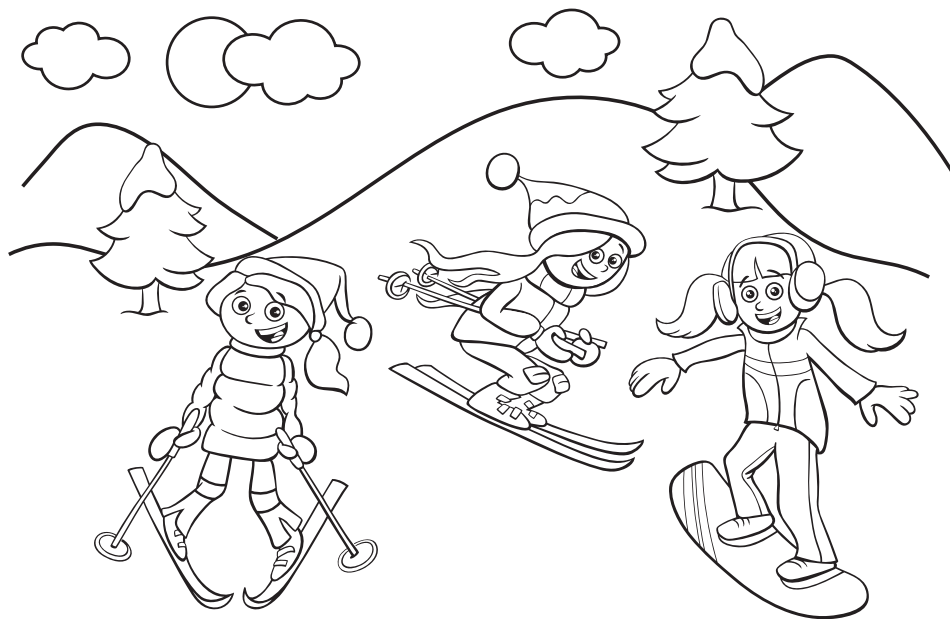


СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«НАЙДИ ОТЛИЧИЯ»

СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКИЙ САД





СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«ДОПОЛНИ ФРАЗЫ»:



1. Мальчик весело смеялся, потому что...

2. Если зимой будет очень сильный мороз, то...

3. Если взлететь высоко, как птица, то...

4. Девочка стояла и плакала, потому что...

5. Мальчик заболел, у него была высокая температура, потому что...

6. Если наступит день рождения, то...

7. Девочка стояла одна около дома, потому что...

8. Если весь снег растает, то...

9. В комнате погас свет, потому что...

10. Если пойдет сильный дождь, то...

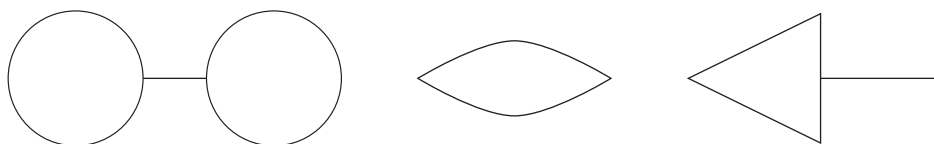


СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«НА ЧТО ЭТО ПОХОЖЕ»

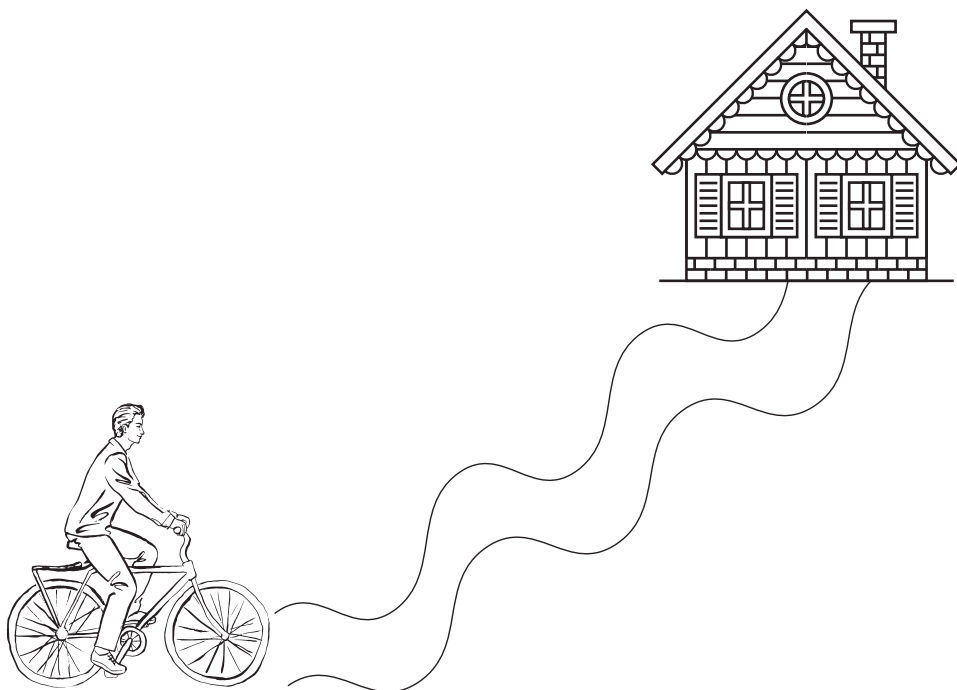
СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКИЙ САД



СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«ДОРОЖКА»



СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики
«НЕЛЕПИЦЫ»

СПРАВОЧНИК
**ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА**
ДЕТСКИЙ САД





СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

для методики

«СОСТАВЬ РАССКАЗ ПО КАРТИНКАМ»

СПРАВОЧНИК
ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА
ДЕТСКИЙ САД

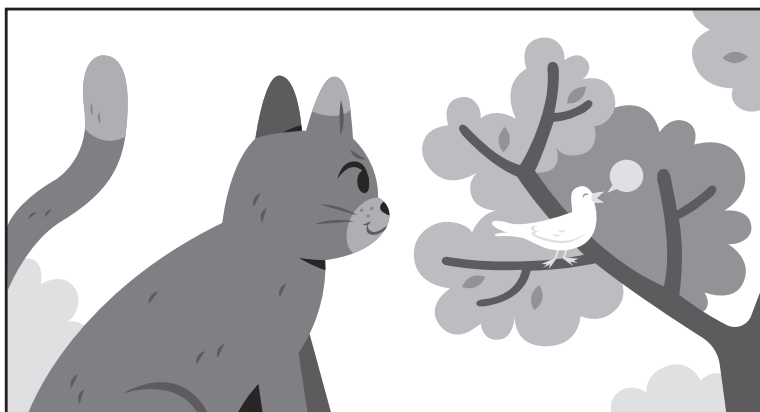


ТАБЛИЦА ДЛЯ ОЦЕНКИ РАЗВИТИЯ ЗРИТЕЛЬНОЙ ПАМЯТИ

СПРАВОЧНИК
**ПЕДАГОГА-
ПСИХОЛОГА**
ДЕТСКИЙ САД



по методике

«ЗАПОМНИ КАРТИНКИ»

Сколько фигурок запомнил	Сколько для этого потребовалось повторений	Балл	Уровень
9	1-2	5	Очень высокий
7-8	2-3	4	Высокий
3-6	3-4	3	Средний
1-2	4-5	2	Низкий
0	5	1	Очень низкий

ТАБЛИЦА ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ НЕВЕРБАЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ

по методике

«НЕЛЕПИЦЫ»

Сколько нелепиц заметил	Сколько успел объяснить, как должно быть	Балл	Уровень
7	7	5	Очень высокий
7	4-6	4	Высокий
7	1-3	3	Средний
3-6	0	2	Низкий
0-2	0	1	Очень низкий

Новый формат вашей циклограммы дел на октябрь

Мы запустили обновленный формат циклограмм для педагога-психолога. В каждом выпуске 2020/21 учебного года – список ключевых дел по дням и перечни актуальных документов и мероприятий для каждой недели. Циклограмму для вас составила **Наталья Жарикова**, педагог-психолог высшей квалификационной категории, г. Мончегорск.



ОБЗОР МЕСЯЦА

Ключевые дела октября

Проанализировать, как проходит адаптационный период. Проведите сравнительную оценку уровня адаптации детей групп раннего возраста с помощью диагностики уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению. На основе результатов анализа составьте рекомендации для родителей и педагогов.

Организовать комплексное лонгитюдное обследование детей 3–4 лет. Подготовьте бланки, стимульные материалы и помещение для обследования. Предварительно ознакомьте родителей с целями обследования и его процедурой, получите их согласие.

Начать реализовывать коррекционно-развивающие программы. Проверьте, есть ли все необходимые календарно-тематические планы, конспекты, списки групп. Составьте расписание занятий. Разместите информацию о занятиях в родительских уголках.

Провести встречу с родителями «За год до школы». Пригласите на встречу представителей школы, детской поликлиники, социальной сферы. Предусмотрите возможность открытого диалога. Создайте условия для того, чтобы родители меньше тревожились по поводу учебы в школе.

2020 ОКТЯБРЬ

1-я НЕДЕЛЯ

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Не пропустите

29 сентября — внести корректировки в план работы на октябрь

1 октября — начать работать по коррекционно-развивающим программам

Мероприятия 1-й недели

1. Согласование проекта встречи для родителей «За год до школы»

2. Экспресс-консультация с педагогами подготовительных к школе групп «Результаты диагностики и перспективы работы»

Документы 1-й недели

1. Проект родительской встречи «За год до школы» с участием педагога-психолога школы, учителей начальных классов, врача-педиатра

2. План работы педагога-психолога на октябрь

3. План-конспект экспресс-консультации с педагогами подготовительных к школе групп

4. Рекомендации по работе с детьми с учетом зон актуального и ближайшего развития

ПОНЕДЕЛЬНИК

28.09

Разработать проект родительской встречи «За год до школы»

Согласовать проект с администрацией детского сада

ВТОРНИК

29.09

Внести корректировки в план работы на октябрь с учетом результатов работы за месяц

Подготовиться к экспресс-консультации с педагогами подготовительных групп

СРЕДА

30.09

Провести экспресс-консультацию с педагогами подготовительных групп

Предоставить рекомендации по работе с детьми с учетом зон актуального и ближайшего развития

ЧЕТВЕРГ

01.10

Разместить в родительском уголке подготовительной группы чек-лист «Готовность к школе»

Начать работать по коррекционно-развивающим программам

ПЯТНИЦА

02.10

Провести индивидуальные консультации для педагогов по запросу

Разместить в родительских уголках информацию о детско-родительских группах: время, темы

«Присматривайся к детям тогда, когда они могут быть самими собой»

Я. Корчак

2020 ОКТЯБРЬ

2-я НЕДЕЛЯ

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Не пропустите

5 октября — начать диагностику детей группы риска

8 октября — провести встречу для родителей подготовительной к школе группы

Мероприятия 2-й недели

1. **«Утренние встречи»** с родителями, у которых есть потребность в психологической поддержке в период адаптации ребенка к детскому саду

2. **Встреча** для родителей «За год до школы»

3. **Детско-родительская встреча** для групп старшего дошкольного возраста

Документы 2-й недели

1. **Бланки** и диагностические профили для обследования детей группы риска

2. **Конспект** детско-родительской встречи для старшего дошкольного возраста

3. **Конспекты** коррекционно-развивающих занятий

ПОНЕДЕЛЬНИК

05.10

Провести «Утренние встречи» с родителями новых воспитанников

Начать углубленную диагностику детей группы риска

ВТОРНИК

06.10

Начать заполнять диагностические профили детей группы риска, составить рекомендации

СРЕДА

07.10

Разработать конспект первой детско-родительской встречи для групп старшего дошкольного возраста

