



Муниципальное казённое учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Краснодарский научно-методический центр»



Психотехнологии на службе охраны психологического
здоровья всех участников образовательных отношений
(сборник практических материалов в помощь
педагогам-психологам из опыта работы постоянно
действующих творческих групп (часть 1)

Отдел анализа и поддержки
дошкольного образования

Краснодар
2024

Психотехнологии на службе охраны психологического здоровья всех участников образовательных отношений
(сборник практических материалов в помощь педагогам-психологам из опыта работы постоянно действующих творческих групп (часть 1)

Под редакцией начальника отдела анализа и поддержки Краснодарского научно-методического центра Сологубовой Натальи Вячеславовны.

Составитель: главный специалист отдела анализа и поддержки Краснодарского научно-методического центра Мигунова Ирина Вениаминовна.

В сборнике использованы материалы, представленные в ходе проведения встреч в рамках постоянно действующих творческих групп:

- «Арттерапия в работе педагога-психолога»;
- «Песочная терапия в работе педагога-психолога»;
- «Сказкотерапия в работе педагога-психолога»;
- «Куклотерапия в работе педагога-психолога»;
- «Позитивная психотерапия в работе педагога-психолога»;
- «Взаимодействие педагога-психолога с семьями воспитанников».

Создание психологического благополучия и эмоционального комфорта всех участников образовательных отношений является одним из важнейших направлений, которое осуществляет педагог-психолог детского сада. Задачи, решаемые ФОП ДО, предполагают охрану и укрепление психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, и обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи. Работа воспитателя переполнена различными стрессовыми ситуациями, а психоэмоциональное состояние педагогов напрямую связано с эмоциональным состоянием детей группы.

Использование различных психотехнологий в деятельности педагога-психолога значительно повышает эффективность как диагностической и коррекционно-развивающей работы с детьми, так и дает возможность разнообразить формы и методы взаимодействия с педагогами и родителями. Представленные материалы из опыта работы постоянно действующих творческих групп за 2023-2024 учебный год были не только проработаны с участниками творческих групп, но и прошли апробацию в детских садах, где они работают.



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА С СЕМЬЁЙ»

Пояснительная записка

Творческая группа «Взаимодействие с семьёй» положила в основу своей работы требования к работе с родителями по пунктам Федеральной образовательной программы дошкольного образования:

Пункт 14.2 определяет задачи работы специалистов по ФОП ДО. Одна из обязательных задач – обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и повысить компетентность родителей в вопросах развития и укрепления здоровья детей.

Пункты **26.3** и **26.4** определяют принципы общения специалистов с семьями воспитанников. Федеральная программа рекомендует помнить о приоритете семьи в развитии ребенка, придерживаться принципов открытости, взаимного доверия, использовать индивидуальный подход к каждой семье и учитывать характер отношений ребенка с родителями.

Пункт 26.5 предлагает три направления взаимодействия с родителями: диагностико-аналитическое, просветительское и консультативное.

Пункт 26.8 определяет методы и приемы для работы по каждому направлению.

Опираясь на требования Федеральной образовательной программы ДО, работа творческой группы включила в себя обсуждение и проработку не только всех базовых направлений работы педагога-психолога, но и поиск современных, эффективных методов их реализации.

Творческая группа собралась на основе своих профессиональных запросов и интересов, включила в себя как опытных, но не перестающих находится в творческом поиске, педагогов-психологов, так и начинающих, но необыкновенно увлечённых профессией и трудолюбивых.

Предложенные ниже материалы являются результатом поиска таких методов работы с семьёй, которые будут способствовать установлению доверительных отношений и сотрудничеству семей воспитанников и ДОО, во благо наших детей.

*Руководитель творческой группы,
педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 95»
Елисеева Нина Васильевна*

«Родительское собрание как форма взаимодействия педагог-психолог/родители»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 178»
Грицай Анастасия Валерьевна*

Цель: создание благоприятных условий для сотрудничества участников образовательного процесса (ДОО в лице педагога-психолога/родители воспитанников), а также создание благоприятного психологического климата в коллективе воспитанников.

В своём выступлении хочу поделиться непосредственным опытом взаимодействия с семьёй.

В реализации своей профессиональной деятельности я уделяю большое внимание личному взаимодействию с семьями воспитанников: как индивидуальным/онлайн консультациям, консультированию, так и встречаю на родительских собраниях.

Я считаю, что родительские собрания играют большую роль в реализации цели – сотрудничество, партнёрство: ДОО/семья воспитанников. У педагогов и родителей есть общая заинтересованность в создании благополучных условий для развития дошкольников. И считаю, что включение педагога-психолога в родительские собрания играет свою важную роль: психологическое просвещение.

Тема моего участия в родительском собрании зависит от многих факторов: возрастная группа (возрастные особенности, ведущий тип деятельности, основные потребности, возрастные кризисы детей, общие рекомендации для родителей и т.д.); от запроса от воспитателей (если на данный момент таковой имеется); знакомство родителей с реализуемой программой (при включении в организованную деятельность в конкретной группе); от необходимости моего включения в начатую воспитателями тему; а так же от психологического климата в группе детей.

Для себя я составила небольшой план моего взаимодействия с родителями в ходе родительского собрания:

1. Приветствие родителей.

На начальном этапе я выражаю родителям благодарность за то, что они пришли на родительское собрание, проговаривая, что это важно для их детей.

Напоминаю о том, что в нашем детском саду есть сопровождение родителей (запросы на конкретные темы родителей) педагогом-психологом.

Озвучиваю формы взаимодействия педагог-психолог/родитель: индивидуальное консультирование, групповые встречи в родительском клубе, онлайн информация для родителей в социальных сетях ДОО.

2. Ключевые моменты, разбор темы родительского собрания.

Приведу пример из своего профессионального опыта.

