

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №5» г. Лениногорска муниципального образования
«Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

Согласовано
Старший воспитатель
Л.Ф. Эскина _____

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №5
Г.И. Хузиагулина _____
Приказ № ___ от ____ 2024 г.

**План работы педагога-психолога
на период с 01.09.24 по 31.05.2025 г.**

Педагог-психолог:
Гиззатуллина Лилия Фоатовна

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № от ____ 2024 г.

План работы педагога-психолога на период с 01.09.2024 по 31.05.2025 год

Цель работы педагога-психолога: создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие физических и психических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника

Задачи работы педагога-психолога:

1. Заботиться о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребёнка.
2. Создать в группах атмосферу гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству.
3. Педагогам и родителям оказывать всестороннюю помощь в творческой организации (креативности) воспитательно-образовательного процесса.

Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ – это система деятельности педагогов-психологов и педагогов, направленная на создание благоприятных социально-психологических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психического здоровья ребенка, содействующих в разрешении проблем, возникающих у него в процессе взаимодействий в ДОУ социально-адекватными способами. Под психологическим сопровождением понимается система организационных, диагностических, обучающих и развивающих мероприятий для всех субъектов образовательного учреждения.

Целью психолого-педагогического сопровождения ребенка в учебно-воспитательном процессе является обеспечение его нормального развития (в соответствии с нормой развития в определенном возрасте).

Задачи психолого-педагогического сопровождения:

- психологическое сопровождение интеллектуального, личностного и нравственного развития воспитанников;
- предупреждение возникновения проблем развития ребенка;
- помощь (содействие) ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации: учебные трудности, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, педагогами, родителями;
- содействие в повышении психологической компетентности педагогов и родителей;
- организация, при необходимости, развивающих и коррекционных мероприятий со всеми субъектами образовательного процесса;
- психологическое обеспечение дополнительных образовательных программ;
- развитие психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) воспитанников, родителей, педагогов.

Сопровождение, таким образом, представляет собой деятельность, направленную на создание системы психолого-педагогических условий, способствующих успешному обучению, воспитанию и развитию каждого ребенка в конкретной образовательной среде.

Виды деятельности по психолого-педагогическому сопровождению:

- профилактика;
- диагностика (индивидуальная и групповая (скрининг));
- консультирование (индивидуальное и групповое) ;
- развивающая работа (индивидуальная и групповая) ;
- коррекционная работа (индивидуальная и групповая) ;
- психологическое просвещение и образование: формирование психологической культуры администрации ДОУ, педагогов, родителей;
- экспертиза (дополнительных образовательных программ, проектов, пособий, образовательной среды, профессиональной деятельности специалистов ДОУ).

Диагностика.

Психодиагностическая работа в учреждении ведётся по следующим направлениям:

- Диагностика познавательной сферы (мышление, внимание, восприятие, память, воображение) – групповая и индивидуальная;
- Диагностика эмоциональной сферы (проявления агрессивного поведения, страхи, тревожность, эмоциональная отзывчивость) – групповая и индивидуальная;
- Диагностика готовности к школе (мотивационная готовность, интеллектуальная, коммуникативная) – групповая и индивидуальная;
- Диагностика прохождения периода адаптации к детскому саду вновь поступивших детей;
- Диагностика детско-родительских отношений (межличностные отношения в семье, родительские отношения, определение психологической атмосферы в семье) – индивидуальная и групповая
- Диагностика педагогов (изучение степени эмоционального выгорания, изучение психологического климата, изучение творческого потенциала педагогов, самоанализ профессиональных затруднений) – групповая и индивидуальная

№ п/п	Вид деятельности	Срок проведения	Участники	Привлекаемые специалисты	Форма отчетности
Аналитическая деятельность					
1.	«Адаптация ребенка к ДОУ»	Сентябрь, апрель	воспитанники, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог, мед.сестра	аналитическая справка
2.	«Анализ психологической готовности детей к обучению в школе»	октябрь, май	воспитанники, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог, педагоги	аналитическая справка
3.	«Анализ развития познавательных процессов и эмоционально-волевой сфер дошкольников (дети с ОВЗ)»	октябрь, май	воспитанники, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог, педагоги	аналитическая справка
4.	«Анализ развития познавательных процессов и эмоционально-волевой сфер детей с ОВЗ (слабослышащие дети).»	октябрь, май	воспитанники, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог, педагоги	аналитическая справка
Диагностическая деятельность					
1.	Диагностика «Изучение стартового уровня будущих первоклассников»	октябрь, май	воспитанники подготовительных групп	педагог-психолог	аналитическая справка
2.	Диагностика нервно-психического развития детей в группах раннего развития по методике К.Печоры.	сентябрь, апрель	воспитанники младших групп, родители, воспитатели	педагог-психолог	аналитическая справка
3.	Диагностика по методике «Определение группы адаптации, к которой принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение»	сентябрь, апрель	воспитанники младших групп, родители, воспитатели	педагог-психолог	аналитическая справка
4.	Диагностика развития познавательных процессов и эмоционально-волевой сферы	сентябрь, май	воспитанники компенсирующих групп №1,	педагог-психолог, педагоги	заключение

	дошкольников (воспитанники компенсирующих групп №1, №2)»		№2		
5.	Диагностика детей «группы риска»(по запросу)	в течение года	воспитанники старших, подготовительных групп	педагог-психолог	заключение
6.	Диагностика по выявлению состояния эмоциональной сферы детей.	в течение года	воспитанники средних, старших и подготовительных групп.	педагог-психолог	заключение
8.	Диагностика уровня тревожности (Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) (по запросу)	в течение года	воспитанники старших, подготовительных групп	педагог-психолог, педагоги	заключение
9.	Диагностика развития познавательных процессов и эмоционально-волевой сферы детей с ОВЗ (слабослышащие дети).	сентябрь, май	воспитанники старшей группы №1	педагог-психолог, педагоги	заключение
Коррекционно-развивающая деятельность					
1.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога «Психологическое сопровождение процесса адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ»	в течение года	воспитанники первых младших групп	педагог-психолог, воспитатели	конспекты занятий, журнал гр. форм работы
2.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога со слабослышащими детьми.	сентябрь-апрель	воспитанник средней группы №1	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал инд. форм работы
3.	Индивидуальный (подгрупповой) образовательный маршрут психолого-педагогического сопровождения будущих первоклассников(по оказанию комплексной психолого-педагогической поддержки детям с низкими показателями по результатам диагностики) (фронтальные занятия)	ноябрь–апрель	воспитанники подготовительных к школе групп	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал групповых форм работы
4.	Индивидуальный (подгрупповой) образовательный маршрут психолого-педагогического сопровождения будущих первоклассников(по оказанию комплексной психолого-педагогической поддержки детям с низкими показателями по результатам диагностики) (фронтальные занятия) (индивидуальные занятия)	ноябрь–апрель	воспитанники подготовительных к школе групп	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал индивидуальных форм работы