ЧЕТВЕРГ

08.10

Провести встречу для родителей «За год до школы» с участием педагога-психолога школы, учителей начальных классов, врача-педиатра

ПЯТНИЦА

09.10

Провести первую детско-родительскую встречу для групп старшего дошкольного возраста

**«Когда появляются ожидания,
пропадает ребенок»**

И. Млодик

2020 ОКТЯБРЬ

3-я НЕДЕЛЯ

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Не пропустите

13 октября — ознакомить родителей воспитанников младшей группы с целями и процедурой комплексного лонгитюдного обследования

14 октября — провести семинар-практикум для педагогов по актуальной теме

Мероприятия 3-й недели

1. Семинар-практикум для педагогов с использованием кейс-технологий «Почему возникают трудности, когда ребенок усваивает программный материал, и как их корректировать»

2. Детско-родительская встреча для групп среднего дошкольного возраста

Документы 3-й недели

1. Конспект семинара-практикума для педагогов

2. Конспект детско-родительской встречи для групп среднего дошкольного возраста

3. Конспект игры-метафоры для педагогов-психологов методического объединения

4. Конспекты коррекционно-развивающих занятий

ПОНЕДЕЛЬНИК

12.10

Разработать семинар-практикум для педагогов с элементами кейс-технологий «Почему возникают трудности, когда ребенок усваивает программный материал, и как их корректировать»

ВТОРНИК

13.10

Разработать конспект детско-родительской встречи

Ознакомить родителей детей младшей группы с целями и процедурой лонгитюдного обследования и получить их согласие

СРЕДА

14.10

Провести семинар-практикум для педагогов с элементами кейс-технологий «Почему возникают трудности, когда ребенок усваивает программный материал, и как их корректировать»

ЧЕТВЕРГ

15.10

Разработать конспект игры-метафоры для педагогов-психологов методического объединения «На золотом крыльце сидели»

ПЯТНИЦА

16.10

Провести первую детско-родительскую встречу для групп среднего дошкольного возраста

**«Без фрустрации
<...> нет причин
мобилизовать
ресурсы и понять,
что вы способны
что-то сделать
с собой»**

Ф. Перлз

2020 ОКТЯБРЬ

4-я НЕДЕЛЯ

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Не пропустите

19 октября — начать комплексное лонгитюдное обследование детей младшего дошкольного возраста

20 октября — начать разрабатывать проект Дня психолога в детском саду

Мероприятия 4-й недели

1. Практикум для молодых специалистов «Как в игре формируется произвольное поведение у детей»

2. Игра-метафора для педагогов-психологов методического объединения «На золотом крыльце сидели»

Документы 4-й недели

1. Бланки для комплексного лонгитюдного обследования детей младшего дошкольного возраста

2. Аналитическая справка по итогам комплексного лонгитюдного обследования детей младшего дошкольного возраста

3. Рекомендации для педагогов и родителей по итогам лонгитюдного обследования

ПОНЕДЕЛЬНИК

19.10

Начать комплексное лонгитюдное обследование детей младшего дошкольного возраста

Разработать практикум для молодых специалистов на тему детской игры

ВТОРНИК

20.10

Провести практикум для молодых специалистов «Как в игре формируется произвольное поведение у детей»

СРЕДА

21.10

Провести игру-метафору для педагогов-психологов методического объединения «На золотом крыльце сидели»

ЧЕТВЕРГ

22.10

Начать разрабатывать проект Дня психолога в детском саду

ПЯТНИЦА

23.10

Подготовить аналитическую справку по итогам комплексного лонгитюдного обследования детей

Разработать рекомендации для педагогов и родителей

«Для воспитания нужно не большое время, а разумное использование малого времени»

А.С. Макаренко

2020 ОКТЯБРЬ

5-я НЕДЕЛЯ

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Не пропустите

26 октября — начать диагностику адаптационного периода в группах раннего возраста

29 октября — внести корректировки в план работы на ноябрь

Мероприятия 5-й недели

1. Мини-круглый стол по выбору стратегии сопровождения детей с особенностями развития

2. Консультация для педагогов младшей группы «Результаты комплексного лонгитюдного обследования детей»

3. Родительское собрание в младшей группе с учетом результатов лонгитюдного обследования детей

Документы 5-й недели

1. Бланки для оценки уровня адаптации детей раннего возраста «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению»
М.В. Корепановой, Е.В. Харламповой

2. Аналитическая справка по итогам оценки адаптационного периода

3. Рекомендации для педагогов и родителей по итогам оценки адаптационного периода

4. Конспекты коррекционно-развивающих занятий

ПОНЕДЕЛЬНИК

26.10

Начать диагностику адаптационного периода в группах раннего возраста

ВТОРНИК

27.10

Организовать и провести мини-круглый стол по выбору стратегии сопровождения детей с особенностями развития, привлечь заместителя директора по воспитательной работе, узких специалистов

СРЕДА

28.10

Провести консультацию для педагогов младшей группы по итогам обследования детей

Подготовить материалы для родителей по итогам обследования

ЧЕТВЕРГ

29.10

Внести корректировки в план работы на октябрь с учетом результатов работы за месяц

Провести собрание для родителей с учетом результатов обследования

ПЯТНИЦА

30.10

Подготовить аналитическую справку по итогам оценки адаптационного периода

Разработать рекомендации для педагогов и родителей

**Не пропустите
циклограмму
со 2 ноября
в следующем
номере журнала**



7400

специалистов
дошкольного
образования
смогут оценить
вашу статью*

Приглашаем к сотрудничеству

Уважаемый читатель!

Вы накопили достаточный психолого-педагогический опыт, имеете свои инновационные разработки в сфере психологии образования и готовы ими поделиться?

Приглашаем вас стать автором журнала.

Присылайте свои материалы на электронный ящик:

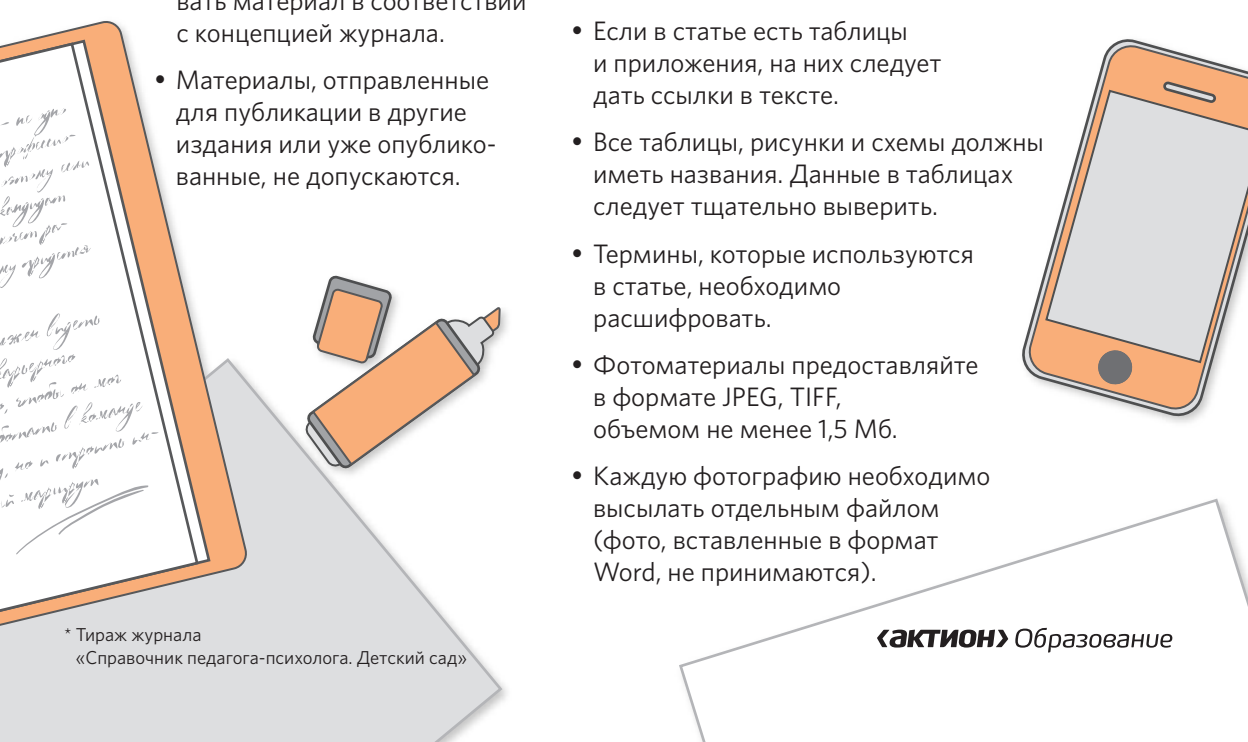
psi_sad@mcfrru

Условия публикации:

- Редакция оставляет за собой право сокращать и редактировать материал в соответствии с концепцией журнала.
- Материалы, отправленные для публикации в другие издания или уже опубликованные, не допускаются.

Требования:

- Материалы необходимо присылать по электронной почте в текстовом редакторе Word.
- Если в статье есть таблицы и приложения, на них следует дать ссылки в тексте.
- Все таблицы, рисунки и схемы должны иметь названия. Данные в таблицах следует тщательно выверить.
- Термины, которые используются в статье, необходимо расшифровать.
- Фотоматериалы предоставляйте в формате JPEG, TIFF, объемом не менее 1,5 Мб.
- Каждую фотографию необходимо высылать отдельным файлом (фото, вставленные в формат Word, не принимаются).



* Тираж журнала
«Справочник педагога-психолога. Детский сад»

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ



Как применять бихевиористические техники в консультировании → 38

Яна Юдина, ответственный редактор журнала,
Александра Фокина, эксперт журнала,
член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.

Доклад для октября: как улучшить психологический микроклимат в группе → 48

«Я больше не могу», или Помощь педагогам
с эмоциональными трудностями → 56

Как применять бихевиористические техники в консультировании

Продолжаем цикл статей с описанием техник консультирования, чтобы вы могли эффективнее решать свои профессиональные задачи. В октябре – описание и примеры техник из бихевиористического подхода. Они будут полезны, когда вам нужно устранить нежелательные симптомы поведения: например, когда у ребенка энурез, он постоянно грызет карандаши или боится червяков, а у взрослого – навязчивые мысли о своей неполноценности или болезненное стремление к чистоте.

Когда вам нужно исправить неадекватное поведение ребенка или взрослого и сформировать навыки полезного, «хорошего» поведения, используйте бихевиористический подход. Он будет уместен, когда поведение мешает общаться или работать, провоцирует конфликты, становится навязчивым. Рассказываем о трех современных техниках этого направления: систематической десенсибилизации, жетонной системе и аверсивной терапии. Для каждого приема есть примеры из практики.

Яна Юдина,
ответственный
редактор журнала,

Александра Фокина,
эксперт журнала,
член Федерации
психологов-
консультантов
России, к. психол. н.

Техника систематической десенсибилизации

Используйте технику систематической десенсибилизации, чтобы корректировать страхи. Суть метода – постепенно снижать устрашающий характер стимула. В ходе работы организуйте условия, в которых ребенок или взрослый встречается с пугающим стимулом в ситуациях «по нарастающей» – от абсолютно безопасных к очень пугающим. При этом постоянно создавайте позитивные подкрепления. Работа по технике



приводит к тому, что у консультируемого формируется новый условный рефлекс. Постепенность встреч со страхом позволяет научиться вырабатывать формы, чтобы преодолевать его, ведь чувствительность к стимулу постепенно снижается. Техника систематической десенсибилизации включает в себя три этапа: на первом вы знакомитесь с симптомом, затем обучаете ребенка или взрослого релаксационному приему и постепенно предъявляете ему пугающий стимул.