Тема родительского собрания: «Конфликты у детей 4-5 лет. Роль родителей». Запрос поступил от воспитателей, который подкреплён, исходя из наблюдения за детьми в режимные моменты, анализа психологического климата в группе. Опираясь на запрос, озвучиваю ключевые моменты, рассказываю о норме возникновения детских конфликтов, о возрастных нормах в целом. Озвучиваю, в повествовательной форме, родителям простую фразу: «Мы владеем речью». Далее, развиваю тему о том, чему мы – взрослые можем научить ребёнка – уметь попросить чужие/делиться своими игрушками, реагировать по-разному на разное поведение одноклассников – от закреплённой негативной реакции, до умения, путём фраз, жестов, смены деятельности решать возрастные конфликты и минимизировать стресс от сложившейся ситуации.

Не стоит забывать о профессиональной этике и такте, также стоит учитывать роль воспитателей и транслировать уважение к работе воспитателей педагогом-психологом.

Далее, разбор сложившейся ситуации.

Родители могут высказываться, задавать вопросы, вместе находить решение в конфликтной ситуации, предлагая способы, пути решения.

При таком разборе, как и в ходе всего родительского собрания, мне, как педагогу-психологу, очень важно принимать участие в дискуссии, наблюдая и сопровождая, подводить родителей к ещё одной ключевой фразе, касающейся конкретной темы, но уже с другой интонацией: «Мы владеем речью?», тем самым, давая возможность родителям проанализировать, задуматься о том, с трансляцией какого опыта их дети принимают участие в решении/усугублении конфликта: могут ли ребята попросить желанную игрушку или стремятся «в бой», чтобы непременно получить желаемое. Думают ли ребята, что в их слезах виноват только один мальчик или понимают, что все дети хотят играть и можно играть поочередно? И т. д. ...

3. Обратная связь.

Возможно, кому-то есть что сказать, а кому-то необходимо время и/или индивидуальная беседа с педагогом-психологом.

Вывод:

Исходя из моего опыта работы в дошкольной организации – 3 года, могу с уверенностью сказать, что родители с интересом поддерживают тематическую дискуссию, видя заинтересованность и включённость педагога-психолога. Получая определённую, развёрнутую информацию, у родителей формируется понимание, что многие, возникающие вопросы решаемы и не так трудны, как могло показаться.

Таким образом, появляется результат в решении конкретных вопросов, в формировании и реализации совместных целей – сотрудничество ДОО и родителей в воспитании детей.

Детско-родительская гостиная «Вместе весело играть»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 95»
Елисеева Нина Васильевна*

Место проведения: старшая группа

Участники: педагоги, дети и родители старшей группы

Цель: формировать навыки взаимодействия и взаимопонимания между детьми и родителями

Задачи:

- развивать умение и желание слушать, слышать и чувствовать состояние другого человека;
- способствовать снятию родительских стереотипов и авторитарности взрослого в отношениях с детьми.

Оборудование:

- аудиозаписи мелодий для фона
- медали «Солнышко»
- бланки «Заявлений» (строчки: ФИ ребёнка, любимое животное, любимая сказка, игрушка, еда)
- листы для рисования, карандаши
- карточки опроса детей
- повязка на глаза
- мяч
- сок, печенье

Предварительная работа:

- провести интервьюирование детей, заполнить карточки опроса их увлечений (любимое животное, любимая сказка, игрушка, еда)

№ упр. этап	Название упражнения, цель	Инструкция
1.	Вводная часть	Здравствуйте, мы рады вас видеть в нашей «Гостиной». Сегодня мы собрались необычной большой компанией – дети и родители. У детей друзья – это дети. У взрослых – обычно взрослые. А могут ли у детей быть друзьями взрослые? Конечно! Вот сегодня мы с вами постараемся это всем показать. Сегодня мы будем играть. Чтобы наш игровой вечер удался, мы будем соблюдать правила: <ul style="list-style-type: none">- когда один говорит, то все слушают,- быть честным – говорить то, что думаешь,- быть активным – ничего не бояться,- не толкаться, не кусаться и ни на кого не обижаться.

		Вы согласны? Спасибо!
1.1.	Упражнение «Знакомство». Цель: способствовать установлению контакта между участниками.	Друзья должны хорошо знать друг друга. Назовите свое имя так, как вы хотите, чтобы вас называли в этом кругу. Первой начну я: «Меня зовут...».
1.2.	«Приветствие». Цель: снять напряжение, подготовить к совместной деятельности.	Любая встреча начинается с приветствия и хороших пожеланий. Сейчас каждый поздоровается с соседом слева так, как хочет. Я начну первой...
2.	Основная часть	
2.1.	Упражнение «Презентация семьи». Цель: уметь согласовывать действия, уметь договариваться, не подавляя партнера.	Сейчас каждая семейная пара представит любимое занятие своей семьи. Для этого нужно обсудить то, что вы любите делать, когда семья собирается вместе. Затем – нарисовать это вместе, на одном листе бумаги и через 3 минуты, когда закончится музыка, рассказать об этом. - Спасибо за то, что вы поделились своими любимыми занятиями.
2.2.	Упражнение «Комната смеха». Цель: развитие чувства единения, согласованности действий, обеспечение эмоционального подъема.	Сейчас мы нашей дружной компанией отправимся в «Комнату смеха». Там стоят кривые зеркала, которые показывают очень смешные изображения. Дети купят билеты и станут посетителями, а родители – будут зеркалами, которые повторяют все движения. Побеждают зеркала, которые смешнее других повторят движения посетителей. (Подвести итог)
2.3.	Упражнение «Чей ребёнок». Цель: нацелить родителей на всестороннее восприятие ребёнка.	Разыгрались дети в комнате смеха и потерялись. Дети не могут найти родителей, родители не могут найти детей. (для детей проводится сок-пауза) И вдруг, слышат родители – по радио объявляют: «Внимание, внимание! Потерялся ребёнок. Для установления личности – доставляем в милицию. Уважаемые родители, пройдите, пожалуйста, для заполнения заявления о розыске ребёнка. Родители заполняют бланки «заявлений», дети пьют сок. После возвращения всех участников в круг, зачитываются «заявления» родителей, «карточки опроса» детей. При совпадении описания примет, семья получает медаль.
2.4.	Упражнение «Тёмная комната» Цель: развивать	Только нашли родители детей – вдруг выключили свет. Дети не могут найти родителей. Стали искать на ощупь. (Родители