5.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога в группе компенсирующей направленности №1 (для детей с нарушениями речи) (индивидуальные и фронтальные занятия)	сентябрь-май	воспитанники компенсирующей группы №1	Педагог-психолог, воспитатели	конспекты занятий, журнал гр. и инд.форм работы
6.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога с ребенком с ОВЗ (нарушение интеллекта).	в течение года	воспитанники компенсирующей группы №2	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал инд. форм работы
7.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога с ребенком с ОВЗ (дети с РАС).	в течение года	воспитанник компенсирующей группы №2	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал инд. форм работы
8.	Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога с детьми «группы риска» (по запросу)	ноябрь-март	воспитанники средних, старших, подготовительных групп	педагог-психолог	конспекты занятий, журнал гр. и инд. форм работы
Просветительская, консультативная, профилактическая деятельность					
1.	Информационный стенд «Как облегчить ребенку привыкание к детскому саду»	август - сентябрь	родители детей 1 младших групп	педагог-психолог	стенд
2.	Заседания университета для родителей: «Особенности подготовки ребёнка к школе».	декабрь	родители детей подготовительных групп	администрация, педагог-психолог, учитель-логопед	протокол собрания
3.	Заседания университета для родителей: «Влияние темперамента на адаптацию ребёнка в ДОУ. Особая роль в адаптации ребёнка к условиям ДОУ»	сентябрь	родители детей младших групп	администрация, воспитатели педагог-психолог	протокол собрания
4.	Психологическая гостиная №1 «Гиперактивный ребёнок»	сентябрь	педагоги	педагог-психолог	конспект, журнал гр.форм работы
5.	Информационный стенд «Влияние родительских установок на развитие личности ребенка»	декабрь	родители старших групп	педагог-психолог	стенд
6.	Психологическая гостиная №2 Тренинг «Тимбилдинг или занятие по командообразованию»	ноябрь	педагоги	педагог-психолог	конспект, журнал гр.форм работы
7.	Повышение информационной компетентности родителей (папка-передвижка) «Гиперактивные дети»	март	родители всех групп	педагог-психолог	папка передвижка
9.	«Детская агрессивность. Правила работы с	март		педагог-психолог	папка «Советы

	агрессивными детьми»		родители всех групп		психолога»
10.	Оформление: -текущей; - отчетной документации.	ежедневно еженедельно			
11.	Обработка и анализ данных мониторинга (проводимого воспитателями)	сентябрь/апрель			
12.	Сбор информации о вновь поступивших в МБДОУ детях.	еженедельно			
13.	Анализ «Листов адаптации».	по мере прохождения периода адаптации		Мед.сестра, воспитатели, педагог- психолог	
14.	Оформление индивидуальных социальных карт развития на каждого ребенка	в течение года			
15.	Обработка и анализ материалов подгрупповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятий	еженедельно			
16.	Изучение и анализ документов, заполненных родителями и воспитателями (анкеты, опросники, регистрационные листы, анамнез и т.п.)	в течение года			
17.	Составление «маршрутов» индивидуальной работы с детьми, разработка индивидуально-ориентированных программ.	в течение года			
18.	Посещение семинаров, педчасов, совещаний и др. мероприятий, связанных с организацией деятельности в МБДОУ по психологическому сопровождению	в течение года			
19.	Консультации для воспитателей по результатам диагностики	октябрь, май	педагоги	педагог-психолог	аналитическая справка
20.	Психологическая гостиная №3 Тренинг «Воспитание толерантности начинается с педагога	февраль	педагоги	педагог-психолог	сообщение, журнал гр. форм работы
21.	Психологическая гостиная №4 «Детское непослушание»	апрель	педагоги	педагог-психолог	сообщение, журнал гр. форм работы
22.	Индивидуальные консультации для родителей по результатам диагностики	в течение года	родители	педагог-психолог	заключение

23.	Папка «Советы психолога»(по возрастам)	в течение года	родители	педагог - психолог	наглядная агитация
24.	«Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада»	октябрь	педагоги	педагог - психолог	папка
25.	Памятка для родителей «Как подготовить ребёнка к поступлению в детский сад»	август	родители младших групп	педагог - психолог	памятка
26.	«Малыш, не бойся! (детские страхи)»	декабрь	родители старших групп	педагог - психолог	наглядная информация
27.	«Как дошкольник становится школьником?»	март	родители лог группы	педагог - психолог	наглядная информация
28.	Выступление на педсовете №		заведующий, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог	памятка, конспект, презентация
29.	«Эмоциональная привязанность»	сентябрь	родители	педагог-психолог	стендовая информация
30.	Выступление на педсовете №4 «Анализ готовности детей подготовительных групп к школьному обучению» (по результатам диагностики)	май	заведующий, педагог-психолог, педагоги	педагог-психолог	аналитическая справка
31.	Наблюдение за детьми «Адаптированность к ДОУ»	август - октябрь	воспитанники младших групп	педагог-психолог	лист наблюдений
32.	Наблюдение за детьми в игре	ноябрь	воспитанники II младших групп	педагог-психолог	лист наблюдений
33.	- Анализ деятельности психолога за прошедший год, составление аналитического отчета и годового отчёта; - Статистический отчет о проделанной работе с детьми и родителями МБДОУ; - Аналитические справки по диагностикам на конец года.	май	педагоги	педагог-психолог	протокол, журнал групповых форм работы
34.	- Планирование работы психолога с родителями и педагогами на 2025 – 2026 учебный год; - начало адаптации в группах: наблюдение за вновь поступившими дошкольниками и консультирование родителей	июнь			
35.	-Составление перспективного плана и	август			

	программы по сопровождению педагогической деятельности в детском саду. - Подготовка тем родительских собраний, консультаций, тренингов личностного роста и психологических гостиных по релаксации				
--	--	--	--	--	--

Экспертная деятельность

1.	Написание психолого-педагогических характеристик на воспитанников (ПМПк)	в течение года	родители, педагоги	педагог-психолог	протокол
2.	Посещение и анализ открытых занятий	в течение года	педагоги, воспитанники	педагог-психолог	протокол
3.	Заседание ППК по результатам готовности к школьному обучению; по адаптации детей к ДОУ	в течение года	педагоги	педагог-психолог	Аналитическая справка
4.	Заседание в ПМП консилиуме по написанию характеристике на ПМПк	в течение года	педагоги	педагог-психолог	Аналитическая справка

Повышение профессиональной компетентности (самообразования)

1.	Участие в семинарах, конференциях, тренингах, курсах повышения психологической осведомленности	в течение года	педагоги		План по самообразованию
2.	Повышать профессиональный уровень путем самообразования: методическая литература, развивающие программы	в течение года	педагог-психолог		План по самообразованию
3.	Участие в городских методических сообществах	в течение года	педагоги-психологи		План по самообразованию

Педагог-психолог _____/Гиззатуллина Л.Ф./

Психологические гостиные.

№1 Консультация «9 правил воспитания гиперактивного ребенка»

Существуют определённые неврологические расстройства, где преобладающим симптомом является избыточная активность.

Существуют определённые неврологические расстройства, где преобладающим симптомом является избыточная активность. К их числу относится синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ), который развивается ещё в раннем детстве и «растёт» вместе с ребёнком.

Гиперактивность у детей сопровождается неусидчивостью, проблемами с вниманием (ребёнок постоянно отвлекается, не может сосредоточиться на одном объекте), двигательной расторможенностью и импульсивным поведением. Интеллект при этом обычно не страдает, а вот сложности с обучением присутствуют.