Справка

Чтобы устранить простые фобии, бывает достаточно 2–4 сеансов, для более сложных понадобится до 10–12 встреч

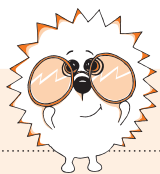
Знакомство с симптомом. На первом этапе обсудите с консультируемым его проблему в безопасных условиях. Используйте активный расспрос. Составьте список пугающих стимулов и ситуаций от наименее к наиболее пугающим. Например, в случае боязни собак, в начале списка будет мягкая игрушка – щенок, а в конце – большая собака, которая бежит навстречу с открытой пастью.

Пример 1: Света боится червей. К педагогу-психологу обратилась воспитательница старшей группы и попросила помочь Свете. Девочка так боялась дождевых червей, что во время прогулок в пасмурные дни почти все время плакала: во дворе червей много. Во всем остальном Света была успешной девочкой: популярной у сверстников, развитой, симпатичной. Некоторые мальчики хватили на улице червей и бежали с ними к Свете – они воспринимали это как игру с приятной девочкой. Воспитательница устала от «червивых войн» и рева и хотела, чтобы Света могла гулять спокойно. Педагог-психолог пригласила девочку в кабинет и расспросила об ее страхе. Света со слезами рассказала, что очень боится червей и всех существ без лапок. По ее словам, она боялась их всегда. Вместе с педагогом-психологом она нарисовала несколько червей, затем согласилась слепить червя из пластилина. Она выбрала нежно-сиреневый оттенок пластилина и сказала, что получившийся червяк «даже немного милый». Педагог-психолог предложила сделать его еще милее. Девочка добавила червяку глазки и пятнышки. Педагог-психолог перешла ко второму этапу.

Обучение релаксационному приему. Обучите ребенка или взрослого любому релаксационному приему в спокойных условиях. Обратите внимание: детей и подростков учите кратким техникам. Чем младше ребенок, тем проще должна быть техника. При этом сами ведите себя успокаивающе: поддерживайте, одобряйте, не торопите, будьте рядом.

Пример 2: Света учится успокаиваться. На первой же встрече педагог-психолог научила Свету простому релаксационному приему: медленно дышать, при этом крепко сжимать, а затем полностью расслаблять кулаки. Она назначила следующую встречу через два дня и попросила девочку за это время тренироваться выполнять релаксационный прием. На второй встрече педагог-психолог предупредила Свету, что им предстоит играть с червями. «Настоящими?» – с беспокойством спросила девочка. Педагог-психолог показала, каких червей приготовила к занятию: из бархатной бумаги, пластилинового, тканевого, набитого фасолью, резинового, а также сиреневого червяка, которого Света сделала на первой встрече. Педагог-психолог сказала, что нужно дышать и сжимать и разжимать кулаки, как они научились в прошлый раз, и играть.

Постепенное предъявление пугающего стимула. Предъявляйте пугающий стимул и одновременно просите применять релаксационный прием. Начните с легкого



К СВЕДЕНИЮ

Преимущества и критика бихевиористического подхода

Популярность бихевиоризма связана с его эффективностью в том, чтобы избавиться от симптома и развить желаемое поведение. Его критикуют за то, что при этом может сохраниться причина симптома.

Однако на первых этапах работы часто бывает важно именно устранить симптом. Это относится к случаям, когда поведение человека навязчивое, мешает ему общаться или работать, провоцирует конфликты.

Читайте
в I полугодии
2021 года

соприкосновения с пугающим стимулом и двигайтесь к встрече с ним в полную силу. Например, если ребенок боится собак, сначала предложите ему посидеть рядом с игрушечным щенком, взять его в руки, потом пройти по улице мимо маленькой собаки и не ускорить шаг, и, наконец, выйти на собачью площадку, где бегают много больших собак с открытыми пастьями.

Пример 3: Света берет игрушку-червя домой. Из работы с группой педагог-психолог знала, что Света любит игры с домиками и обустройством быта, и вместе с девочкой они решили строить домики для червей. Света легко играла со всеми червями, кроме резинового, – тот был натуралистичным, и девочка его избегала. Тогда педагог-психолог взяла его и «детским» голосом от его имени захныкала: «А у меня нет домика! Я одинокий червячок. Уродливый, противный червяк». Света тут же воскликнула: «Ты не уродливый! Я просто тебя боюсь! Я сделаю и тебе домик». Педагог-психолог играла за червяка, а девочка обустроила ему домик с особой нежностью. На следующем занятии снова играли с этим червяком. В играх он приобрел характер – добрый, несмышленный малыш, который мало знает о мире и задает смешные вопросы: «А это что?» – «Это карандаши». – «Съедобно?» – «Нет». – «А это съедобно?» – «Это пластилин, не съедобно, это чтобы лепить!» – Света смеется. Педагог-психолог предложила взять игрушку и пройтись по двору, посмотреть, нет ли там еще червячков. Света согласилась. Она сказала, что ей уже почти не страшно, но взять живого червяка в руки она не может. Во время прогулки педагог-психолог голосом червяка просила девочку показывать ей двор и задавала смешные вопросы от его имени. Света несла его в руках и все ему рассказывала. Она попросила взять червяка домой на денек и показать маме. Его купили специально для занятий, поэтому педагог-психолог от его имени рассказала девочке, что червяк хочет быть ее домашней игрушкой. Света на той же прогулке показывала игрушке живых червей. Группа радостно поддерживала ее. Страх ушел. Педагог-психолог провела игровое занятие через неделю и встречи через три недели и через два месяца. Страх не появилось.



№ 3

Педагогов
обязали
развивать у детей
патриотизм:
как это сделать
психологу

Быстрая
подписка

8 (800) 511-98-65

Жетонная система

Метод жетонной системы поможет, когда надо закрепить у ребенка новый навык. Его суть в том, что взрослые вознаграждают детей за нужное поведение с помощью жетонов – символического вознаграждения. В результате у дошкольников формируется условный рефлекс путем подкрепления. Эту технику можно применять для группы и в индивидуальной работе.

Индивидуальный вариант. Составьте список поведенческих актов, которые взрослые ждут от ребенка. Вознаграждайте ребенка жетоном каждый раз, когда он ведет себя правильно. Для этого купите готовые мотивационные значки, например, «Достигайка», «Похвалята», или создайте собственную систему значков и медалей в зависимости от целей работы. Чем чаще ребенок следует правилу, тем больше жетонов он получает. Обратите внимание: жетон нужно выдавать



К СВЕДЕНИЮ

Как использовать эмотивное научение

Используйте прием «Эмотивное научение», когда помогаете ребенку справиться со страхом. Суть приема: ребенок отождествляет себя с любимым героем или мысленно представляет, что герой находится рядом в эмоционально трудной ситуации. Чтобы использовать прием, вместе с ребенком найдите его любимого героя – это может быть домашний питомец, герой мультфильма, книги. Попросите рассказать о герое, описать его, по желанию нарисовать или слепить. Предложите ребенку

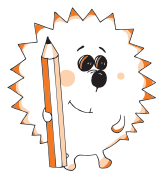
закрыть глаза и представить, что герой сейчас рядом. Спросите, что он делает. Может быть, он что-то делает по отношению к ребенку – держит за руку, шалит, улыбается. Начните играть с ребенком и героем в сюжетно-ролевую игру. Постепенно добавляйте в игру ту ситуацию или стимул, которые пугают ребенка. Разыграйте этот сюжет. Дайте ребенку задание представить любимого героя рядом в сложных ситуациях: например, «остался один, испугался», «ему скучно».

незамедлительно после того, как ребенок правильно себя повел. Через оговоренный период времени – например, неделю или месяц – ребенок может обменивать жетоны на предметы или возможность заняться приятным для него делом.

Пример 4: Дима не хочет читать. Шестилетний Дима не хотел учиться читать. Педагог-психолог вместе с мамой мальчика изготовила жетоны – кружочки из плотного красного картона. Каждый раз, когда мальчик садился читать сам, занимался чтением с мамой или воспитателем, он получал жетон. Он мог обменять накопленные жетоны на награду – ее педагог-психолог и мама выбрали вместе с Димой. Пять жетонов можно было обменять на час любых занятий по его усмотрению; десять – на большую веселую прогулку с мамой в парке с кормлением уток, аттракционами и играми; 20 жетонов – на подарок в пределах 500 рублей; 30 жетонов – на желанный набор Lego. Дима мог обменивать жетоны понемножку или накапливать их. В течение месяца мальчик опробовал все варианты наград. За это время благодаря тренировке навыка Дима перестал относиться к книгам негативно и начал с удовольствием читать сам.

Групповой вариант. Предложите воспитателям использовать жетоны в группах детского сада, когда им нужно, чтобы все дети овладели навыком или выучили правило. Педагогам понадобятся одинаковые привлекательные предметы, которые будут получать те дети, которые выполняют правило. Изготовьте жетоны из картона, полимерной глины или используйте небольшие легкие предметы – например, одинаковые маленькие открыточки, одинаковые кружочки из набора счетного материала, кусочки яркой тесьмы 2 см на 1 см, небольшие камешки или крупные фасолины, окрашенные акриловой краской.

Пример 5: воспитанники учатся убирать вещи. Дети в младшей группе должны были научиться складывать вещи в шкафчики. Не все это выполняли. Воспитатель торжественно раздала тем детям, которые уже овладели этим навыком, красивые



Совет

Для детей включайте в работу элементы научения через наблюдение. Пригласите сверстника, который будет выполнять действия, которых боится ребенок, и при этом не испытывать страх

медали из картона. На медалях был аккуратный шкафчик и надпись «Я убираю свои вещи». Воспитатель сказала группе, что первые умельцы уже получили медали, и теперь она будет неделю наблюдать, кто еще убирает вещи в шкафчик. Тот, кто этому научится, тоже получит значок.

Аверсивная терапия

С помощью аверсивной терапии учите взрослого или ребенка избегать нежелательных действий, относиться к ним с отвращением. Суть метода – предъявлять стимул, который вызывает неприязнь, в то время, когда консультируемый демонстрирует нежелательное поведение. Используйте метод с осторожностью. Не применяйте стимулы, которые могут быть опасны для эмоционального или физического состояния ребенка: нельзя ругать, стыдить, запугивать. Применяйте варианты аверсивных методов: «повторение до пресыщения», «парадоксальная инструкция» и «остановка мыслей, действий».

Повторение до пресыщения. Используйте технику, чтобы преодолеть навязчивые действия и мысли. Просите взрослого или ребенка повторять действие или мысль до тех пор, пока не возникнут усталость и пресыщение. Техника хорошо работает с навязчивостями моторного типа. Вариант инструкции: использовать тройное повторение. Поручите консультируемому трижды проделать то действие, которое стало навязчивым. Обратите внимание, что навязчивые действия – это сигнал невротического состояния человека, поэтому, когда вы снимаете один симптом, то может усилиться или появиться другая психологическая трудность. После того как симптом исчезнет, не прерывайте работу с консультируемым.

Пример 6: Костя грызет карандаши. Костя грыз карандаши, сгрызал ластик – не съедал его. Педагог-психолог предложила родителям выдать ему десять карандашей и задание: «сгрызи

верхушки у всех из них». После того как ребенок сгрыз ластики пятого карандаша, он отодвинул остальные и сказал, что ему это надоело. Больше Костя не грыз карандаши, проблема ушла.