	тактильную чувствительность детей, снятие телесных барьеров.	сидят в ряд. Детям поочерёдно завязывают глаза, предлагают среди сидящих найти своего родителя. За удачную попытку семья получает медаль).
2.5.	Упражнение «Волшебная палочка» Цель: проявить эмпатию, внимание и доверительность к участникам общения.	- Все так хорошо играли, что заслужили награду. Сейчас мы с вами сможем загадать желания, и они обязательно исполнятся, потому что нам поможет в этом волшебная палочка. Каждая семья сейчас может задумать одно заветное желание для себя, одно для всех. - Я начну первая..... (Желание для всех – чтобы мы все вместе и интересно играли) - Одно из желаний уже исполняется: мы будем играть!
2.6.	Развлекательная игра «Моргалки» Цель: поднять настроение, сбросить эмоциональное напряжение, настроить детей и родителей на игровое взаимодействие.	Волшебная палочка исполняет моё желание – мы будем играть Родители, встаньте, пожалуйста, позади стульчиков своих детей, и смотрите внимательно, чтобы дети не убежали. А убежать можно только на пустой стульчик к тому игроку, который моргнёт вашему ребёнку! Итак, играем в «Моргалки»! (затем дети и родители меняются местами)
2.7.	Упражнение «Комплименты» Цель: развивать доброжелательное отношение к партнеру.	После нашей весёлой игры так поднялось настроение, что захотелось сказать друг другу хорошие добрые слова. Каждый участник обращается к соседу справа со словами «Мне нравится в тебе...». (Подвести итог о том, как много мы знаем добрых слов, важно только не забывать говорить их друг другу, ведь от этого зависит наше настроение, появляется ощущение радости и счастья).
3.	Заключительная часть	
3.1.	Рефлексия. Цель: отражение своего состояния, впечатлений от общения.	Дорогие гости, проходите в наше кафе, угощайте друг друга, слушайте музыку. - Расскажите, что произошло с вами сегодня, здесь, в нашей гостиной. Что понравилось больше всего? - Как вы считаете, смогли ли взрослые и дети действительно подружиться? - Какая семья набрала больше всего медалей? Возьмите их с собой, пусть они напоминают вам о нашей с вами встрече!
3.2.	Прощание	А теперь мы простимся друг с другом так, как вы хотите это сделать: «До свидания, до следующей встречи!»

Открытое занятие для родителей «Путешествие в страну эмоций»

Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 74»
Чиркова Наталья Владимировна

Возраст воспитанников: средний и старший дошкольный возраст.

Цель: формирование доброжелательных отношений с родителями; формирование положительных эмоций, приятных воспоминаний, связанных с посещением детского сада.

Задачи:

- 1) создание условий для обогащения детско-родительских отношений;
- 2) совершенствование качества работы детского сада при взаимодействии с родителями;
- 3) вовлечение родителей в совместную с детьми деятельность;
- 4) расширение представлений детей и родителей об эмоциях и чувствах, о методах освобождения от негативных эмоций.
- 5) развитие творческого потенциала, воображения, мелкой моторики с помощью фольгопластики.

Материал для занятия: пиктограммы эмоций: радость, грусть, удивление, злость; игрушка (верблюжонок); сенсорная дорожка: модульный коврик-пазл, обручи, карточки «Повтори»; отрезки фольги шириной 15 см в необходимом количестве, искусственный цветок, динамичная музыка, музыка превращения.

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте, ребята! Здравствуйте, дорогие гости!

Ребята, у нас сегодня очень много гостей. Но к нам пришел ещё один гость. Это верблюжонок. *(Психолог берёт в руки игрушку — верблюжонок и здоровается с ребятами от его имени)*

Верблюжонок: Здравствуйте, ребята!

Психолог: Смотрите, у него есть для нас записка. Давайте прочтем ее!
Послушайте: *(психолог читает записку)*

Помогите, мне милые дети! Я несчастней всех на свете!

Это страшное невезение - у меня пропало настроение!

Я побывал в сказочной стране Эмоций, но там прошел дождь и смыл все эмоции с лиц жителей этой страны.

Помогите, пожалуйста, милые дети, разобраться в эмоциях и вернуть жителям их настроение!

Психолог: Ну что, ребята, давайте поможем!

Дети: Давайте!

Психолог: Для этого нам придётся отправиться в сказочную страну Эмоций. И как в любом путешествии нас ждут приключения! Чтобы попасть

в эту страну, нам нужно пройти по волшебной дорожке! Ну что, готовы?

(звучит динамичная музыка, дети по очереди проходят по дорожке)

Психолог: Молодцы ребята! Как Вы хорошо справились с этим заданием! Вот мы и в стране Эмоций! Но чтобы помочь верблюжонку и жителям этой сказочной страны нам понадобится хорошее настроение. А для этого мы выполним веселую разминку:

Мы здоровыми растем *(шагаем на месте)*

Вместе с солнышком встаем *(поднимаем руки вверх к солнышку)*

Для здоровья и настроенья *(повороты вправо, влево)*

Выполняем упражнения: *(наклоны вправо, влево)*

Руки вверх, на пояс, вниз, *(выполняем соответствующие движения)*

Подтянись и улыбнись!