Согласно медицинской статистике, в нашей стране диагноз СДВГ имеют порядка 5-15 % малышей и подростков. Интересно, что это расстройство обнаруживается у каждого двадцатого взрослого человека, ведь нередко гиперактивный ребёнок превращается в такого же молодого человека. Кстати, у детей мужского пола СДВГ обнаруживается в три раза чаще, чем у детей женского пола.

Ребёнка с СДВГ нужно обследовать у нейропсихолога, невролога, других специалистов (логопеда, например, если есть речевые нарушения). Также гиперактивным детям нужна помощь психолога и педагогов, поскольку нужна коррекция поведения. Часто назначается медикаментозная терапия, включающая приём нейролептиков и психостимуляторов.

Откуда берётся гиперактивность у детей

Причины появления гиперактивности пока изучены недостаточно, однако существует версия того, что СДВГ может быть вызван генетическими мутациями. Исследования показали, что при данном синдроме нарушается дофаминовый и норадреналиновый обмен в головном мозге. В результате связи между различными отделами коры больших полушарий и подкорковыми зонами разобщаются. Особенно страдают структуры, которые отвечают за произвольность поведения и концентрацию внимания.

Но не только генетика влияет на появление СДВГ. **Неврологическое нарушение развивается при сочетании нескольких неблагоприятных факторов, которые приводят к минимальному повреждению головного мозга у плода или младенца:**

- патология беременности (повышенное давление у матери, поздний токсикоз);
- тяжёлые роды;
- алкоголизм и наркомания матери;
- проживания в экологически неблагоприятном регионе;
- скудный рацион матери, дефицит витаминных и минеральных веществ, омега-3 жирных кислот;
- приём запрещённых медицинских препаратов беременной женщиной;
- асфиксия младенца;
- маленький вес ребёнка после родов;
- инфекции малыша в младенческом возрасте.

Ситуация может усугубиться, если одновременно с биологическими негативное влияние оказывают и социально-психологические факторы. Например, конфликтная обстановка в

семье, либеральный или авторитарный типы воспитания, повышенная опека, различные психотравмирующие ситуации.

Синдром гиперактивности

Обычно мама замечает симптомы гиперактивности у ребенка в старшем дошкольном или младшем школьном возрасте. Но некоторые неблагоприятные особенности заметны уже в раннем детстве.

Неврологическое обследование нужно, если малыш:

- имеет высокий мышечный тонус;
- не может подолгу уснуть и часто просыпается;
- остро реагирует на любые раздражители;
- страдает частыми приступами тошноты и рвоты.

Эти признаки не обязательно говорят о СДВГ, однако консультация специалиста в любом случае не будет лишней.

Повторим, что впервые признаки СДВГ обнаруживаются в 5-8-летнем возрасте, когда ребёнок идёт в школу. А это накладывает на него определённые обязанности, в том числе умение регулировать своё поведение, организовывать деятельность, самостоятельно решать некоторые проблемы, соблюдать правила и концентрировать внимание на важных объектах. Затем симптоматика обостряется в подростковом возрасте и объясняется изменением гормонального фона.

Клиническая картина СДВГ включает такие группы симптомов, как дефицит внимания, импульсивность и собственно гиперактивность. Рассмотрим их более подробно.

Дефицит внимания

Гиперактивный ребёнок невнимателен, и это аксиома. Он не может долго удерживать внимание на объекте деятельности. Первоклашки с СДВГ могут 10 минут увлечённо заниматься чем-то, потом они отвлекаются на другое занятие. Со временем длительность «внимательного» периода увеличивается, но всё равно отстаёт от возрастной нормы.

Из-за постоянных отвлечений ребёнок допускает множество ошибок в работе, результаты его деятельности оставляют желать лучшего. Простой пример: чтение небольшого текстового отрезка. Гиперактивный школьник читает быстро, делает ошибки, перескакивает с одной строчки на другую, пропускает буквы и даже слова. Таким детям сложно следовать предложенным инструкциям, алгоритмам, доводить до логического завершения уроки и даже игры. Особенно сложно чрезмерно активным малышам и подросткам самостоятельно организовывать свою деятельность, выполнять установленные правила и придерживаться оговорённых поведенческих норм.

Импульсивность

Импульсивное поведение проявляется сразу в нескольких аспектах. Настроение у гиперактивных детей меняется внезапно. Они могут играть со своими ровесниками, но из-за какого-либо пустяка способны устроить яркую истерику или даже ударить своего партнёра по играм. Если не корректировать подобное поведение, импульсивность перерастает в агрессивность и асоциальные поступки.

Импульсивное поведение характеризуется нетерпеливостью. Ребёнок, не дослушав вопрос, начинает кричать то, что приходит ему в голову. Особенно сложно для него дожидаться своей очереди и терпеть. Если он чего-то хочет, то сделает всё, чтобы заполучить желаемое сразу же. В полном объёме.

Такие поступки часто сопровождаются безрассудством и непониманием опасности. Вследствие этого гиперактивные дети не слушают предостережения родителей и педагогов, ведут себя так, как подсказывает им их желания. Как результат – получение различных травм: лёгких и тяжёлых. Подобное поведение характерно для маленьких детей, а вот для школьников и подростков это уже не является вариантом нормы.

Гиперактивность

Этот симптом предполагает психическую и двигательную расторможенность. Ребёнок с гиперактивностью постоянно в движении, причём они хаотические: дёргание конечностями, прыжки, верчение на стуле, суетливая беготня, тики. При этом школьник может попросту встать со стула во время урока и пройтись по классу, громко крикнуть с места и т.д. У подавляющего большинства таких детей наблюдается диспраксия – неуклюжие действия, неповоротливость, сложности с выполнением точных движений.

Гиперактивный ребёнок много болтает. При этом говорит он громко и быстро, глотает окончания слов, может перебивать собеседников и учителей, теряя мысль и перескакивая с одного вопроса на другой. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью нередко сочетается с логопедическими нарушениями.

Все эти проблемы особенно остро проявляются с момента поступления в школу. Из-за перечисленных выше характеристик детям сложно запоминать большие объёмы информации, работать в одном темпе с одноклассниками, напрягаться при выполнении контрольных работ, требующих умственного напряжения. Вследствие этого гиперактивные дети часто числятся в списке неуспевающих.

Диагностика СДВГ

Ребёнок с гиперактивностью – «клиент» невропатолога и психиатра. Только эти специалисты могут поставить точный диагноз. При этом нарушение выясняется не на первичном осмотре, а в динамике. Доктор в течение 6 месяцев ведёт маленького пациента, обращая внимание на выраженность симптомов дефицита внимания, гиперактивности и импульсивного поведения.

При неврологическом или психиатрическом обследовании опрашивают родителей и ребёнка, изучают характеристики педагогов и психологов (из школы или садика), наблюдают за пациентом в процессе деятельности. Проводят диагностику с помощью специальных опросников и тестовых методик. Всё зависит от возраста ребёнка.

Предварительно следует пройти обследование у педиатра. Это нужно, чтобы исключить другие причины расторможенного и возбудимого поведения. К подобному состоянию могут привести такие серьёзные заболевания, как эпилепсия, гипертиреоз, хорея. Неумение работать по инструкции может быть вызвано зрительной или слуховой патологией.