Пример 7: воспитательница все время убирает дом. Опытная воспитательница, ответственная и вовлеченная, обратилась к психологу с жалобами на то, что в последнее время у нее постоянно ощущение, что дома очень грязно. Она понимает, что объективно там чисто и аккуратно. Ежедневные уборки занимают у нее много времени и не дают чувства, что стало чище. Она даже требует от мужа и сына, чтобы они надевали одноразовые перчатки, когда прикасаются к кухонной мебели и холодильнику – иначе будут пятна. Коллега-приятельница, которая бывала у нее в гостях, говорит, что дома чище, чем в операционной. Воспитательница признает, что ее отношение к чистоте стало проблемой и хочет избавиться от навязчивости. Педагог-психолог дает ей инструкцию: в выходной день проделать настолько тщательную уборку на кухне, насколько она сможет, трижды. После тройной уборки симптом снялся.

Парадоксальная инструкция. Парадоксальная инструкция также помогает преодолеть навязчивое или нежеланное действие. С согласия родителей дайте



К СВЕДЕНИЮ

Как использовать прием «Календарь»

Обучите родителей ребенка приему «Календарь» – это модификация жетонной системы. Выберите период времени – например, неделя между текущей и следующей консультацией. В этот период родители будут зеленым цветом отмечать на календаре дни, когда ребенок соблюдал правило – например, сам убрал

игрушки или одежду, не дрался с братом. Красным цветом они будут отмечать дни, когда ребенок не соблюдал правило. Если «зеленых» дней больше, в конце периода ребенок получит желанную привилегию или награду – например, больше игр или прогулок, игрушку, приятный досуг по его выбору.

ребенку инструкцию: как можно больше выполняя нежелательное действие – и тогда получишь награду. Будьте внимательны: снимается симптом, а не проблема. Продолжайте работать с ребенком после того, как симптом пропадет.

Пример 8: Миша страдает от энуреза. У пятилетнего Миши энурез. Родители пытались действовать бережно, но часто срывались и ругали его. На консультации педагог-психолог с согласия родителей дал Мише парадоксальную инструкцию: «Если ты будешь на этой неделе писаться каждую ночь, родители купят тебе самокат, о котором ты мечтал». Энурез исчез.

Остановка мыслей, действий. Попросите взрослого или ребенка озвучить свои навязчивые мысли или проделать навязчивые действия. Прервите их с помощью неприятного стимула: резкого крика, неприятного громкого звука. Формируется условный рефлекс, который отталкивает консультируемого от навязчивого действия или мысли. Взрослому можно предложить самостоятельно использовать технику – например, надеть на запястье канцелярскую резинку и щелкать ей каждый раз, когда появилась навязчивая мысль или желание совершить навязчивое действие. Внимание: не прекращайте работу с консультируемым после того, как снимете симптом.

Пример 9: Леша жует одежду. У Леша появилась навязчивая привычка жевать свою одежду. Он подтягивал за кромку горловины футболку или пуловер ко рту и жевал так сильно и интенсивно, что прогрызал в одежде большие дыры. С согласия семьи в работу со снятием симптома педагог-психолог включила остановку действий. Мальчик играл в ее кабинете. Как только он тянул одежду ко рту и пытался начать жевать, педагог-психолог дула в дудку по типу дудки болельщика, которая издавала резкий противный звук. В такую же дудку дули дома родители, когда замечали, что сын начинает жевать одежду. Симптом снялся в течение трех дней.

Пример 10: девушка все время ругает себя. Молодая сотрудница детского сада обратилась к педагогу-психологу с жалобами на навязчивые мысли о собственных недостатках, в основном, внешних. Педагог-психолог включила в работу с ней прием остановки навязчивых мыслей. В качестве неприятного звука-стимула по просьбе клиентки она выбрала скрип куска пенопласта по стеклу. Девушка говорила о себе, пересказывала события дня и иногда описывала, что видит в зеркале. Попутно она проговаривала мысли о своем несовершенстве, которые ее преследовали. Каждый раз, когда она озвучивала какую-то из этих навязчивых мыслей, педагог-психолог скрипела пенопластом. Самостоятельно девушка решила кусать лист бумаги – это было для нее очень неприятным ощущением. Она использовала прием каждый раз, когда начинала внутренне отзываться о себе унижительно. Техника позволила быстро изменить тональность внутреннего диалога и остановить привычку к самоуничижению.



К СВЕДЕНИЮ

Основные идеи бихевиористического подхода

Основоположник бихевиоризма Джон Уотсон заложил его основные идеи. Во-первых, психология должна изучать то, что доступно непосредственному наблюдению. Во-вторых, психология должна заимствовать идеи И.П. Павлова об условных рефлексах, а поведение человека можно модифицировать, если прибегнуть к схеме «стимул – реакция». То есть, когда психолог дает клиенту стимул, он вызывает реакции. Уотсон и его последователи – Скиннер, Торндайк и другие – разработа-

ли методы воздействия в бихевиоризме и обосновали, зачем использовать разные виды научения. Сейчас наиболее признанное необихевиористическое течение – это теория социального научения Бандуры, Уолтерса, Сирса и других. В нем постулируется, что человек учится нужному поведению, когда наблюдает за образцами поведения других людей, и при этом происходит «самоподкрепление», то есть самооценочная реакция в ответ на свои действия.

Доклад для октября: как улучшить психологический микроклимат в группе

Мы продолжаем серию готовых текстов выступлений из плана докладов педагога-психолога на 2020/21 учебный год. В октябре расскажите воспитателям, как им сформировать благоприятный психологический микроклимат в группе – это улучшит эмоциональное состояние детей и снизит негативные проявления адаптации.

В октябре расскажите педагогам о том, как психоэмоциональное благополучие влияет на состояние здоровья детей и качество воспитания. Объясните им, как обустроить зоны психологической разгрузки в группе и какие игры организовать с детьми, чтобы снять напряжение. Используйте готовый текст доклада.

Какие тезисы использовать в докладе

Расскажите педагогам, почему необходимо создавать специальные условия и формировать психологический микроклимат в группе. Приведите примеры, которые доказывают, что успех в воспитании детей зависит от психологической атмосферы в целом и эмоционального состояния каждого ребенка. Сделайте акцент на том, что важно формировать гуманные взаимоотношения и доверительное общение между детьми. Предложите ориентироваться на готовые образцы, чтобы обустроить пространство и сформировать благоприятную психологическую обстановку в коллективе детей. Перечислите игры, которые помогут снять у воспитанников психоэмоциональное напряжение.



Ольга Пронина,
эксперт журнала,
методист

Как начать выступление

В начале доклада мотивируйте воспитателей лично участвовать в том, как формируется психологический микроклимат в группе, приложить усилия к этому процессу. Расскажите о последствиях ситуации, когда микроклимат формируется стихийно. Стремитесь вызвать интерес к проблеме. Для этого приведите статистику по заболеваемости в вашем детском саду в периоды, когда дети переживают стресс, например, во время адаптации. Сообщите основные признаки благоприятной психологической обстановки в коллективе детей. Чтобы внести интерактивный элемент в выступление, организуйте диалог с воспитателями. В ходе него выясните, насколько они осознают свою роль в том, как складывается психологическая обстановка в их группе. Постарайтесь сразу снять стереотипы педагогов, такие как: «трудные дети в группе собрались, поэтому психологическая обстановка негативная», «родители во всем виноваты».

Как преподнести информацию педагогам

В основной части доклада последовательно раскройте три вопроса: как психоэмоциональное напряжение влияет на здоровье детей и качество воспитательного процесса; какие релаксационные игры применять; какие есть варианты зон психологической разгрузки. Постарайтесь вызвать у воспитателей желание участвовать в разговоре, задавать вам вопросы, делиться опытом – это позволит решить актуальные проблемы именно вашего детского сада. Когда вы не можете сразу ответить на вопрос воспитателей, честно сообщите им об этом и попросите время, чтобы подготовить целевые мероприятия – тренинги, мастер-классы, консультации. Сразу оговорите примерные сроки мероприятий – они не должны быть долгими, чтобы актуальность проблемы не снизилась.

Доклад педагога-психолога

БЛАГОПРИЯТНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МИКРОКЛИМАТ В ГРУППЕ: как его создать и управлять им

Вступительная часть. Зачем специально создавать психологический микроклимат в группе и почему важно им управлять

Коллеги, сегодня мы поговорим с вами о том, как в группе детей складывается психологический микроклимат и как вы можете на него влиять. Психологический микроклимат связан со многими факторами. Он зависит от контингента детей, их психотипов, уровня социализированности – ведь, несмотря на одинаковый возраст, его показатели могут серьезно отличаться. Также на него влияет то, насколько дети психологически подготовлены к коллективу сверстников, умеют подчиняться общим правилам и следовать руководящей функции воспитателя. А главное, он зависит от готовности самого воспитателя организовывать психологический микроклимат в группе и управлять им.

Микроклимат может формироваться стихийно, без специальных усилий педагога. Однако воспитатели должны понимать, что у детей далеко не всегда есть опыт продуктивных взаимоотношений. Дошкольники в силу возраста не готовы осознанно организовывать сложный процесс психологических взаимоотношений в большом коллективе. Поэтому, когда психологический микроклимат формируется стихийно, возможен негативный сценарий – и если он развернется, вам будет уже сложно что-либо исправить.

Поговорим о том, что такое благоприятный психологический микроклимат. Это условия, в которых все дети большую часть времени чувствуют себя комфортно, у них преобладает хорошее настроение, позитивные эмоции. В таких условиях конфликты между воспитанниками возникают нечасто, разрешаются легко и в основном без помощи взрослых. Воспитатели не ощущают дискомфорта на рабочем месте, психологической усталости и эмоциональной опустошенности в конце дня.

Психологически благоприятная атмосфера позволит быстро сплотить коллектив воспитанников после летнего отдыха и карантина, поможет адаптироваться новичкам группы и будет способствовать формированию традиций позитивных межличностных взаимоотношений. В таких условиях воспитателю будет легко работать, а дети будут лучше справляться с образовательными задачами.

Итак, мы исходим из того, что эмоциональное благополучие детей в детском саду зависит от воспитателей так же, как оно зависит от родителей в семье. Только воспитатели могут создать доброжелательную атмосферу в группе, которая будет основана на доверии, взаимоуважении, открытости. Психологический микроклимат должен быть на вашем постоянном контроле.

Вопрос 1. Как психоэмоциональное напряжение влияет на здоровье детей и качество воспитательного процесса

От эмоций ребенка зависит, как формируются и развиваются его мотивы поведения. Дети ведут себя послушно, когда они не испытывают тревоги, психологического дискомфорта, доверяют воспитателю и когда у них хорошее настроение. Мотивы познавать новое, совершать добрые дела и хорошие поступки возникают у ребенка тогда, когда он испытывает радость, интерес, любопытство, удивление от чего-то интересного, другими словами – когда у него возникают позитивные эмоции. Чтобы положительные мотивы закрепились в поведении детей и получили побудительную силу, важно сформировать у них опыт переживания позитивных эмоций. И без помощи воспитателя детям приобрести такой опыт сложнее.

Детские стрессы возникают из-за негативной психологической обстановки и дефицита положительных эмоций. Другой причиной может стать и чрезмерная организованность воспитательно-образовательного процесса.

Физиолог Н.М. Щелованов доказал, что эмоции имеют важное физиологическое значение для организма маленьких детей. Стресс у ребенка может привести к тому, что его физиологические процессы нарушатся, следовательно, здоровье ухудшится. Так, в период адаптации, когда дети болезненно переживают смену обстановки и испытывают стресс, их заболеваемость резко возрастает, а в развитии детей проявляется регресс (приведите цифры статистики по заболеваемости в период адаптации в детском саду).

Из-за стресса возникают мышечные зажимы, причем чем интенсивней негативное переживание, тем сильнее мышечное напряжение, которое, в свою очередь, поддерживает фон негативных эмоций и способствует психосоматическим заболеваниям. Чтобы устранить напряжение, используйте игры и упражнения на релаксацию. Во время них мышцы ребенка расслабляются, происходит торможение центров в коре головного мозга, негативные эмоции снижаются или исчезают.