Психолог: Здорово, ребята! Как Ваше настроение? Улучшилось? Замечательно! Садитесь, пожалуйста, на стульчики

- Ой, смотрите, что это?! *(психолог берёт в руки корзину с пиктограммами эмоций)* Да это же эмоции, которые смыл дождь!

Давайте вместе разбираться. Что это за эмоция? Как вы думаете? *(психолог прикладывает одну из пиктограмм к своему лицу)* Какое у меня настроение сейчас? *(ответы детей - радость, радостное)*

Психолог: Давайте поздороваемся радостно! Молодцы! *(и т.д. психолог примеряет пиктограммы по очереди)*

Психолог: Ребята, вы почувствовали разницу: когда мы испытываем радость, как у нас в душе хорошо, и наоборот, когда мы грустим и злимся, как меняется наше настроение?

Я Вам сейчас покажу, как легко можно освободиться от грусти и злости. И поможет нам волшебный шарик, который мы сделаем сами из обычной пищевой фольги, которая в наших замечательных ручках станет волшебной!

Сначала я раздам фольгу родителям, чтобы они тоже попробовали, а потом Вам.

Возьмите фольгу и скатайте шарик, теперь давайте помассируем ручки этим шариком *(психолог сопровождает свою речь действиями)*. Катайте шарик от центра ладони к каждому пальчику, до самого кончика. Представьте, что шарик, словно, пылесос собирает, вытягивает нашу грусть и злость.

Здорово, ребята! Молодцы!

Но из фольги можно делать не только шарики. Фольга прекрасно сминается, скатывается, режется, держит форму. Существует даже такое направление, которое называется фольгопластика — это создание фигур из фольги.

Сейчас я раздам еще по кусочку фольги и мы попробуем сделать ниточку. Сминайте фольгу вертикально вот так *(психолог сопровождает свою речь действиями)*. Чувствуете как напрягаются пальчики? Хорошо сминайте. Получилась ниточка?

Если мы нашу ниточку сложим пополам, то получится лепесточек.

А если мы соберем наши лепесточки вместе, то получится вот такой прекрасный, необычный цветок! *(психолог собирает получившиеся лепестки, формирует цветок, добавляя середину и стебель из фольги.)*

Ребята, посмотрите, у нас с Вами получился целый букет из этих прекрасных цветов! Настоящий букет «Дружбы».

Кажется, верблюжонок хочет нам что-то сказать *(психолог берёт в руки игрушку — верблюжонок и говорит от его имени)*

Верблюжонок: Ребята, спасибо Вам большое! Я теперь знаю всё об эмоциях! Вы помогли не только жителям этой сказочной страны, но и всем нам разобраться в эмоциях! Я понял один важный секрет, что все эмоции для нас важны и все эмоции нам нужны! А ещё я узнал, как легко можно освободиться от грусти и злости, для этого понадобится волшебный шарик, который можно сделать из фольги своими ручками. И сейчас у меня очень хорошее настроение! Спасибо Вам, милые дети!

Психолог: Ребята, какие вы молодцы! У нас, действительно, у всех поднялось настроение! А сейчас давайте приготовим пирог радости!

(Дети вместе с психологом становятся в хоровод)

Стали все на место *(идут по кругу)*

Замесили тесто *(идут по кругу)*

Раз месили, два месили *(остановились, круговые движения правой рукой)*

Что-то положить забыли *(в недоумении повороты головой вправо, влево)*

Психолог: Что в пирог положим?

Дети: Радость!

Месим с радостью мы тесто *(идут по кругу)*

Вот ему уже и тесно *(идут по кругу)*

Раз месили, два месили *(остановились, круговые движения правой рукой)*

Что-то положить забыли *(в недоумении повороты головой вправо, влево)*

Психолог: Что в пирог положим?

Дети: Любовь!

Месим мы с любовью тесто *(идут по кругу)*

Вот ему уже и тесно *(идут по кругу)*

Раз месили, два месили *(остановились, круговые движения правой рукой)*

Что-то положить забыли *(в недоумении повороты головой вправо, влево)*

Психолог: Что ещё в пирог положим?

Дети: Успех! И приправим смехом! *(соответствующие движение руками)*

Есть и радость и успех

Хватит пирога на всех!

Психолог: Ребята, спасибо большое! Вы такие молодцы - умные, веселые, талантливые! справились со всеми испытаниями! Но нам пришла пора возвращаться в детский сад! И для этого я скажу волшебное заклинание:

В руки я цветок возьму,
Волшебство я призову -
Чудо в гости к нам придет,
В детский сад нас всех вернет!
(музыка превращения)

Психолог: Вот мы и вернулись в наш родной детский сад. Очень увлекательное получилось путешествие! Ребята, Вам понравилось? Здорово! Мне тоже очень понравилось! И, чтобы наша встреча запомнилась, давайте на память сделаем фотографию.

«Организация работы Родительского Клуба в ДОО»
(цикл психологических тренинговых занятий для родителей «Семья как устойчивая основа гармоничного развития личности ребёнка»)

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 168»
Кутц Ирина Алексеевна*

ЗАНЯТИЕ №1 «Знакомство»

1. Ковер – самолет

Цель: выявление лидеров в группе

Ход работы:

Участники стоят на ковре, который лежит наизнанку. Задача: не переговариваясь друг с другом и не сходя с ковра перевернуть его лицевой стороной.