Для уточнения диагноза невролог может назначить ребёнку обследование у узких специалистов (окулиста, ЛОРа, эндокринолога и пр.). Логопедическая консультация

нужна в том случае, если есть нарушения устной и письменной речи. Обязательно назначают энцефалограмму и МРТ головного мозга.

Гиперактивный ребенок: лечение и коррекция

Коррекция СДВГ предполагает использование комплексного подхода, включающего приём медикаментов, физио- и психотерапевтические методы.

Физиотерапия

Физиотерапевтические процедуры подбираются, исходя из особенностей детского организма и потребностей ребёнка.

Специалист может назначить одну из следующих процедур (или несколько);

- лечебная физкультура;
- массаж шеи;
- мануальная терапия;
- фотохромотерапия (лечение цветом);
- транскраниальная микрополяризация (воздействие электрическим током на головной мозг);
- БОС-терапия (метод биологической обратной связи для обучения самоконтролю).

Физиотерапевтический курс назначается совместно невропатологом и физиотерапевтом.
Психотерапия

Специалисты применяют различные психотерапевтические методы, умело их комбинируя. Всё опять же зависит от индивидуальных особенностей и возраста ребёнка.

На практике особенно часто используют следующие методики:

- когнитивно-бихевиоральная терапия. Способствует формированию у подростков конструктивных поведенческих реакций;
- игровая терапия. Назначается младшим школьникам, способствует снятию мышечных напряжений, повышению внимательности, снижению импульсивности;
- художественная терапия. Ребёнок рисует картины, избавляясь от тревожности, страхов. Одновременно этот метод учит терпеливости, усидчивости, внимательности.

Возможно проведение семейной психотерапии, особенно если одним из факторов развития гиперактивности является неблагоприятный психологический климат в семье.

Как помочь гиперактивному ребёнку

Такие дети требуют к себе особенного отношения, в ином случае от вспышек импульсивного и гиперактивного поведения будут страдать родители, педагоги, сверстники. Ну и, конечно, сам ребёнок. Что же делать? Предлагаем несколько полезных рекомендаций, которые помогут правильно организовать детскую жизнь.

Режим дня

На вопрос, как успокоить гиперактивного ребенка, невозможно ответить без организации чёткого и понятного режима дня. Если соблюдать привычные ритуалы, то можно существенно снизить выраженность гиперактивности и возбудимости. К числу подобных ритуалов относятся пробуждение, засыпание, пищевые традиции, прогулки, выполнение домашних заданий.

Нагрузки и отдых

Ребёнок с гиперактивностью – это зайчик из рекламы батареек Энерджайзер. Энергии в нём не просто много, а очень много. Следовательно, ему попросту жизненно необходимо её растрчивать, выплёскивать. А задача родителей – направлять её в мирное русло, в ином случае весь этот запал усилит деструктивное поведение.

У ребёнка должен быть достаточный уровень физической активности: можно и нужно гулять, играть в подвижные игры, выполнять спортивные упражнения. Тогда к вечеру он устанет и будет спокойно отдыхать. При этом важно понимать, что нагрузки должны быть адекватными, иначе наступит переутомление. А это чревато сильным перевозбуждением и истерикой.

Старайтесь замечать признаки начинающей усталости у ребёнка. Незамедлительно прекращайте активные упражнения и игры, занимайтесь расслабляющими занятиями. Например, йогой, дыхательной гимнастикой, слушанием спокойной музыкой. Детей постарше можно научить самостоятельно успокаиваться, это умение ему обязательно пригодится.

Доброжелательный микроклимат в семье

Во-первых, ребёнка нельзя ругать, он таким родился, и гиперактивность – не его прихоть или «заслуга». Поэтому стоит побеспокоиться о том, чтобы малыш или подросток рос в спокойной обстановке. Во-вторых, родителям необходимо осуществлять поддержку друг друга в деле коррекции и лечения гиперактивного ребёнка.

Понимание и принятие

Ребёнка нужно принимать таким, какой он есть, при этом не отказываясь от воспитания и перевоспитания. Это означает, что выстраивание запретов, границ должно сопровождаться усиленной поддержкой со стороны родителей. При этом важно наладить плодотворные контакты с людьми, имеющими отношение к ребёнку. Расскажите об особенностях своего чада, о том, как вы выстраиваете отношения с ним. В идеале нужно наладить хорошие отношения между ребёнком и педагогами.

Полезные рекомендации

1. **Единые требования.** Это правило действует со всеми малышами, но особенно оно важно для гиперактивных детей. Договоритесь с супругом, бабушками/дедушками об единых требованиях, предъявляемых ребёнку.
2. **Чёткие запреты.** Информация об ограничениях и запретах должны быть краткой и ёмкой. Не нужны длинные фразы, не стоит говорить, как не нужно делать. Объясняйте, как нужно поступать.
3. **Пошаговая инструкция.** Не нужно давать пространную инструкцию, состоящую из нескольких шагов. Ребёнок всё равно не запомнит всё целиком. Разбейте задачу на несколько последовательных этапов.

4. **Похвала.** Обязательно похвалите за успехи. Ребёнок меньше отвлекается? Выполняет домашнее задание без многочисленных пауз? Не вертится на уроках? Отметьте эти достижения.
5. **Организация пространства.** Организуйте детское пространство, где он будет чувствовать себя комфортно. Гиперактивные малыши склонны к «разрушению» и неумению наводить порядок. Уберите всё лишнее, научите раскладывать вещи по своим местам.

Заключение

Гиперактивный ребенок – это не наказание, а просто человек с особенностями в поведении. Помогите ему развиваться нормально, научиться внимательности, терпению, умению контролировать эмоции. Конечно, придётся походить по специалистам, но оно того стоит. К подростковому возрасту вам удастся преодолеть практически все проблемы и нивелировать все недостатки.

№2 Тренинг для педагогов. Тема: «Тимбилдинг или занятие по командообразованию»

Цель: создание модели эффективной команды, формирование и усиление общего командного духа, принятие особенностей друг друга, сплочение коллектива, получение навыков совместной работы и обучение приемам выработки общей стратегии.

Задачи тренинга:

- Создать положительную атмосферу в течение тренинга (объединение, атмосфера доверия; поощрение участников к совместной длительной работе, поддержка каждого из участников);
- Сформировать модель эффективной команды (направить группу на достижение общей цели и реализации задач; отработать правила совместной коллективной работы с учетом интересов каждого участника; развить способности нахождения эффективных оригинальных решений и способов поведения в различных ситуациях; повысить осознание рациональности распределения командных ролей и обязанностей).
- Игровая коррекция поведения (снижение чрезмерного эмоционального напряжения; устранение барьеров, мешающих продуктивным конструктивным действиям; регуляция социальных отношений).

В тренинговом занятии используются такие **приемы** как:

- Моделирование ситуаций;
- Игровые моменты и их анализ;
- Активная обратная связь;
- Обсуждение значимости темы;
- Прослеживание участниками стратегий личного поведения.

Актуальность: невозможно сделать всю работу одному время от времени все равно приходится прибегать к помощи другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – это залог успеха, без поддержки будет достигнута только маленькая цель, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

Почему важна сплоченность: возможность окупиться..., возможность увидеть..., возможность услышать..., возможность ощутить..., возможность испытать..., возможность стать..., стать одним коллективом, который чувствует, поддерживает и вдохновляет на новые действия и поступки.