Психологический микроклимат влияет и на качество воспитания и обучения детей. Воспитателям важно постоянно обращать внимание на то, чтобы в группе поддерживалось доброжелательное общение. Открытость и доброжелательность будут стимулировать речевую активность детей, а именно в ней формируется их личность, стиль поведения, за счет нее воспитанники приобретают эмоциональный опыт. Используйте доступные вам педагогические средства – собственный пример, специальные игры и занятия. Организуйте пространство в групповой комнате и выберите тактику, чтобы способствовать сотрудничеству в микрогруппах воспитанников. Так вы создадите в детском коллективе настрой на позитивные отношения, что создаст основу для развития коммуникативной уверенности дошкольников в будущем.

Вопрос 2. Какие релаксационные игры помогут воспитателю снять излишнее психоэмоциональное напряжение у детей

Проведите игру «Угадай, чьи лапки», чтобы снять мышечные зажимы у воспитанников, расслабить их, снизить уровень агрессивности. Подберите для игры 6–7 предметов разной тактильно приятной фактуры – например, мягкую игрушку, стеклянный флакон, бусы, кусочек ваты. Предложите детям закрыть глаза и угадать, «чьи это лапки» – то есть определить предмет, которым вы прикасаетесь к его руке. Прикасайтесь к участкам руки не выше локтя.

Чтобы помочь дошкольникам избавиться от негативных эмоций и снять возбуждение, проведите игру «Кричалка – шепталка – молчалка». Предложите детям сначала прокричать, затем прошептать, а потом проговорить про себя поговорку или короткое стихотворение.

Игра «Волшебный клубочек» поможет воспитанникам успокоиться, снять лишнее напряжение и возбуждение. Попросите их смотать нитки в клубочки. Используйте нитки разной длины в зависимости от эмоционального состояния детей. В игре «Поймай комара» дети будут двигаться произвольно, она поможет снять мышечные зажимы. Предложите детям «поймать» воображаемых комаров, которые залетели из открытого окна. Покажите воспитанникам, как двигаться – хаотично сжимать и разжимать кулаки в воздухе.

Проведите игру «Добрая и злая кошка», чтобы снять мышечное напряжение дошкольников, отрегулировать дыхание. В ней дети на вдохе выгибают спину – показывают злую кошку, а потом на выдохе с прогибом спины показывают добрую кошку.

Игра «Воробьиные драки» поможет снять физическую агрессию воспитанников. Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых воробьев – приседают и обхватывают колени руками. «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен – тот выбывает из игры.

Игра «Минута шалости» нацелена на психологическую разгрузку. По сигналу предложите детям пошалить – для этого хлопните в ладоши, используйте бубен или свисток. До следующего сигнала каждый из них сможет делать что ему хочется – прыгать, бегать, кувыряться. Повторный хлопок или свист через 1-3 минуты означает конец шалостям.

Используйте упражнение «Холодно-жарко», чтобы снять мышечные зажимы и добиться физического расслабления детей. В ходе упражнения по вашему сигналу «холодно» воспитанники сжимают кулаки и стремятся добиться максимального напряжения всех мышц до дрожи, а по сигналу «жарко» – стараются максимально расслабить тело, руки, кисти.

Упражнение «Надуваем шарик» поможет нормализовать дыхание, снять психоэмоциональное напряжение у дошкольников. Предложите детям положить ладонь на верх живота и сделать глубокий вдох – так, чтобы рукой почувствовать, что грудная клетка наполнилась, – а затем сделать медленный выдох на счет до пяти.

Вопрос 3. Как создать в группе зоны психологической разгрузки: «уголок настроения», «место психологической силы», «островок тишины», «домик для отдыха», «скамеечка доброты»

Конфликтные ситуации периодически возникают в коллективе детей. Это нормально, ведь их взаимоотношения подчиняются естественным процессам и отличаются разнообразием поведенческих реакций, не всегда положительных. Воспитанники ссорятся, обижаются, ревнуют, завидуют, даже дерутся. Все эти поведенческие реакции естественны. Бывает, что дети проявляют агрессию, жестокость, упрямство, негативизм, неуступчивость, нежелание и неумение сочувствовать, помогать, разделять радость со сверстниками. Поведенческие реакции создают в группе психоэмоциональное напряжение и отрицательный эмоциональный фон, которые важно вовремя нейтрализовать. Задачи воспитателя – формировать у детей гуманные чувства друг к другу, научить их избавляться от негативных эмоций и заряжаться позитивным настроением, успока-

иваться. Для этого организуйте в группе специальные зоны, например, «уголок настроения», «место психологической силы», «островок тишины», «домик для отдыха», «скамеечку доброты».

«Уголок настроения» или «зона хорошего настроения» позволит воспитателю проводить оперативный мониторинг эмоционального настроения группы детей, следить за изменением настроения отдельных воспитанников. Чтобы его создать, обозначьте на большом ватмане место каждого ребенка – например, разместите на нем фотографии, подпишите «цветы на полянке» или пометьте «лодочки в море» эмблемами детей, которые они выбрали сами. Подберите цвета, чтобы обозначить разное настроение: например, желтый – хорошее настроение, синий – плохое. Утром, когда воспитанники приходят в группу, просите их самостоятельно или с вашей помощью отмечать свое настроение на ватмане с помощью цветового сигнала подходящей геометрической формы: в лодочке – треугольный парус, в цветке – круглая серединка.

Организируйте индивидуальную беседу с теми детьми, которые отметили настроение синим цветом. Выясните причины неблагополучия, состояние здоровья ребенка и примите меры для профилактики его эмоционального дискомфорта: включите в игру, пожалейте, подбодрите, мотивируйте других детей проявить сочувствие. Если в течение дня дети будут менять цветовой сигнал настроения, вы получите новую информацию и сможете регулировать психологический микроклимат в группе.

Еще один вариант, чтобы организовать пространство в группе, – «место психологической силы». Этот прием помогает мобилизовать внутренние силы детей с помощью внешних факторов, способствует развитию саморегуляции внутренних ресурсов. Чтобы его организовать, выберите «волшебный» предмет – например, этим предметом может быть «волшебная шляпа», «чудесная шкатулка», «трон волшебника», «волшебная лампа Алладина», «магический шар». Он станет «источником» для психологической силы и позитивной энергии. Положите «волшебный» предмет в сенсорной комнате или в другом месте, где можно включить приятную музыку, звуки природы – например, пение птиц, журчание воды. Скажите детям, что они могут посещать это место, когда захотят. Задача «места психологической силы» – запустить механизмы поиска внутренних психологических ресурсов. Там, под ненавязчивым присмотром взрослого, дети смогут побыть в приятной обстановке, поиграть с «волшебным предметом» – и благодаря этому успокоиться.

Новички и дети-интроверты с трудом переносят длительное пребывание в группе, эмоциональные переживания, даже позитивные, их утомляют. Эмоциональное перенапряжение может выразиться в капризах, плаче без видимой причины, грусти, апатии. Чтобы этого не допустить, предусмотрите для воспитанников возможность побыть некоторое время в относительном одиночестве и тишине. Для этого в тихом уголке группы, например, в «зеленой» зоне, поставьте скамейку рядом с комнатными растениями или мини-фонтаном – это будет «островок тишины». Другой вариант – установите там маленькую палатку, «домик для отдыха». Объясните всем воспитанникам игровое правило – не тревожить тех детей, которые находятся в «домике» или на «острове». Скажите, что когда в «домике» или на «острове» кто-то есть, то туда нельзя заходить другим детям, нужно подождать. Чтобы дети не ссорились из-за желания побыть в зонах отдыха одновременно, организуйте в первое время несколько таких зон, а когда дети привыкнут, оставьте одну или две. Чтобы детям было не скучно отдыхать от коллектива, положите в «домик» или на столик рядом со скамейкой бумагу и карандаши, альбом с красочными иллюстрациями, фотографии природы, раскраску, мозаику или другую игру, в которую можно поиграть самостоятельно.

«Скамеечка доброты» – это прием, который помогает научить воспитанников проявлять гуманные чувства. Объясните детям, что когда кому-то из них грустно или хочется, чтобы его пожалели, – он может сесть на скамейку. А другие дети в этот момент могут стать «добрыми волшебниками» – надеть колпак волшебника и пожалеть его, поиграть с ним или просто обнять. Когда никто из детей не проявляет сочувствие, то воспитатель обязательно выполняет эту роль, чтобы подать им пример.

С. 6 из 6

*Скачайте текст доклада
на e.psihologsad.ru*

«Я больше не могу», или Помощь педагогам с эмоциональными трудностями

«Я каждое утро смотрю на этих детей, родителей, эту суматоху и понимаю, что я уже просто не могу. Постоянно шум, крик, всем что-то надо. И дома то же самое. Я даже на минуту не могу расслабиться. Еще и с этим вирусом – постоянно кто-то нервничает, накручивает». Рассказываем о том, как помочь педагогам, которые находились в непрерывном стрессе в самоизоляции и в период, когда они вернулись к работе. Пошаговый алгоритм консультации предоставила **Александра Фокина**, эксперт журнала, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.



Воспользуйтесь инструкцией, чтобы помочь воспитателю, который испытывает эмоционально-мотивационные трудности на фоне непрерывных стрессов: сомневается в своем профессионализме, потерял ощущение значимости труда, испытывает фоновое чувство усталости. Соберите его жалобы и определите, как именно они связаны с работой и какие конкретные переживания лежат в основе эмоциональной истощенности и демотивированности в начале учебного года. Совместно с воспитателем выявите задачи, которые выполняют его негативные эмоции, определите, с какими потребностями они связаны. Найдите приемлемые способы, чтобы реализовать эти потребности. Расскажите воспитателю о приемах, которые помогут повысить его эмоциональное благополучие.

1

шаг

Определите отношение воспитателя к работе

Выслушайте жалобы воспитателя. Обратите внимание на фразы-маркеры, которые указывают на то, что его негативное эмоциональное состояние отражается на работе или обусловлено ей. Отмечайте в речи педагога фразы: «тяжело», «все время усталость», «устаю все больше», «не хочу», «не могу», «заставляю себя», «надоело», «никому не надо», «не могу отдохнуть», «плохо себя чувствую на работе», «в голове вертятся плохие мысли о работе», «хочу уйти», «я поняла, что это не мое». Распознавайте психологические особенности воспитателя, который утратил позитивное отношение к работе. Такой педагог оценивает свои профессионально важные качества негативно или двойственно: например, «слишком добрая», «защищала себя, но зря». Он видит худшее в детях и коллегах, берет в опыт – то есть осознает, запоминает – недостатки, сложности, провалы. Свой труд в детском саду ему кажется бессмысленным.

2

шаг

Используйте активный расспрос

Используйте жалобы воспитателя как точку входа для работы с ним. С помощью активного расспроса исследуйте их. Задайте вопросы: «Что именно беспокоит?», «Что сложнее всего?», «Когда появилось?», «Бывает ли иначе?», «Бывает легче, когда...?», «Что вы делаете, когда это чувствуете?», «Что вы чувствуете, когда так делаете?», «Какую помощь хотели бы получить от меня?» Когда педагог упоминает физиологические симптомы, определяйте их психологический смысл. Так, фоновое чувство усталости отражает сопротивление. Сонливость может свидетельствовать о желании «спрятаться» от реальности, а бессонница – о потребности выделить личное пространство. В изменениях аппетита проявляются желания и власть. Скачайте шпаргалку с психологическим смыслом симптомов на e.psihologsad.ru.