2. Беседа в кругу

Цель: знакомство, более близкое сближение создание комфортных условий между участниками группы

Ход работы:

Образуем два круга внутренний и внешний. И начинаем беседу на заданную тему от ведущего:

- семья
- увлечение
- любовь
- отпуск
- мечта
- майские праздники
- родительские собрания
- друзья
- дети

3. Границы и рамки

Цель: визуализировать запреты и многообразие правил, и многозадачность, стоящую перед ребенком. Научить замедляться и понимать своё эмоциональное состояние в моменте здесь и сейчас. Учить анализировать словесные рекомендации, делая их более четкими с соблюдением личных границ

Ход работы:

Родителям предлагается составить свои семейные заповеди (список обычаев, правил, запретов, привычек, установок, общих взглядов). Список может включать в себя желаемые пункты и пункты, которые уже есть в семье. Когда ребенок знает четкие правила и границы он чувствует себя более уверенно и защищенно, мы можем думать, что знаем что хорошо, а что плохо, но когда начинаем проговаривать или прописывать мы видим, где границы четкие, а где размытые и придуманные.

4. Моё солнышко

Цель: учить замедляться, обращать и понимать прекрасное, видеть хорошее и ценное акцентируя на этом своё внимание

Ход работы:

Предлагаем родителям нарисовать солнышко. На лучиках написать черты характера, которые радуют родителя в ребенке. Попросить, разместить рисунок в доме на видном месте, что бы помнить о том, что ребенок удивителен и неповторим.

ЗАНЯТИЕ №2 «Стили воспитания»

1. Мини-лекция (можно использовать элементы интерактива, предлагая родителям дать характеристику стиля)

Авторитарный стиль воспитания

Этот стиль еще называют диктаторским и даже доминирующим. Авторитарные родители убеждены, что ребенка нужно держать в ежовых рукавицах, — только так он может вырасти достойным человеком и добиться успехов в жизни. Поэтому мнение и желания ребенка никогда не учитываются — ни в семейных вопросах, ни в вопросах, касающихся его личного выбора: профессии, друзей, подарка на день рождения или гарнира на ужин.

Либеральный (попустительский) стиль воспитания детей

Либеральный стиль воспитания противоположен авторитарному. Он подразумевает безграничное доверие к ребенку, всепрощение, предоставление ему свободы действий и выбора, но в то же время и полное отсутствие:

- контроля над жизнью ребенка;
- дисциплины;
- готовности к сопротивлению со стороны других людей.

Либеральные родители по сути пускают процесс воспитания на самотек. Им кажется, что свобода и вседозволенность с малых лет непременно сделает

ребенка счастливым и независимым. На деле же это не свобода, а попустительство — у ребенка напрочь отсутствуют психологические и поведенческие границы.

Опекающий стиль воспитания (гиперопека)

Гиперопека простыми словами — это чрезмерная опека. Главная ошибка родителей с этим стилем воспитания (чаще всего матерей) заключается в том, что они не способны увидеть грань между адекватной заботой и чрезмерной.

Ребенок, воспитанный в опекающем стиле, никогда не стирал своих носков, не мыл посуду, не гулял после 9 вечера и не ездил в летний лагерь.

Родители, окружившие любимое дитя такой заботой, на самом деле смертельно боятся, что с ним может произойти что-то плохое, поэтому вся его жизнь — это сплошные ограничения с бонусом в виде бытового обслуживания.

Демократичный стиль воспитания детей

В чистом виде демократичный стиль воспитания считается наиболее оптимальным. Дети, воспитанные в этом стиле, растут психологически здоровыми, гармонично развиваясь и без страха входя во взрослую жизнь. Авторитетные родители склонны поощрять инициативу и самостоятельность ребенка, осуществляя незримый контроль над его жизнью. В демократичных семьях родители обсуждают с детьми их интересы, анализируют поступки и вместе находят решения. Ребенок с детства приучен к дисциплине и уважению к людям и их труду, поэтому ему доверяют и не ограничивают в свободе. В то же время каждое нарушение правил влечет за собой обсуждение и определенные последствия: не убрал после себя — остался без планшета. Но, в отличие от авторитарного стиля воспитания, ребенок при этом не чувствует себя плохим — он осознает только то, что нарушил правило и понес ответственность за свой поступок. Ему никогда не придет в голову мысль, что его после этого стали любить меньше.

Отчужденный стиль воспитания

Родительское отчуждение проявляется в безразличии к судьбе ребенка. Такой стиль свойственен эгоцентричным родителям, заикленными на себе, либо страдающим от зависимостей (алкогольной, наркотической или зависимости от азартных игр). В первом случае родитель на первое место ставит себя, свою карьеру или личную жизнь, а ребенок для него — помеха, отвлекающая его от главной цели, либо средство ее достижения. Такие родители рожают детей, не потому что хотят их иметь, а по иным причинам:

Хаотичный стиль воспитания

Хаотичным называют стиль воспитания, при котором родители непоследовательны в своих методах. Такой стиль формируется в двух случаях:

- когда либеральные родители предпринимают попытки заняться воспитанием ребенка, но делают это импульсивно, необдуманно, бросаясь из крайности в крайность;

• когда у родителей кардинально расходятся взгляды на воспитание детей и они не могут договориться между собой.

2. Игра в воспитателя

Цель: визуализация отрицательных сторон стилей воспитания. Дать понимание и раскрытия сильных и слабых сторон общепринятых норм, стилей воспитания. Дать уверенность и опоры в правильности и гуманности семейных ценностей.

Ход работы:

Дать карточки с разными стилями воспитания и предложенной выдуманной ситуацией. Предложить проиграть ситуацию по заданному стилю. Затем предложить свой вариант разрешения заданной ситуации. Обсуждения в группе

3. Сила слова

Цель: визуализировать словесную агрессию и положительное словесно-речевое взаимодействия. Визуализировать невербальную агрессию, как способ нанесения травмы личности человека. Учить самоконтролю поведения и регуляции эмоционального состояния

Ход работы:

Участники выходит за двери, в это время прячется игрушка в групповом пространстве. После того, Как участник приходит ведущий «помогает» найти игрушку. Используя неприятные слова, окрики, нервную интонацию, жесты и мимику. Следующим этапом предмет перепрятывается, и ведущий помогает участникам в нахождении добрым словом, жестом, мимикой, приятными поддерживающими фразами.