Структура тренинга:

1. Орг. момент – 3 минуты
2. Вступление – 2 минут
3. Цель задачи – 3 минут
4. Разминка – 5 минут
5. Основная часть – 35 минут
6. Рефлексия – 10 минут
7. Орг. конец – 2 минуты

Ход тренинга:

1. Приветствие «Давайте поздороваемся».
2. Упражнение «Друг к дружке»
3. Упражнение «*Постройтесь по алфавиту!*»
4. Деление на группы «Разрезанная открытка».
5. Упражнение «Эмпайр стейт билдинг»
6. Упражнение «*Карета*»
7. Упражнение «Поезд»
8. Упражнение «Аплодисменты»

Ход тренинга

1. Приветствие «Давайте поздороваемся».

Время выполнения: 5 минут.

Цель: снятие мышечного напряжения у участников тренинга, переключение внимания.

Здравствуй те, у кого в этом месяце день рождения.

Здравствуй те, кто плотно утром позавтракал.

Здравствуй те, кто рад повышению зарплаты.

Здравствуй те, кто тоскует по морю и песку.

Здравствуй те, кто готов работать в нашей группе.

2. Я рады приветствовать вас на молодежном тренинге «Тимбилдинг или занятие по командообразованию». Меня зовут Ирина, и сегодня проведём для вас тренинг на сплочение. Цель нашего тренинга – это сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия. Сегодня мы выявим социально активных, талантливых педагогов, которая поможет нам повысить профессиональную компетентность как участников тренинга. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед, чего я вам желаю!

2. Сегодня на тренинге мы посмотрим, насколько нам удастся действовать вместе.

Предлагаю вам поприветствовать друг друга.

Упражнение «Друг к дружке»

Цель: Преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Время выполнения: 15 минут

Я предлагаю вам поиграть в игру-активатор «Друг к дружке», во время которой всем участникам нужно выполнять очень-очень быстро движения. Станьте в круг, выберите себе партнера и быстро пожмите ему руку.

А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом. А когда я скажу: «Друг к дружке! », вы должны поменять партнера.

- Правая рука к правой руке!

- Нос к носу!

- Спина к спине!

- Друг к дружке.
- Носок к носку!
- Живот к животу!
- Лоб ко лбу!
- Друг к дружке.
- Бок к боку!
- Колено к колену!
- Мизинец к мизинцу!
- Друг к дружке.
- Бедро к бедру!
- Ухо к уху!
- Пятка к пятке!
- Друг к дружке.
- Затылок к затылку!
- Локоть к локтю!
- Кулак к кулаку!
- Друг к дружке.

Пожмите друг другу руки. Молодцы. Спасибо.

3. Упражнение «Постройтесь по алфавиту!»

(музыкальное сопровождение «Воздушная кукуруза»)

Цель: Преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Ход упражнения: Участникам выдаются буквы алфавита в разном порядке. Задача состоит том, чтобы в короткий срок построиться в ряд по алфавиту. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (*как себя чувствовали участники*) или нет.

Обсуждение:

- Удалось ли группе это сделать?
- Что помогало? Поддерживало?
- Какие эмоции испытывали во время упражнения?

4. Деление на группы «Разрезанная открытка». Берутся четыре-пять открыток (одинаковых или разных; лучше — *большого* формата). Каждая из них разрезается на шесть (четыре, пять) частей. Все части перемешиваются. Каждый из учеников вытягивает по фрагменту и ищет свою команду, объединяясь с теми, кому достались фрагменты, необходимые для составления целой картинки.

5. Упражнение «Эмпайр стейт билдинг»

Цель: Развивать умения действовать слажено.

Время: 20 минут.

Для игры понадобятся маркеры или фломастеры, листы формата А3, карточки с заданиями, а именно:

- Нарисовать здание в 10 этажей.
- Контур здания должен быть фиолетового цвета.
- Окон здания должно быть по 2 на каждый этаж.
- На здании должен развиваться синий флаг
- ...и так далее.

Карточек должно быть столько же, сколько и участников. Если участников слишком много, то их можно разбить на группы, тогда понадобится меньше карточек. Каждому участнику раздается по карточке. Его задача молча нарисовать то, что ему выпало. Между собой участники тоже не разговаривают. Все участники группы рисуют одновременно. Для удобства проведения игры лучше, чтобы лист бумаги был прикреплен к стене, а количество участников не превышало 5 человек. Для азарта можно устроить состязания на время, тогда понадобится секундомер.

6. Упражнение «Карета»

(музыкальное сопровождение из кинофильма «Цыган»)

Группе необходимо построить карету из присутствующих людей. Посторонние предметы использованы быть не могут. (*наводящие вопросы из чего состоит карета*). Во время выполнения задания психологу необходимо наблюдать за поведением участников: кто организывает работу, к кому прислушиваются другие, кто какие «роли» в карете себе выбирает. Дело в том, что каждая «роль» говорит об определенных качествах человека:

- крыша – это люди, которые готовы поддержать в любую минуту в сложной ситуации;
 - двери – ими обычно становятся люди, имеющие хорошие коммуникативные способности (*умеющие договариваться, взаимодействовать с окружающими*);
 - сиденья – это люди не очень активные, спокойные;
 - седоки – те, кто умеет выезжать за чужой счет, не очень трудолюбивые и ответственные;
 - лошади – это трудяги, готовые «везти на себе» любую работу;
 - кучер – это обычно лидер, умеющий вести за собой.
 - Если выбирает себе роль слуги, который открывает дверь или едет сзади кареты, такие люди также имеют лидерские качества, но не хотят (*не умеют*) их проявлять, готовы больше к обеспечению тыла (либо это так называемые «серые кардиналы»).
 - После того как карета готова, все садятся в круг, обсуждают произошедшее, а ведущий объясняет им значение тех «ролей», которые они выбрали.
- Примечание: если группой руководит и распределяет роли один человек, то значения, названные выше, не будут отражать качеств данных людей.

7. Упражнение «Поезд»

Цель: образование единого командного духа.

Время выполнения: 10 минут.

Ход упражнения: у нас есть голова поезда, ваша задача образовать целый состав и пройти не отцепляясь все преграды на пути вашего состава. Если состав расцепится, начинаем сначала. Преграды: туннель (на корточках пройти), поворот на право, на лево, ускориться, притормозить, посигналить три раза.

Вывод: **Сплочение** – это возможность для коллектива стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Все Мы нуждаемся в поддержке, и получить ее мы можем только в своей группе! Ведь только **сплоченный коллектив** добивается многих вершин и побед!»

И закончить наш тренинг я хочу древней притчей:

Веник.

У одного старика было три сына. И они никак не могли ужиться вместе. Старик очень хотелось, чтобы после его смерти сыновья жили в мире. Он решил научить их этому.

Однажды, отец позвал их к себе и попросил разломать пополам веник. Сначала попробовал старший сын, но, сколько он не старался — ничего не получилось. Такие же неудачи постигли среднего и младшего. Тогда отец развязал веник, и попросил каждого сына разломать по несколько соломинок. Это, конечно же, им с лёгкостью удалось.