3

шаг

Проанализируйте эмоции педагога

Совместно с воспитателем проанализируйте, о чем могут говорить его эмоциональные трудности. Объясните ему, что эмоции контактны. Это значит, что они всегда «о ком-то или о чем-то», направлены к другому человеку или окружающему миру и настраивают на действия. Расскажите, что эмоции – это энергия, чтобы изменить или сохранить дистанцию с другими людьми и миром, подсказка о том, как будут развиваться взаимоотношения. Одни из них указывают на то, что дистанцию можно сократить, контакты развивать, «дорога открыта», другие – на необходимость усилить личные границы, прервать или изменить контакт, «прикрыть двери» или уйти. Объясните, что эмоции выражают потребности человека: «если вы что-то чувствуете – значит, вам что-то нужно». Подведите итог: «эмоции – это жизненно необходимые сигналы нашего самочувствия».

Пример. Воспитатель несколько раз упоминает одного и того же человека или группу людей – это указание, на кого или на что направлены его эмоции, кто или что их вызывает. Воспитателю «слишком много» или «слишком мало» – людей, задач, времени, внимания, доверия – это указание на направление, в котором нужно изменить контакты и дистанцию с людьми. Воспитатель рассказывает о своих эмоциях на примере нескольких ситуаций – это указание на то, в чем он нуждается, а также на то, какие для него эти ситуации: благоприятные или фрустрирующие.

4

шаг

Определите, какова задача негативных эмоций

Расскажите воспитателю о «посланиях», которые несут в себе негативные эмоции – они свидетельствуют о психологических задачах, которые он может не осознавать, но хочет реализовать. Определите, что это за эмоция, по формулировкам, которые использует воспитатель:

гнев – «злюсь», «раздражаюсь», «внутри кипит», «ненавижу»; тревога – «что будет», «а вдруг», «смогу ли»; обида – «вспоминаю и плачу», «за что», «не ожидал (-а) такого»; нежелание – работать, общаться, учиться новому. Обсудите, для чего могут быть нужны воспитателю его эмоции. Например, гнев может быть необходим, чтобы изменить ситуацию: что-то перестроить, сделать иначе, изменить положение дел; тревога – чтобы соблюдать баланс между тем, чего нужно и чего не нужно избегать; обида – чтобы указать на тупик в каком-то аспекте отношений или на незаконченную ситуацию: «что-то не сказано», «не понято», «не завершено».

Пример. Рассмотрите пример из вступления к статье. В нем эмоции педагога свидетельствуют об избытке стимуляции и контактов. Они указывают на то, что у воспитателя не простроены границы в отношениях на работе и дома, а также границы между чужим и собственным мнением – «кто-то накручивает». Педагог испытывает потребность расслабиться, побыть наедине с собой, наладить баланс между «даю» и «беру» – больше получать от других.

5
шаг

Найдите способ выразить эмоцию

Когда вы определите, какие потребности скрываются за эмоциональными трудностями, обсудите их совместно с воспитателем и вместе найдите способы их реализовать. Работайте с воспитателем, чтобы он смог рационально осознать значимость умения понять и выразить свои эмоции. Скажите ему: «игнорировать свои негативные состояния – значит, отказывать себе в праве прояснить ситуацию, защититься, сделать собственный выбор, отказаться от непрошеного или неприятного вторжения». Когда человек понимает функции своего эмоционального состояния и позволяет себе искать приемлемые способы, чтобы его выразить, а не подавить, он помогает себе повысить качество жизни и изменить негативное состояние.

6

шаг

Наращивайте эмоциональное благополучие

Работайте над тем, чтобы наращивать эмоциональное благополучие воспитателя. Эмоционально благополучен тот человек, чьи переживания способствуют полноценному контакту с миром, окружающими людьми и самим собой. То есть его чувства помогают лучше понять себя, других, прояснить свои цели. Это относится и к негативным эмоциям – печали, скуке, гневу и раздражению. Хотя переживать их неприятно и тяжело, попытки «спрятаться» от таких чувств, подавить их в себе приводят к худшим последствиям.

Пример. Если случилось горе, а человек не позволил себе его прожить, не «выплакался» и не «нагоревался» – печаль никуда не делась. Она может давать о себе знать чувством вины, страхом смерти, болезнями – часто астмой, заболеваниями почек, хроническим насморком. Горе, которое не выражено, лишает сил. Другой пример: пытаться подавлять скуку – значит, отказывать себе в возможности искать и реализовывать собственные цели. Скука – естественная реакция человека, когда он не чувствует ценности того, чем приходится заниматься.

7

шаг

Обучите педагога приемам, чтобы работать над собой

Обучите воспитателя приемам, которые помогут повысить его эмоциональное благополучие. Расскажите ему, как важно заботиться о себе, в том числе на физическом уровне: для этого – отдохнуть, «привести себя в порядок», обустроить квартиру так, как нравится. Объясните, как установить контакт с собой, прислушиваться к своим сигналам. Попросите воспитателя стремиться прямо и ясно выражать свои эмоции, учиться просить о помощи. Порекомендуйте приемы, чтобы «жить от первого лица», здесь и сейчас, а также оздоравливать свой внутренний диалог. Скачайте готовые рекомендации для педагогов на e.psihologsad.ru.

ПСИХОПРОФИЛАКТИКА



Как выстроить работу с родителями через семинары-практикумы для воспитателей → 62

Ольга Казанцева, педагог-психолог МАДОУ № 48, г. Томск,
Динара Назмутдинова, педагог-психолог

Картотека техник, чтобы развивать у детей
эмоциональный интеллект → 74

Как выстроить работу с родителями через семинары-практикумы для воспитателей

Воспользуйтесь разработкой педагогов-психологов из г. Томска, которая позволила им за три недели охватить просветительской работой родителей в 14 группах детского сада. В статье – инструкция, как организовать просвещение через семинары-практикумы с воспитателями, а также готовый сценарий.

Чтобы массово провести просветительскую работу с родителями, выявите запрос и разработайте семинар-практикум на популярную тему. Проведите его с воспитателями и проинструктируйте их, как преподносить информацию родителям. Откорректируйте сценарий с учетом предложений воспитателей и запустите цикл семинаров-практикумов, которые будут проводить уже сами педагоги.

Проведите подготовительную работу

Чтобы выявить запрос родителей и воспитателей, организуйте анкетирование и проанализируйте их вопросы на консультациях. Понаблюдайте за тем, как родители взаимодействуют с детьми. Создайте перечень запросов и разработайте семинары-практикумы по самым актуальным из них.

Апробируйте каждый семинар-практикум с воспитателями и тем самым обучите их, как проводить его. Сформируйте их готовность применять на практике психологические знания и приемы в работе с родителями.

Ольга Казанцева,
педагог-психолог
МАДОУ № 48,
г. Томск,

Динара Назмутдинова,
педагог-психолог

Порекомендуйте воспитателям провести мероприятие в музыкальном зале и позаботиться о комфорте родителей. Посоветуйте включить релаксационную мелодию, заранее проветрить помещение, использовать высокие стулья, а также продумать чайный стол и подготовить позитивную слайдовую презентацию.



Справка

Из опыта популярных запросов. От администрации – «Как распознать насилие в семье», от родителей – «Как воспитывать без наказания», от педагогов – «Как создать теплые отношения между родителями и детьми»

Структурируйте семинар-практикум

В начале семинара-практикума актуализируйте проблемы, которые возникают в детско-родительских отношениях. Сформулируйте теоретическую основу мероприятия.

В основную часть включите психологические игры и упражнения, которые помогут родителям прожить чувства и эмоции их детей. После каждого задания проводите рефлекссию. Придумайте для родителей домашнее задание. Оно должно быть позитивным и носить ресурсный характер – например используйте упражнение «Конверт любви».

В заключительной части обсудите содержание семинара-практикума. Задайте вопросы: «Что было трудно, а что легко?», «Чего не хватило?», «Что изменить или доработать?», «Что захотелось использовать?», «Нужна ли помощь педагога-психолога, чтобы провести семинар-практикум с родителями?», «Какая помощь нужна?».

Запустите серию семинаров-практикумов

Откорректируйте текст семинара-практикума с учетом предложений, которые внесли воспитатели. Например, добавьте выводы или комментарии к упражнению, измените формулировки вопросов для рефлексии.

Обсудите с воспитателями график семинаров-практикумов для родителей, чтобы распределить ваше время и сопроводить педагогов, которым это необходимо. Присутствуйте в роли наблюдателя и при необходимости включайтесь в работу в роли соведущего.

Сценарий семинара-практикума

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Секреты позитивного воспитания»

Материалы и оборудование для педагогов: музыкальный центр, флешка с релаксационной музыкой.

Материалы и оборудование для родителей: листы А5, ручки, планшеты, магнитная доска, три листа с изображением конвертов с надписями, стикеры.

I. Вводная часть

Приветствие родителей

Пока родители заходят в музыкальный зал, звучит приятная музыка.

Педагог 1: Добрый вечер, уважаемые родители! Наша встреча называется «Секреты позитивного воспитания». Она посвящена детско-родительским отношениям.

Педагог 2: Сегодня мы хотим познакомить вас с приемами эффективного взаимодействия с ребенком.

Упражнение «Продолжи предложение»

Педагог 1: Как вы считаете, почему дети плохо себя ведут? Предложите варианты ответа. (Родители предлагают варианты.) Своим плохим поведением ребенок пытается сказать вам, что ему чего-то не хватает.

Педагог 2: Перечислим естественные эмоциональные потребности ребенка – то, чего ему может не хватать. Во-первых, дети хотят чувствовать себя люби-

мыми. Во-вторых – чувствовать уважение. Дети хотят знать, что много значат для вас, ощущать себя сильными и чувствовать, что у них есть дом.

Педагог 1: Сейчас мы рассмотрим, в чем заключаются эти потребности ребенка, – в игровой форме попробуем узнать его эмоциональное состояние на себе.

II. Первая потребность «Дети хотят чувствовать себя любимыми»

Упражнение «Бабочка»

Педагог 2: Итак, первая потребность ребенка – чувствовать себя любимым. Чтобы актуализировать ее, предлагаем выполнить упражнение «Бабочка». Разбейтесь по парам. Один из вас будет выполнять роль ребенка, второй – родителя.

Взрослые сидят в парах. Педагоги переходят к первому этапу задания: просят тех, кто выполняет роль родителей, остаться в зале, а «детей» – выйти из зала. Один из педагогов дает установку «родителям».

Педагог 1: Вы сидите и игнорируете обращение «ребенка» к вам. Представьте, что вы, например, читаете книгу или смотрите в телефон и говорите «детям»: «Мне некогда».

Другой педагог дает установку «детям».

Педагог 2: Вы – ребенок пяти лет. Вы только что поймали красивую бабочку. Вы приходите к «родителям» счастливые и хотите поделиться с ними своим вос-

торгом. Ваша задача – постараться максимально привлечь внимание «родителя», рассказать ему о бабочке и показать ее.

«Родители» и «дети» выполняют задание. После этого педагоги задают им вопросы.

Педагог 1: Вопрос к «детям»: что вы чувствовали, когда общались с «родителем»? Что вам хотелось сделать, сказать? («Дети» отвечают.) А теперь вопрос к «родителям»: а что вы чувствовали, когда общались с «ребенком»? Что вам хотелось сделать или сказать? («Родители» отвечают.) Давайте сделаем вывод: детям в подобные моменты важна не столько бабочка, сколько потребность быть любимыми, принятыми, нужными.

Педагоги переходят ко второму этапу задания: так же просят «родителей» остаться в зале, а «детей» – выйти из зала. Они дают «детям» ту же установку, что и в прошлый раз, а родителям – установку на искренность и доверие.