4. Обнуление

Цель: познакомить с приемом саморегуляции и переключения внимания в стрессовой ситуации, снижение уровня ситуативной и личностной тревожности

Ход работы:

Иногда необходимо престать думать о проблеме и о способах ее решения, но вот как заставить себя не думать? В этом помогают упражнения для переключения внимания в более экологичный диапазон личностного реагирования. Одно из таких упражнений я предлагаю сегодня вам, оно поможет переключению и залипанию в негативной ситуации. Вам надо придумать 2-3 предложения, которые будут начинаться с одной буквы. В качестве примеров вот еще забавные рассказы на одну букву:
Рассказ на букву П: «*Пётр Петрович Петухов, поручик пятьдесят пятого Подольского пехотного полка, получил по почте письмо, полное приятных пожеланий. «Приезжайте, — писала прелестная Полина Павловна Перепёлкина, — поговорим, помечтаем, потанцуем, погуляем, посетим полузабытый, полужаросший пруд, порыбачим. Приезжайте, Пётр Петрович, поскорее погостить».*

ЗАНЯТИЕ №3 «Личные границы в жизни ребёнка и родителя»

1. НЕ

Цель: визуализация запретов. Дать ощутить телесную зажатость и эмоциональный дискомфорт, при сковывании многочисленных запретов и невозможности выполнения условий.

Ход работы:

Выбирается один человек, остальные участники вспоминают запреты, которые чаще всего адресуют своим детям. Участнику поочередно завязываются части тела. После упражнения участники вспоминают, как часто они говорят это своим детям одновременно.

2. «У меня самый умный ребенок»

Выбирается один участник, которому предлагается пройти по узкой линии, затем участнику дают в руки предметы, которые обозначают дополнительные задания, кружки и дополнительные занятия, все больше и больше. Интерпретируя эту аллегория показать участникам, как трудно перегруженному ребенку ходить по его тропинке

3. Доброе зеркало

Цель: Дать положительный эмоциональный заряд. Учить замечать, как откликается тело на эмоциональные реакции.

Ход работы:

Члены группы делятся на пары. Вторые номера играют роль зеркала. Первый, смотрясь «в зеркало», начинает говорить сначала о позитивных своих качествах, а затем о негативных. Участник, исполняющий роль зеркала, должен отвечать на каждую похвалу, словами «я люблю тебя за это» или «это мне в тебе нравится» или иными похвальными словами. Желательно, чтобы эти слова не повторялись. В ответ на критику, зеркало обеспечивает поддержку. Этой поддержкой может быть сочувствие, могут быть контраргументы и др. Далее участники меняются ролями. После завершения работы всех пар, осуществляется рефлексия занятия.

Примеры диалогов:

Коммуникатор Зеркало

Я добрый. Это хорошо.

Я веселый. Мне это в тебе нравится.

У меня есть чувство юмора. Прекрасное качество.

Но я рассеянный. Это признак гениальности.

Я обижаю своих близких. То, что ты задумываешься над этим уже означает, что ты работаешь над собой

Я капризный. Я все равно тебя люблю.

4. Заменяем слова

Цель: визуализация на листе бумаги норм и правил. Дать возможность увидеть и почувствовать телесно и эмоционально отталкивающие проявления при «нагромождении» запретов.

Ход работы:

Переделываем запреты, убирая частичку «не»

Не спеши во время еды, не кричи, не беги, не дергайся, не лазай, не бери.

ЗАНЯТИЕ №4 «Игра в жизни ребенка»

1. Мини-лекция: Правила игры для детей и родителей

Играя, мы общаемся с детьми на их территории. Вступая в мир детской игры, мы многому можем научиться сами и научить наших детей.

Игра научит нас:

- Говорить с ребенком на его языке;
- Преодолевать чувство превосходства над ребенком, свою авторитарную позицию (а значит, и эгоцентризм);
- Оживлять в себе детские черты: непосредственность, искренность, свежесть эмоций;
- Открывать для себя способ обучения через подражание образцам, через эмоциональное чувствование, переживание;
- Любить детей такими, какие они есть.

Играя, мы можем научить детей:

- Смотреть на себя со стороны, глазами других людей;
- Предвидеть стратегию ролевого поведения;
- Делать свои действия, свои желания, свои чувства понятными для играющих;
- Стремиться к справедливости, преодолевать стремление не только доминировать, но и соглашаться, подчиняться в игре;
- Доверять друг другу;

Все игры требуют индивидуального подхода, но существуют общие правила:

- Игра не должна включать даже малейшую возможность риска, не должна угрожать здоровью детей;
- Игра требует чувства меры и осторожности, не должна быть излишне азартной, унижать достоинство играющих; иногда дети придумывают обидные клички, оценки за поражение в игре – это недопустимо;
- Не будьте занудами! Ваше внедрение в мир детской игры – введение туда новых, развивающих элементов – должно быть естественным и желанным. Не критикуйте ребят, не прерывайте их игру или учитесь играть вместе с ними, незаметно и постепенно предлагая свои варианты какого-то интересного дела; добровольность – основа игры;
- Не ждите от ребенка быстрых и замечательных результатов, важнее другое – те мгновения, что Вы проводите со своим ребенком;
- Поддерживайте активный творческий подход к игре; дети – большие фантазеры и выдумщики. Творческая игра так захватывает ребенка, что он испытывает наслаждение от новой фантазии;
- Заканчивайте игру ярко, эмоционально, помните, что состязательность в игре – это не цель, а средство индивидуального самовыражения каждого ребенка.