Тогда отец сказал:

— Вот также и в жизни. Если вы будете вместе, то вас никто не сломит, а по отдельности вас также легко победить, как и сломать пару соломинок.

9. Упражнение «Аплодисменты»

Цель: завершение тренинга.

Время проведения: 1 минута

Ход упражнения: мы хорошо поработали, каждый вас заслуживает подарка. Предлагаю всем отблагодарить друг друга аплодисментами.

Литература

1. Безрукова Е.Ю., Блинова Ю.В., Лямин А.В., Жуков Ю.М. Командообразование в режиме реального времени //Справочник кадровика. 2002. 2.
2. Занковский А.Н. Организационная психология: Учебное пособие для вузов по специальности "Организационная психология". - 2-е изд. - М.: Флинта: МПСИ, 2002. - 648 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д., Грабенко Т. Технология создания команды. - СПб.: Издательство "Речь", 2002 - 224 с.

№3 Тренинг с педагогами

Тема: ВОСПИТАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ НАЧИНАЕТСЯ С ПЕДАГОГА.

Организационная информация.

Количество участников: 20 человек, в просторном, помещении.

Продолжительность: 1 занятие.

Продолжительность занятия :1,5- 2 часа.

Время проведения: ноябрь.

Форма проведения тренинга – круг, возможно свободное перемещение по залу при выполнении упражнения в подгруппах.

ЦЕЛЬ: формировать навыки поведения толерантного педагога.

Задачи:

- ❖ Систематизировать у педагогов знания о понятии «толерантность» и «интолерантность»;
- ❖ Помочь педагогам и родителям в осознании того, что существует взаимосвязь в толерантном отношении к себе и другим;
- ❖ Формировать толерантное отношение к другим людям.

1. Вводное слово

Цель: ознакомление участников с содержанием предстоящего курса занятий.

«Здравствуйтесь! Я рада приветствовать вас на занятие. Сегодня мы проведем занятие продолжительностью 2- 2,5 часа. И буду очень рада если, кто- то почерпнет для себя пищу для мыслей. Тема нашего занятия - воспитание толерантности начинается с педагога.

2. Правила работы в группе.

- Доверительный стиль общения (насмешки и злословие исключаются);
- Общение по принципу «здесь и сейчас» (обсуждение только того над чем ведется работа);
- Обращение на ты;
- Активность (даже если упражнение кажется неинтересным – нужно его выполнить);
- Искренность в общении;
- Недопустимость непосредственных оценок (оценивается не человек: «Он не прав», «Он мне не нравится»)
- Уважение к говорящему (У каждого должна быть возможность высказаться).

3. «НИКТО НЕ ЗНАЕТ, ЧТО Я...»

Каждый из участников (по кругу или в произвольном порядке) дополняет фразу: «Никто в группе не знает, что я...» Например: «Никто в группе не знает, что я сегодня не услышал звонок будильника», или «Никто в группе не знает, что больше всего на свете я люблю соленые огурцы», или «Никто в группе не знает, что мне снилось сегодня ночью... И я никому не скажу!».

Можно предложить участникам и другие фразы для дополнения:

- ❖ «А сегодня я лучше, чем вчера, потому что...»;
- ❖ «Я очень рад тому, что я...»;
- ❖ «Я готов горы свернуть, потому что...»;
- ❖ «Мы все сегодня будем...».

Просмотр мини фильма «Толерантность».

Теория: Понятие «Толерантность» и понятие «Интолерантность».

Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявления человеческой индивидуальности. Толерантность делает возможным достижение мира и способствует замене культуры войны культурой мира. Проявление толерантности не означает терпимого отношения к социальной несправедливости, отказа от своих убеждений или уступки чужим. Толерантность означает, что каждый свободен придерживаться своих убеждений и признает такое же право за другими; означает признание того, что люди по своей природе различаются по внешнему виду, положению, речи, поведению и ценностям, обладают правом жить в мире и сохранять свою индивидуальность и не могут навязывать взгляды одного человека другим.

Интолерантность - это неприятие другого человека, неготовность к сосуществованию с другими (иными) людьми; интолерантность проявляется через деструктивное, конфликтное, агрессивное поведение.

Благодаря усилиям ЮНЕСКО в последние десятилетия понятие "толерантность" стало международным термином, важнейшим ключевым словом в проблематике мира.

В научной литературе толерантность рассматривается прежде всего как уважение и признание равенства, отказ от доминирования и насилия, признание многообразия человеческой культуры, норм, верований и отказ от сведения этого многообразия к единению или к преобладанию какой-то одной точки зрения. Толерантность предполагает готовность принять других такими, какие они есть, и взаимодействовать с ними на основе согласия. Толерантность не должна сводиться к индифферентности, конформизму, ущемлению собственных интересов. В первую очередь она предполагает взаимность и активную позицию всех заинтересованных сторон. Толерантность является важным компонентом жизненной позиции зрелой личности, имеющей свои ценности и интересы, готовой, если потребуются, их защищать, но одновременно с уважением относящейся к позициям и ценностям других людей.

4.Упражнение – разминка «Чем мы похожи»

Цель: повышение доверия участников группы друг к другу, формирование толерантных взаимоотношений.

Необходимое время: 10 мин.

Процедура проведения: Члены группы сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: “Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос (или мы похожи тем, что мы жители Земли, или мы одного роста и т. д.)”. Света выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены, группы не окажутся в кругу. (звучит музыка, танцы)))

Оказывается мы с вами такие разные, и в тоже время мы все чем то, друг с другом похожи.

5. Упражнение-демонстрация «Влияние слова на человека»

Материалы: стакан с чистой водой, соль, перец, горстка земли.

Психолог. Возьмем стакан воды. Представим, что это человеческая душа – чистая, простая, наивная, способная впитывать в себя все и хорошее, и плохое.

Соль – грубые, соленые слова;

Перец – жгучие, обидные слова;

Ком земли – невнимательность, безразличие, игнорирование.

Когда мы это все смешаем – получим состояние человека. Сколько пройдет времени, пока все осядет, забудется? А стоит только легонько взболтать – и все поднимется на поверхность. А это стрессы, неврозы.

Обсуждение

– Какие чувства у вас возникли во время этого упражнения-демонстрации?

Вывод. Когда мы с кем-то ссоримся и говорим что-то неприятное, мы оставляем в душе человека негативные следы. И не имеет значения, сколько раз мы потом попросим прощения. Словесные раны причинят такую же боль, как и физические. Поэтому свою терпимость, понимание мы можем проявлять по-разному: спокойно, выдержанно, доброжелательно, то есть толерантно.

6. Упражнение «Плакат толерантности и интолерантности»

Цель: уточнить и закрепить знания участников об основных характеристиках толерантности и интолерантности.

Оборудование: ватман формата А1, фломастеры, краски, ножницы, журналы.

Необходимое время: 15 минут.

А теперь мы немного с вами поработаем, разделитесь на две группы осень, зима.

Ход упражнения. Участники объединяются в две группы. Каждая группа должна подготовить «плакат толерантности» и «плакат интолерантности» в виде коллажа из цветных картинок, вырезанных из различных журналов. Каждая команда при делении на группы получит свое название: осень – толерантные, зима – интолерантные. Спикеры групп презентуют свои наработки.