Педагог 1: Немедленно отложите все дела, как только «ребенок» к вам обратится. Будьте с «ребенком» на одном физическом уровне: посадите его рядом или присядьте вместе с ним, возьмите на руки. Установите с ним визуальный контакт «глаза в глаза». Установите эмоциональный контакт: расскажите «ребенку» про чувства, которые у вас возникают. Задайте ему уточняющие вопросы: где он нашел бабочку, как это произошло. Установите телесный контакт: приобнимите его, возьмите за руку, погладьте.

«Родители» и «дети» выполняют задание. После этого педагог задает им вопросы.

Педагог 1: Теперь я хочу попросить «детей» сравнить свои чувства в первый и во второй раз. Что вам хотелось сделать или сказать на этот раз? («Дети» сравнивают.) «Родители», вы тоже сравните свои чувства. («Родители» сравнивают.) Когда вы общаетесь с ребенком, важно обращать внимание и на свои чувства, и на чувства ребенка.

Педагог 2: Обратите внимание, сколько времени понадобилось «ребенку», чтобы добиться внимания в первый и второй раз, и какие чувства испытали все участники. Это подтверждает, что важно вовремя реагировать на потребность ребенка во внимании.

Сообщение «Правило трех секунд»

Педагог 2: Хотим обратить ваше внимание на «Правило трех секунд». Старайтесь использовать его всегда. Если ребенок обратился к вам с просьбой или позвал вас – важно откликнуться на просьбу в течение трех секунд. Если вы заняты – так и скажите ребенку, но ответьте ему за это время. Например, когда он просит вас «Мама, посмотри, какую башню я построил», а вы разговариваете по телефону, скажите: «Я тебя слышу», «Подойду немного позже», «Сейчас закончу говорить и подойду».

III. Вторая потребность «Дети хотят чувствовать уважение»

Сообщение «Как проявить уважение»

Педагог 1: Поговорим о второй потребности – дети хотят чувствовать уважение. Оно может проявляться при

общении на одном физическом уровне «глаза в глаза», благодаря спокойному голосу и доверительной интонации, через слова поддержки, например: «Мне нравятся твои идеи!», «Главное – ты сделал это сам!», «Все могут ошибаться!», «Я тобой горжусь!».

Упражнение «Варианты общения»

Педагог 2: Сейчас мы выполним еще одно упражнение. Выберите себе новую пару. В парах вы будите общаться по одному из условий. Первое условие – «синхронный разговор». Оба участника в паре говорят одновременно в течение десяти секунд. Вы можете выбрать тему разговора, например, «Книга, которую я прочел недавно». По нашему сигналу разговор прекращается. (Родители выполняют задание.) Новое условие – «игнорирование». В течение 30 секунд один участник из пары говорит, а другой в это время полностью его игнорирует. (Родители выполняют задание, после чего меняются ролями.) Следующее условие – «спина к спине». Сядьте спинами друг к другу. В течение 30 секунд один участник высказывается, а другой в это время слушает его. (Родители выполняют задание, после чего меняются ролями.) И последнее условие – «Активное слушание». В течение одной минуты один участник говорит, а другой внимательно слушает его и всем своим видом показывает заинтересованность. (Родители выполняют задание, после чего меняются ролями.)

Педагог 2: Как вы ощущали себя во время проведения первых трех упражнений? Не казалось ли вам, что вы слушаете с усилием, что это не так просто?

Что мешало вам чувствовать себя комфортно? (Родители отвечают на вопросы.) Как вы себя ощущали во время последнего упражнения? (Родители отвечают.) Как вы думаете, что помогает вам в общении? Подведем итог: для эффективного и эмоционального общения во время разговора важно внимательно слушать и слышать друг друга, устанавливать контакт «глаза в глаза».

Упражнение «Диктант»

Педагог 1: Теперь выберите, кто из вашей пары будет выполнять роль «ребенка», а кто – «родителя». Сейчас «дети» будут в течение двух минут писать текст на листочках, а «родители» – давать отрицательные комментарии, например, «Пишешь, как курица лапой», «Ну, что за почерк?», «Кто тебя так писать учил?».

Педагоги предлагают взрослым взять листы А5, ручки, планшеты и приступить к заданию. «Дети» и «родители» выполняют его.

Педагог 1: Теперь «дети» продолжают писать текст, но «родители» будут давать им положительные комментарии, например, «Посмотри, как красиво получилась буква “а”, старайся писать так же», «Отлично получается».

Родители выполняют задание.

Педагог 1: Поделитесь, что вы чувствовали в первый и во второй раз. Что хотелось сделать, сказать? (Родители отвечают.) Слова поддержки мотивируют детей быть усидчивыми, старательными, делать рабо-

ту лучше. Когда родители поддерживают своего ребенка, они тем самым формируют у него положительную самооценку.

IV. Третья потребность «Дети хотят чувствовать, что много значат для вас»

Упражнение «Начните фразу с „я“»

Педагог 2: Перейдем к третьей потребности – «Дети хотят чувствовать, что много значат для вас». Как вы можете дать ребенку это почувствовать? (Родители отвечают.) Способы показать ребенку, что он много значит для вас, – не оценивать его, не сравнивать с другими, а делиться с ним своими чувствами.

Педагог 1: Чтобы ребенок понимал, что вы говорите о своих чувствах, и не воспринимал ваши слова как оценку его личности, начинайте предложения с местоимений «я» и «мне» вместо «ты». Например, вместо «Ты опять все раскидал!» скажите «Мне неприятно видеть беспорядок», а вместо «Ты молодец!» – «Мне нравится, как аккуратно ты поставил обувь». Предлагаем потренироваться. Мы будем зачитывать фразы, а вы попробуйте их переформулировать так, чтобы они начинались со слов «я» и «мне».

Педагоги зачитывают фразы для родителей, выслушивают их варианты, а затем озвучивают свой вариант. Примеры пар фраз: «Успокойся!» – «Я уже нервничаю. Давай успокоимся»; «Хватит кричать!» – «Я устаю от того, что ты так кричишь. Пожалуйста, скажи спокойно, чего ты хочешь»; «Посмотри на себя, ты весь испачкался!» – «Я вижу, что ты испачкался,

давай переоденемся»; «Ты красиво рисуешь!» – «Мне нравится твой рисунок»; «У тебя хорошо получается!» – «Я вижу, что у тебя хорошо получается».

Упражнение «Свеча доверия»

Педагог 1: Итак, важно проговаривать свои чувства и делиться ими с ребенком. Однако случается так, что детям сложно поменять свое поведение, а родителям – совладать с эмоциями. Тогда вам могут помочь семейные ритуалы, особенно те, которые создают спокойную и безопасную обстановку и располагают быть откровенными. Попробуйте дома использовать упражнение «Свеча доверия». Его лучше проводить в вечернее время, в темноте.

Чтобы его провести, всей семьей сядьте в круг и передавайте друг другу безопасную свечку. Каждый человек, у которого оказывается свеча, рассказывает о своем дне: что сегодня порадовало, а что огорчило; что получилось хорошо, а что плохо; чем он сегодня может гордиться, а в чем ему следует потренироваться.

Педагог 2: Уважаемые мамы и папы, как можно чаще обращайтесь к ребенку за помощью или советом. Например, скажите: «Мне нравится твой рисунок, помоги нарисовать такой же», «Посоветуй, что нам вместе приготовить на ужин», «Посоветуй, как бы ты поступил в такой ситуации». Ребенок чувствует свою принадлежность к семье, когда взрослые с ним советуются и не оценивают его. А еще – когда родители рассказывают о себе: не только о том, как быть сильным и смелым, но и о том, что они тоже могут с чем-то не справляться.

V. Четвертая потребность «Дети хотят чувствовать себя сильными»

Упражнение «Праздник поддержки»

Педагоги предлагают родителям выполнить упражнение «Праздник поддержки» и инструктируют их. Родители встают в круг, а педагог – в его центр. Родители по очереди говорят педагогу слова поддержки, которые начинаются с фразы «Мне нравится в вас...». После того как все выскажутся, педагог в центре круга говорит: «Мне нравится в себе...». После упражнения родители садятся на свои места.

Педагог 1: Уважаемые родители, упражнение «Праздник поддержки» помогает, когда кто-то в семье нуждается в поддержке и ободрении. Применяйте его как семейную игру, когда вы празднуете особые события, дни рождения. Ведущий будет меняться – например, сначала в центр круга встанет ребенок-именинник, потом вы, потом бабушка. Когда вы используете это упражнение только с членами семьи, замените фразу «Мне нравится в тебе...» на «Я люблю в тебе...».

VI. Пятая потребность «Дети хотят чувствовать, что у них есть дом»

Упражнение «Конверт любви»

Педагог 1: Уважаемые родители, мы хотим рассказать вам об упражнении, которое может стать доброй семейной традицией. Оно называется «Конверт любви». Дома возьмите обычные конверты и положите в них записки со словами поддержки и любви

или, наоборот, с просьбой о помощи. Используйте их, чтобы поддерживать друг друга. Другой вариант: когда кому-то трудно попросить о внимании, то он может принести конверт любви человеку, от которого хочет получить его. Это будет вашим домашним заданием: сделайте конверты любви для всех членов своей семьи.

Педагог 2: Мы надеемся, что приемы позитивного общения помогут вам выстроить доброжелательные отношения с ребенком и быть для него понимающим и любящим родителем.

VII. Заключительная часть

Рефлексия «Три конверта»

Педагог ставит на стол магнитную доску – на ней три конверта. На первом написано «Я буду использовать эту информацию для моего ребенка», на втором – «Я не буду использовать эту информацию для моего ребенка», на третьем – «Я анализирую то, как я взаимодействую с моим ребенком». Педагог раздает родителям стикеры.

Педагог 1: Наша встреча подходит к концу, и мы хотим попросить вас об обратной связи. Перед вами три конверта. Выберите, какой из трех конвертов отражает ваше мнение об информации, которую вы услышали сегодня. Приклейте на него стикер. При желании напишите на стикере ваши пожелания или комментарии.

Педагог 2: Уважаемые родители, нам было приятно работать с вами. Спасибо за открытость и сотрудничество!

С. 10 из 10

Картотека техник, чтобы развивать у детей эмоциональный интеллект

Чтобы компенсировать недостаток свободного общения у дошкольников, используйте с ними техники для развития эмоционального интеллекта. Применяйте их на занятиях с детьми и раздайте родителям. В статье – готовая картотека техник.

Развивайте эмоциональный интеллект у детей с помощью готовой картотеки техник для групповых и индивидуальных занятий. Воспользуйтесь списком материалов, чтобы подготовиться к ним. Проводите занятия в игровой форме.

Используйте техники в групповой форме

Используйте техники на тренингах эмоционального интеллекта в группах. Проводите его, когда у воспитанников тяжело проходит адаптация к новым условиям, проявляются трудности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми. Также техники помогут развивать эмоциональный интеллект у детей в периоды, когда у них меняется привычный круг общения – например, когда группа сплочивается или воспитанники готовятся к школе.



Яна Акинкина,
психолог-
консультант, аспи-
рант кафедры воз-
растной психологии
им. проф. Л.Ф. Обу-
ховой МГППУ

Раздайте картотеки техник родителям

Раздайте родителям картотеки с техниками для индивидуальной работы дома → 76. Рекомендуйте использовать их в периоды, когда ребенок мало общается со сверст-

никами в течение длительного времени – например, во время болезни, отпуска. Техники будут особенно полезны детям, которым сложно контролировать свои эмоциональные проявления, и в случаях, когда у дошкольников случаются вспышки агрессии, истерики.



Справка

В понятие эмоционального интеллекта входит способность выявлять и называть чувства и эмоции человека, а также коммуникативные способности ребенка

Развивайте эмоциональный интеллект в форме игры

Преподнесите техники как игру или способ обучиться новым навыкам. У ребенка не должно складываться впечатление, что он «неправильный» и его надо «исправить» с помощью специальных занятий. В начале работы с дошкольником создайте доверительную атмосферу. Ставьте задачи развивать у ребенка навыки понимания себя и окружающих, эмпатию, помочь ему адаптироваться к новым условиям, провести профилактику алекситимии, невротических и психосоматических нарушений.