2. Слова и поступки

Цель: Визуализировать ситуации, когда дела расходятся с поступками. Дать почувствовать и эмоционально отреагировать на ситуации когда говорят «люблю», но внимание не обращают. Визуализировать, как легко можно потерять доверие у ребенка и как ребенку важно, что бы его слышали. Защита безопасности и личных границ.

Ход работы:

Группа встает в два круга – внутренний и внешний. Внутренний круг – родители, внешний – дети. В течение 1 минуты родители рассказывают, как сильно любят своих детей и какие они у них замечательные. Затем дети рассказывают свою проблему (придуманную), с которой они обращаются к родителю. Задача родителей не реагировать на просьбы ребенка под предлогом занятости или усталости. Ролевое проигрывание ситуации 3 мин. Затем дети меняются родителями (внешний круг передвигается по часовой стрелке на одного человека), дети вновь рассказывают свою проблему, и родители эмоционально, с теплом, заботой, вниманием слушают проблему и пытаются ее решить вместе с ребенком и поддержать ребенка.

3. У меня самый умный ребенок

Цель: визуализация объемных, перегружающих занятий и заданий. Показать, как можно перегрузить ребенка чрезмерными дополнительными занятиями. Учить телесному реагированию и эмоциональному отклику. Показать, как тело дает сигналы и защищает нервную систему от переутомления.

Ход работы: выбирается один участник, которому предлагается пройти по узкой линии, затем участнику дают в руки предметы, которые обозначают дополнительные задания, кружки и дополнительные занятия, все больше и больше. Интерпретируя эту аллегория, показать участникам, как трудно перегруженному ребенку ходить по его тропинке.

4. Лавина

Цель: Визуализация скрытых талантов, креативности мышления и воображения в игровой деятельности с ребенком. Дать возможность эмоциональному расслаблению, обретению родительских опор и стойкости в своем авторитете, как родителя.

Ход работы:

Представьте, что ваш дом, в котором вы все со своей семьей засыпало снегом, и расчистить выход смогут только через три дня. У вас есть всё необходимое для жизни, но нет интернета, не работает телефон и не показывает телевизор. Подумайте, как вы можете весело и полезно провести это время, что вы будете делать? Так зачем ждать, пока засыпет выход к дому снегом, если можно провести время со своими близкими людьми весело и без принужденно уже сейчас? (Ф.Зимбардо)

ЗАНЯТИЕ №5. «Чему Я научился»

Цель: обобщение полученного опыта, теоретических и практических знаний.

Ход работы:

Предлагается большой лист бумаги со следующими неоконченными предложениями:

Я научил(а)ся...

Я узнал(а), что...

Я был(а) удивлен(а) тем, что...

Я был(а) разочарован(а) тем, что...

Мне сегодня...

1. Восход солнца

Цель: Рефлексия. Обнуление. Обретение равновесия, жизненного баланса и эмоциональной стабильности.

Ход работы: Группа садится в круг по своим местам. Звучит расслабляющая музыка. Ведущий медленно и четко проговаривает следующий текст: «Наш тренинг подходит к своему завершению, но как говорят философы, любой конец есть начало чего-то нового. В нашем случае, это будет осознание себя, своих возможностей, единение с общей Вселенной и ее могуществом, интеграция души и тела. Сядьте поудобнее. Расслабьтесь. Глаза можете закрыть, а можете оставить открытыми. Попробуйте своим внутренним зрением перенестись в предрассветные секунды, когда небо становится светлее и вот-вот должно взойти солнце. Понаблюдайте вокруг. Природа, будто бы замерла в ожидании солнца. Деревья, животные, насекомые – все наполнены необыкновенной тишиной, будто бы перенеслись, в своем ожидании, в волшебную страну, между сном и реальностью, между ночью и днем, тьмой и светом. Страну, которой нет ни на одной из карт мира. Страну, где возможно все. Ждите и вы. Ждите восхода, как первую любовь, с таким же глубоким ожиданием, с такой надеждой и подъемом. Молчаливо. А теперь, позвольте солнцу взойти! Позвольте его лучам согреть вас своим теплом и светом. Сделайте глубокий вдох. Когда вы вдыхаете, представьте себе золотой свет, входящий через вашу голову в тело, как будто солнце встало совсем рядом с вашей головой. Вы просто пусты, и золотой свет наполняет вашу голову и идет вглубь, вглубь до пальцев ног. Когда вы вдыхаете, представляйте это. Этот золотой свет поможет, он очистит все ваше тело и наполнит его созидательностью. Почувствуйте, как волшебное солнечное тепло разливается по вашему телу, по каждой его клеточке. Сохраните эти ощущения. Сделайте еще один глубокий вдох. Теперь можете открыть глаза те, у кого они были закрытыми, займите привычную вам позу. С этого момента, если когда-нибудь в жизни, вы будете чувствовать тревогу, страх, печаль, напряжение, позвольте вашему внутреннему солнцу взойти

(Участники делают ароматные саше из лекарственных трав и эфирного масла, собирают смесь в мешочек, завязывают атласной ленточкой) 15 мин

Ваши талисманы готовы и вы сможете взять их домой на память о нашем сегодняшнем занятии.

2. Зеркало

Цель: Обретение психологически устойчивой фигуры родителя. Раскрытие творческого потенциала и личностных особенностей. Повышение самооценки родителя.

Ход работы: Участникам предлагается узнать, как стать идеальными родителями. Для этого надо внимательно изучить перечень и внимательно ему следовать. Психолог раздает перечень (согнутые пополам листы картона). Предлагает внимательно изучить и высказать своё мнение. Участники открывают и видят зеркала, а в них их отражение. Вот вы и увидели идеальных родителей для своих детей.

3. Шеринг

Цель: осознание своих чувств и внутренних процессов, которые происходят. Анализ и закрепление опыта, постановка цели на будущее.