Сказка о толерантности, о интолерантности.

Молодцы!

А теперь я расскажу вам результаты нашей диагностики. Свои результаты вы получите на руки, а общую картину я сейчас вам расскажу.

7. Игра «Пойми без слов»

Оборудование: листок бумаги с написанным для показа заданием. Педагоги делятся на 2 команды, в каждой команде одного ведущего (который будет угадывать ситуацию, он выходит за дверь)

Задание:

Толерантность предполагает умение терпеливо выслушать и понять другого человека. В то же время - умение терпеливо и спокойно объясниться, даже если тебя с трудом понимают.

Для первой команды

Ведущему дается инструкция быть мужем, который смотрит в окно на жену с 10 этажа, нужно ему понять, что она пытается ему показать и объяснить. Остальным участникам зачитывается следующая ситуация.

Ситуация 1:

Вы опаздываете на работу, Наспех собираете сумку, надеваете пальто, прощаетесь с мужем и спускаетесь с 10 этажа во двор. Здесь, заглянув в сумку, вы обнаруживаете, что оставили дома ключ в кармане куртки и телефон. Позвонить вы не можете. И чтобы не возвращаться, жестами и мимикой объясняете ситуацию мужу, который смотрит сверху через стекло, что вы:

забыли дома ключ,

закончите работу в 4 часа,

зайдете после работы в магазин за молоком,

а потом придете домой.

пускай он оставит ключ от дома соседке по площадке.

Выбирается другой желающий, выйти за дверь у другой команды, которому предлагается почувствовать бабушке: что она развешивает белье, увидела девушку, жестикулирующую и пытается понять, что та ей показывает. Остальным участникам зачитывается следующая ситуация.

Ситуация 2:

Вы вышли на балкон повесить белье. Ваш малолетний малыш повернул ключ в балконной двери и Вы с ребенком остались по разные стороны. Во дворе никого нет. Позвать помощь вам неоткуда. Только в доме напротив полуглухая бабушка вешает на балконе белье. Вы жестами:

объясняете ей ситуацию,

просите вызвать службу спасения или позвонить на работу мужу и попросить его прийти домой.

Обсуждение

- Какие чувства вы испытывали, когда видели, что вас не понимают?

- Легко ли вам было понять вашего партнера? Почему?

Быть услышанным и понятым - это очень важно для каждого. Не всегда мы понимаем друг - друга. Потому что каждый видит и понимает мир по-своему. Но если быть внимательным и терпеливым, то даже без языка можно понять другого и помочь ему.

8. “Волшебное озеро”.

Для упражнения понадобится шкатулка, в которую заранее кладётся небольшое зеркало. Все участники садятся в круг и закрывают глаза.

Инструкция: «Сейчас Вы будете передавать друг другу шкатулку. Тот, кто получает эту шкатулку, должен открыть глаза и заглянуть внутрь. Там, в маленьком “волшебном”

озере, Вы увидите самого уникального и неповторимого человека на свете. Улыбнитесь ему».

- Как вы понимаете значение слова “уникальный”?

Вопросы после выполнения упражнения.

1. Изменилась ли Ваша точка зрения о том, кто же самый уникальный и неповторимый человек на свете?
2. Как в ходе выполнения этого упражнения ответил Вам этот человек на Вашу улыбку?
3. Какого отношения Вы ждёте к себе как уникальной и неповторимой личности?

9. Упражнение «Лучики толерантности» на конец тренинга

Цель: систематизирование знаний о понятии «толерантность».

Перед вами «Солнышко», ему не хватает лучиков, а лучики это наша толерантность, из чего же она состоит?. Ваша задача написать на лучике: «Что для Вас означает толерантность?» (можно усложнить: можно использовать буквы слова «Толерантность» (подсказку распечатать)

Еще, в качестве примера характеристик толерантной личности, приведем следующие:

- терпение,
- доверие,
- умение владеть собой,
- снисходительность,
- доброжелательность,
- умение не осуждать других,
- терпимость к различиям,
- способность к сопереживанию,
- умение слушать.

Общее обсуждение того, что получилось.

Притча

Жил в пустыне маленький кактус – прикольная, любопытная колючка. И мечтал он познакомиться с людьми. Другие кактусы его отговаривали: «У них нет колючек, и они не любят нас! Проходя мимо только и думают, как нас пнуть побольнее». Но малыш продолжал думать о встрече с людьми. И вот однажды проходил в пустыне караван. Все кактусы будто съезжились, стараясь, стать незаметнее. И только наш малыш приветливо расправил свои колючки, приглашая к знакомству. К нему подошел человек, как водится, укололся и произнес: «Ты такой же уродец, как и остальные» и отошел. Огорчился наш кактусенок, заплакал, и вдруг его слезы стали превращаться в прекрасный цветок. Обернулся человек, увидел такую красоту и подумал: «Надо же! И в таком уродце может быть красота!»

Давайте же учиться видеть в других и показывать в себе не колючки, а красоту и доброту коллеги!

Рефлексия: Скажите по два слова каждый о проделанной работе.

Коллеги большое спасибо!!!

1. Веб - сайт «А.Я. Психология» .<http://azps.ru/>.
2. Веб – сайт «Толерантность». <http://www.tolerance.ru/>

3. Безюлева Г.В., Шеламова Г.М. Толерантность. Взгляд – поиск - решение, М., 2002.;
4. Зенич О.А. Тренинг толерантности. Кемерово, 2010;
5. Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика). Сборник научно–методических статей, М., 2002.;
6. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения [Текст] Пер. с нем. / К. Фопель. – М.: Генезис, 2006г. Шаповаленко И.В.;
7. Щеколдина С. Д. Тренинг толерантности / С.Д. Щеколдина – М.: «Ось-89», 2004.

Т- терпимость

О- ответственность

Л- лучшее качество человека

Е- единство, взаимопонимание и дружба

Р- равноправие

А- активность

Н- небезразличие к окружающим людям

Т- творческое общение

Н- наш мир

О- отличия

С- справедливость, сострадание

Т- труд

Ь- личное понятие толерантности

Вывод: Понятие «толерантность» имеет много аспектов. Каждое из определений обнаруживает какую-то грань толерантности.

Тест на самооценку.

Возьмите лист бумаги. Начертите вертикальную линию. Затем на этой вертикальной линии нарисуйте горизонтальную линию.

Расшифровка: те, кто нарисовал линию ровно посередине вертикальной, имеют адекватную самооценку; те, кто нарисовал линию выше середины – завышенную самооценку, и чем выше, тем более завышенная; те, кто нарисовал ниже середины – самооценка заниженная, и чем ниже, тем больше она занижена.

Люди с неадекватной оценкой самих себя не могут адекватно оценить других. Они ценят других сквозь призму своей самооценки помните этот момент, когда будете оценивать человека.

Притча о хрупких игрушках

В одном селении жил мудрец. Он любил детей и часто дарил им что-нибудь, но всегда это были очень хрупкие предметы. Дети старались обращаться с ними осторожно, но их новые игрушки часто ломались, и они очень горевали. Мудрец снова дарил им игрушки, но еще более хрупкие. Однажды родители не выдержали и пришли к нему:

- Ты мудрый и добрый человек, зачем же ты даришь нашим детям хрупкие игрушки? Они горько плачут, когда игрушки ломаются.