Подготовьте материалы для техник

Приготовьте канцелярские принадлежности и изобразительные средства – простые и цветные карандаши, мелки, краски, бумагу. Подберите журналы с большим количеством рисованных изображений людей или фотографий. Вырежьте из них отдельные части лиц – нос, глаза, уши, рот – и разложите их по стопкам. Также найдите фотографии людей, которые знакомы ребенку, и разместите на столе. Подготовьте записи песен, которые нравятся ребенку, и метафорические ассоциативные карты с сюжетами из жизни. Например, вам подойдут колоды «Я и все-все-все», «Цвета и чувства», «Обыкновенное чудо». А чтобы создавать объекты-помощники, которые помогают справиться с отрицательными эмоциями, используйте подручные материалы. Например, для «палки злости» возьмите картонную втулку от бумажных полотенец.



Техники, которые помогут развивать у детей эмоциональный интеллект

» УГАДАЙ, КТО...

ТЕХНИКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Опишите знакомого человека и предложите ребенку угадать, о ком идет речь.

1. Разложите на столе фотографии людей, хорошо знакомых вам и ребенку. Предложите рассмотреть их.
2. Загадайте кого-то из людей на фотографиях и расскажите ребенку что-то об этом человеке. Говорите о внешности или приведите факты из его жизни, но желательно, чтобы ребенок знал об этих фактах.
3. Просите ребенка задавать уточняющие вопросы, пока он не отгадает, о ком идет речь.
4. Предложите ребенку поменяться местами.

» РАСКРАСЬ ПЕСНЮ

ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Выберите вместе с ребенком песню, которая ему нравится, и предложите представить, из каких цветов она может состоять.

1. Внимательно прослушайте песню.
2. Обсудите с ребенком настроение песни: какая она - веселая, грустная, спокойная.
3. Предложите ребенку вместе потанцевать под песню и выразить ее настроение в движениях.
4. Предложите ребенку выбрать цвета, которые подходят под настроение песни, - используйте для этого краски, фломастеры, карандаши.
5. Снова включите песню и вместе нарисуйте музыку - используйте цвета, которые выбрал ребенок.



ИЗОБРАЗИ ЭМОЦИЮ

ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Поиграйте вместе с ребенком в «мимов» и изобразите разные эмоции.

1. Поговорите с ребенком о том, какие бывают эмоции. Назовите их как можно больше.
2. Выбирайте по очереди с ребенком эмоции и изображайте их мимикой. Сначала эмоцию выбирает ребенок, а вы ее изображаете, а затем вы меняетесь местами.
3. Повторите упражнение, но теперь изображайте эмоцию не мимикой, а позой.

КОГДА ТЫ ЭТО ЧУВСТВОВАЛ?

ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Покажите ребенку набор метафорических ассоциативных карт и попросите его вспомнить похожие события в своей жизни.

1. Разложите метафорические карты на полу, на столе или перебирайте их в руках. Рассмотрите их с ребенком.
2. Предложите ребенку выбрать карты, которые ему напоминают события из его жизни, и спросите, когда эти события были.
3. Попросите ребенка попробовать назвать чувства, которые связаны с его воспоминанием. Например: «Ого, ты выбрал картинку, на которой изображено, как мальчик выгуливает собаку. Такое ведь было и с тобой, когда ты гостил у бабушки и дедушки? А что ты тогда чувствовал: тебе было весело, радостно? Может быть, как-то еще?»

РИСУЕМ ВДВОЕМ

ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Предложите ребенку сделать рисунок вместе с вами на одном и том же листе.

1. Выберите изобразительные средства и разделите лист бумаги пополам линией.
2. Начните рисовать с ребенком – каждый на своей половинке.
3. Спросите ребенка, можно ли вам порисовать на его части и хочет ли он порисовать на вашей части листа. При желании сделайте это.

» ЛЮБОПЫТНЫЕ МОРДАШКИ



» ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Предложите ребенку поиграть необычным способом – совместить разные части лиц разных людей.

1. Вырежьте из журналов части лиц – нос, глаза, уши, рот – и разложите их по стопкам.
2. Подготовьте контуры лица – вырежьте их из картона.
3. Предложите ребенку наклеить на контуры рот, нос, глаза, уши.
4. Попросите ребенка рассмотреть получившееся лицо и подумать, какое настроение или чувство оно отражает.

» ПРИКОСНОВЕНИЕ ЭМОЦИЙ

» ТЕХНИКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Предложите ребенку попробовать изобразить эмоции прикосновением.

1. Предложите ребенку выбрать эмоцию и попросите подумать, как бы он прикоснулся к вам, если бы мог «передать» вам ее.
2. Предложите ребенку сделать это. Будьте аккуратны, если ребенок выбирает сильную или негативную эмоцию. Проговорите заранее, что, если он выберет эмоцию гнева, ударять друг друга недопустимо, но можно «прикоснуться ей» к чему-то безопасному и неодушевленному, например к подушке.
3. Поменяйтесь с ребенком местами.

» КАРАНДАШ НА ДВОИХ

» ТЕХНИКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Предложите ребенку поучиться «улавливать» чужое настроение нетривиальным способом.

1. Расположите карандаш или ручку так, чтобы вы и ребенок удерживали его с обоих концов только указательными пальцами.
2. Предложите ребенку двигать рукой, которая удерживает карандаш, так, чтобы указательный палец не отрывался от его кончика. В это время подстраивайтесь к движениям ребенка, чтобы карандаш не упал.
3. Теперь предложите ребенку поменяться местами и поучиться подстраиваться под ваши движения.



▶ ПАЛКА ЗЛОСТИ



ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Помогите ребенку найти конструктивные способы, чтобы выражать гнев, злость или другую эмоцию, с которой ребенку сложно справиться.

1. Обсудите с ребенком, с какой эмоцией ему хочется научиться справляться.
2. Расскажите ребенку, что все эмоции полезны, даже негативные. Вместе подумайте, какую пользу может принести эмоция, которую выбрал ребенок.
3. Подумайте, каким способом можно выразить эмоцию конструктивно. Например, если ребенок назвал эмоцию гнева, создайте «волшебную палку злости». Возьмите втулку от бумажных полотенец и украсьте ее вместе с ребенком – разрисуйте, обклейте наклейками. Предложите ребенку каждый раз, когда он злится, лупить этой палкой стену, подушку или пол – при этом соблюдать адекватные меры безопасности.
4. Аналогично подберите способы, чтобы выразить другие эмоции.

▶ РИСУНОК СТРАХА



ТЕХНИКА ДЛЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Предложите ребенку нарисовать какую-то эмоцию, которая ему сложно дается, например страх.

1. Выберите вместе с ребенком сложную для него эмоцию.
2. Попросите ребенка изобразить эмоцию мимикой и жестами. Спросите его, когда он ее ощущал.
3. Теперь попросите ребенка представить, какого цвета эта эмоция, какой формы, какая она на ощупь, какой она консистенции и температуры.
4. Подумайте вместе с ребенком – если учитывать качества эмоции, то каким она может быть предметом.
5. Попросите ребенка изобразить этот предмет.
6. Предложите ему «справиться» с нарисованным предметом так, как ему хотелось бы: смять, разорвать, скрутить в трубочку, выкинуть.

*Скачайте карточку
на e.psihologsad.ru*

Читайте в следующем номере

- 1** Три западных практики, которые помогут педагогу-психологу и детскому саду быть в тренде госполитики в образовании
- 2** Картотека развивающих игр-минуток для групповых занятий
- 3** Готовый сценарий психолого-педагогического квеста ко Дню толерантности

Способы подписки: в издательстве

8 (800) 511-98-65

по России звонок бесплатный

в агентствах вашего города

Белгород: ИП Лазарев В.В., 8 (4722) 31-05-25, 8 (920) 555-42-52.

Владимир: ООО «Союз», 8 (4922) 60-10-02;
Центр финансово-экономического развития
«Владимир», 8 (4922) 37-09-78.

Екатеринбург: ООО «УП Урал-Пресс», 8 (343) 262-65-43.

Иваново: ООО «Гарант-Виктория», 8 (4932) 42-72-63.

Йошкар-Ола: ИП Прозоров А.В., 8 (8362) 32-15-46.

Калининград: ИП Юрина А.З., 8 (4012) 99-18-08,
99-18-07; ООО «Пресса-Подписка», 8 (4012) 46-02-73.

Москва: ОАО «АРЗИ», 8 (495) 631-62-50;
АО «Агентство “Роспечать”», офис Москва,
8 (495) 921-25-55; ООО «УП Урал-Пресс»,
8 (495) 789-86-36, 789-86-37.

Пермь: ООО «Информационные решения»,
8 (342) 237-88-30, 237-99-60; ООО «Пресса-Люкс»,
8 (342) 282-48-86, 278-67-76.

Рязань: ООО «Дом прессы», 8 (4912) 25-75-42.

Санкт-Петербург: ООО «ПРЕССИНФОРМ»,
8 (812) 335-97-51, 786-92-98, 335-97-52.

Саранск: ООО «ЦДП Саранск», 8 (8342) 27-02-38;
ООО «Ваш Эксперт-Регионь», 8 (8342) 27-09-40, 27-09-60.

Саратов: ООО «Орикон», 8 (8452) 33-89-90.

Симферополь: ООО «ФАРЕНГЕЙТ КОНСАЛТИНГ»,
8 (978) 821-77-69, 715-95-42.

Тольятти: ООО «АДП-Информ», 8 (8482) 68-13-68,
68-09-98, 49-21-98.

Тула: ООО «Международная школа
консультирования – Тула», 8 (4872) 70-40-45,
70-40-46, 70-40-47.

Чебоксары: ООО «Регион-Пресс», 8 (8352) 22-60-77,
22-43-03.

Ярославль: ООО «Лайк-Пресс», 8 (4852) 68-12-81,
68-12-82; ООО «ПрофЛит», 8 (4852) 28-00-30,
28-04-30

по каталогу на почте

«Роспечать» — 84295 (год); 80821 (полугодие)

«Почта России» — П2630 (год); П2629 (полугодие)

БЫСТРЕЕ,

ЛУЧШЕ,

ВЫГОДНЕЕ!



Подпишитесь на журнал на сайте

www.proflit.ru



Подписка
в 2 клика



Оплата
банковской
картой



Программа
лояльности
«Аktion-бонус»

Оформите подписку сейчас
8 (800) 511-98-65



ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Технологии обучения и воспитания детей дошкольного возраста с ОВЗ по ФГОС ДО

72
часа

15 тем о том, как создать особую развивающую среду для детей с ОВЗ, чтобы вовлечь их в процесс обучения. Научитесь применять современные технологии инклюзивного образования: дифференцированные, здоровье-сберегающие, игровые, нетрадиционные и др. Получите методические рекомендации, пошаговые инструкции, примеры упражнений и игр.

После обучения вы сможете:

- организовывать специальные образовательные условия для детей с разными видами нарушений
- работать в социоиговом стиле, чтобы помочь детям с ОВЗ освоить окружающий мир и найти контакт с окружающими
- включить всех детей с ОВЗ в образовательный процесс и подготовить их к школе
- адаптировать для дошкольников с ОВЗ среду детского сада таким образом, чтобы они полноценно развивались



Как проходит обучение

Реклама



обучение 24/7,
доступ через
интернет



просто и понятно:
инфографика,
таблицы, чек-листы



закрепление материала,
тесты после
каждого модуля



сокращение
программы
без потери часов

Запишитесь на обучение

8 (800) 551-01-35

school.menobr.ru/programs/186715