- Пройдет совсем немного лет, - улыбнулся мудрец, - и кто-то подарит им свое сердце.

Может быть, с моей помощью они научатся обращаться с этим бесценным даром бережнее.

ДАВАЯ НЕГАТИВНУЮ ОЦЕНКУ ЧЕЛОВЕКУ, ПОМНИ О СВОИХ СОБСТВЕННЫХ НЕДОСТАТКАХ!

№4 Консультация «Детское непослушание»

Детское непослушание - это демонстрация неустойчивых и отрицательных навыков поведения и общения, которые приводят к эмоциональным и физическим конфликтам, создающим психотравмирующий фон для развития детской личности.

Главной причиной детского непослушания является неблагоприятное морально-эмоциональное окружение ребенка. Это и компьютерные игры, и телепередачи. Но, все же, наблюдая за детьми, проводя беседы, можно сделать вывод - дети понимают, что фильм - это игра, мультфильм - это не на самом деле.

Главным примером для подражания остаются взрослые, окружающие ребенка. Всем известный неоспоримый факт, что дети подражают все то, что видят и слышат. А эмоциональное состояние большинства взрослых и их отношение к жизни, мягко говоря, радужным не назовешь.

Конечно, мы не можем влиять на развитие компьютерной техники, заниматься цензурой телевидения. Мы работаем с конкретным случаем, с реальными людьми. Поэтому, считаем целесообразным углубить просветительскую работу именно среди родителей. Очень часто, общаясь с родителями, понимаешь, что большинство проблем возникает из-за незнания родителями возрастных особенностей ребенка, из-за неумения адекватно воспринимать ребенка, через собственную низкую психологическую и социальную культуру.

Тактика общения с **непоседой**

Важно понять: стиль и тактика нашего общения закладываются в раннем детстве. Ребёнок испытывает средства нашего воздействия (положительного и отрицательного, нашу реакцию, нашу выдержку. И если мы пытаемся изменить ситуацию криком, угрозами, наказаниями, то тем самым создаём основу для будущих проблем.

Взрослые хотят руководить ребёнком (*или считают необходимым это делать*). Но руководить не значит заставлять, командовать, требовать беспрекословного подчинения. У ребёнка должно возникнуть желание, чтобы им руководили. Он должен доверять нам, а упрёки и угрозы совсем **неспособствуют этому**.

Эффективность общения зависит не только от нашего желания добиться определённых результатов, но и от того, как мы это делаем. И здесь имеет значение всё – тон, интонация, взгляд, жесты.

Как разговаривать с беспокойным ребёнком?

1. Недопустимы (*даже в критических ситуациях*) грубость, унижение, злость. Выражения типа «терпеть не могу», «ты меня извёл», «у меня нет сил», «ты мне надоел», повторяемые по несколько раз в день (не говоря о более грубых, бессмысленных). Ребёнок просто перестаёт их слышать.
3. Во время разговора помните, что важны тон, мимика, жесты, на них ребёнок реагирует сильнее, чем на слова. Они не должны демонстрировать недовольство, раздражение, нетерпение.
4. Разговаривая с ребёнком, задавайте вопросы, требующие пространный ответ.
5. Поощряйте ребёнка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чём он говорит.

7. Не оставляйте без внимания просьбы ребёнка. Если просьбу нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», объясните, почему вы не можете её выполнить.

Какой метод эффективнее – похвала или наказание?

Практика показывает, что родители (*и не только беспокойных детей*) очень скупы на одобрение, похвалу. На вопрос, часто ли тебя хвалят родители, дети отвечают долгим молчанием, и выясняется, что хвалят редко, только за реальный результат (хорошую оценку, помощь по дому – «*ведро вынес*»), но никогда за старание, попытку.

В процессе занятий, обучения и **особенно тогда**, когда есть проблемы, ребёнку необходимы поддержка, подбадривание, которые позволяют ему понять, что он действует правильно, дают уверенность в том, что неудача **преодолима** и вы оцениваете его старание. Обращать внимание только на проблемы очень легко, а вот увидеть намечившееся улучшение непросто. Но без поддержки взрослого ребёнок его тоже не заметит. «*Я уверен, что у тебя получится*», «*Я помогу тебе, и ты обязательно сделаешь*», «*Правильно*», «*Молодец, ты меня радуешь*». Эти формулы одобрения стандартны и каждый может использовать свои. Одобрение, поддержка и похвала стимулируют ребёнка, повышают мотивацию.

Жёсткое обращение (*замечания, укоры, угрозы, наказания*) может кратковременно повысить эффективность, но у большинства детей это вызывает обиду, тревогу, усиливает боязнь неудачи. Причём эта тревога и боязнь гнева взрослого провоцируют новые проступки, хотя страх порицания и наказания нередко создаёт иллюзию позитивного изменения ситуации. Уступчивость и послушание зачастую достигаются за счёт накапливаемого ожесточения, отрицательных эмоций и нарушения взаимоотношений.

Поэтому рекомендуется чаще хвалить ребёнка, чем осуждать его, подбадривать, а не подмечать неудачи, вселять надежду, а не подчёркивать, что изменение ситуации невозможно. Для того чтобы ребёнок поверил в свой успех, в возможность **преодоления проблем**, в это должны верить взрослые.

Особенности общения с импульсивными (*агрессивными*) детьми

Иногда агрессивность стимулируется у детей косвенно – из-за постоянного просмотра мультфильмов соответствующего содержания, боевиков, «*ужастиков*», различных передач, где в той или иной форме присутствуют мотивы насилия.

Артистическое мастерство **воспитателя**, его **способность увлечь детей игрой**, ненавязчивые разъяснения и обсуждение поступков действующих лиц, умение придумать продолжение сказки, истории (*что больше по силам воспитанникам старшей группы*) – всё это поможет отвлечь детей от воинственных игр и показать им возможность миролюбивых, добрых **способов общения**. Чем ярче и выразительнее будет добрый, положительный герой, тем больше он будет привлекать внимание и симпатии ребёнка, и даже если не сможет полностью конкурировать с каким-нибудь «*терминатором*», то уж как минимум даст возможность сравнить их и задуматься над выбором модели поведения. Со старшими детьми целесообразно обсуждать не только мультфильмы, но и книги, беседовать о том, почему герои поступают именно так, а не иначе. **Воспитатель** читает детям предусмотренную программой художественную литературу (на занятиях или вне их, а затем обязательно обсуждают прочитанное. Очень полезно в этих беседах ненавязчиво сравнивать положительных и отрицательных героев, хорошо знакомых детям. Например, легко сопоставить приключения Зайца и Волка из мультфильма «*Ну, погоди!*»).

Для обсуждения мотивов поведения героев, понимания их истинной или притворной доброты подходят популярные **детские книги**, начиная с «Азбуки» Л. Толстого и кончая рассказами Н. Носова и В. Драгунского (некоторые из «*Денискиных рассказов*»).

Подобная **работа** в группе помогает детям научиться понимать других людей, цели и мотивы их действий, приучает их согласовывать свои желания и поступки с чужими, находить компромиссные решения и бесконфликтные **способы поведения**.