Родительское собрание

«Мальчики и девочки: такие разные и похожие»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 95»
Елисеева Нина Васильевна*

Данное родительское собрание в старшей группе детей дошкольного возраста проводится в рамках программы формирования гендерной принадлежности детей дошкольного возраста. Предыдущий этап работы - диагностика уровня сформированности гендерных представлений у детей старшего дошкольного возраста. Методы исследования: опрос, наблюдение. Диагностика родителей при помощи метода анкетирования.

Последующая работа будет представлять собой серию игр и занятий с дошкольниками, с целью уточнения имеющихся и формирования новых знаний в области гендерных представлений и гендерного поведения детей старшего дошкольного возраста.

Цели мероприятия: 1.Формирование у родителей дошкольников позитивного отношения к проблеме полоролевого воспитания детей.
2.Повышение компетентности и развитие умений в вопросах осуществления полоролевого воспитания детей на основе принципа активности родителей.

Задачи мероприятия: 1.Познакомить с современными научными подходами к осуществлению процесса полового воспитания

2. Уточнить знания об индивидуальных психофизиологических особенностях мальчиков и девочек

3. Уточнить представления родителей об образе действий и поведения детей как будущих мужчин и женщин

4. Упражнять родителей в нахождении оптимального стиля взаимодействия с ребёнком с учётом гендерных особенностей.

Необходимое оборудование и материалы:

- Выставка научной и популярной литературы по проблеме;
- МСО, мультимедийная презентация;
- памятки для родителей «Воспитывая девочку, помните!»; «Воспитывая мальчика, помните!»
- листы ватмана, карандаши, фломастеры
- силуэты 2-х домов, стикеры
- бейджи с картинкой девочки или мальчика (по количеству родителей)

Родительское собрание проводится педагогом группы и педагогом-психологом

Конспект мероприятия

(изложение с учётом обязательного включения основных этапов модерации)

Этап	Время, продолжительность этапа	Подробное описание АМО	Описание действий участников образовательного процесса
Инициация	5 минут	<p><u>Метод</u> «Регистрация»</p> <p><u>Цель:</u> Познакомить участников друг с другом; снять напряжение, настроить на открытое, доверительное взаимодействие.</p> <p><u>Участники:</u> все родители и педагоги, присутствующие на собрании</p> <p><u>Время проведения:</u> 5 минут</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> бейджи с картинкой девочки или мальчика</p> <p><u>Проведение:</u> Сидящим в кругу участникам предлагается пройти «регистрацию», чтобы войти в «круг доверия». Для этого предлагается назвать своё имя так, как участник желает, чтобы к нему обращались присутствующие. Затем,</p>	<p><u>Педагог-психолог:</u> Уважаемые, родители! Каждая наша встреча помогает всем нам подготовиться к тем изменениям, которые происходят или произойдут с нашими детьми на очередном этапе возрастного развития. К 5-ти годам вновь остро встает вопрос формирования гендерной принадлежности наших детей. Теперь они уже не сомневаются в том, кем станут, по своей половой принадлежности, когда вырастут, в отличие от предыдущего этапа развития. Наша задача – помочь им осознать то, какими в будущем Мужчинами и Женщинами должны стать наши дети. Прежде всего – ВЫ, уважаемые родители, будете сопровождать детей на пути к взрослой жизни. И здесь потребуются и Ваш опыт и Ваша любовь, чуткость, и, конечно,</p>

		<p>родителям, выбрать и прикрепить бейдж с образом мальчика или девочки, в зависимости от того, ребёнок какого пола посещает данную группу</p>	<p>знания. У каждого есть свой опыт воспитания мальчика или девочки. Он бесценен, потому что никто больше им не владеет. Я приглашаю Вас войти в «круг доверия» и поделиться тем опытом, который Вы найдёте возможным открыть присутствующим здесь. Войти в наш «круг доверия» очень просто: нужно пройти регистрацию. Для этого, назовите своё имя, так как Вы хотите, чтобы к Вам обращались присутствующие, а затем, выберите и прикрепите бейдж, соответствующий полу Вашего ребёнка.</p> <p>- Я начну первая... (далее все присутствующие по кругу «проходят регистрацию»).</p>
<p>Вхождение или погружение в тему</p>	<p>10 минут</p>	<p><u>Метод</u> «В чём проблема?» <u>Цель:</u> Обобщить взгляды родителей на процесс полового воспитания дошкольников, выявить проблемы в осуществлении данной стороны воспитания. <u>Время проведения:</u> 10 минут Необходимые материалы: МСО <u>Проведение:</u> Представление результатов анкетирования родителей на слайдах.</p>	<p>Педагог: Чтобы общение в нашем «круге доверия» было продуктивным необходимо определить его цели. Обратите внимание на слайд. Вы видите Ваши ответы на вопросы анкеты. Познакомьтесь с ними. (демонстрируются слайды 2-9, педагог комментирует). Задание родителям: Сформулируйте проблему, если вы обнаружили её на основе Ваших ответов и проговорите её. (результаты обсуждения сравнить с выводами представленными на слайде 10). Постановка целей: Таким образом, сегодня нам нужно уточнить - с какого возраста, кто в семье и как (какими методами) будет воспитывать будущих мужчин и женщин - а также выяснить: нужно ли бояться трудностей, возникающих в процессе полового воспитания и как их предупредить.</p>
<p>Формирование ожиданий</p>	<p>5 минут</p>	<p><u>Метод</u> «Два дома» <u>Цель:</u> выявить ожидания и опасения присутствующих</p>	<p>Педагог: Мы определили цели нашего взаимодействия, но у каждого из нас есть и</p>

<p>учеников/в оспитанни ков/обуча ющихся</p>		<p>на собрании. <u>Участники:</u> все родители и педагоги <u>Время проведения:</u> 5 минут Необходимые материалы: силуэты двух домов зелёного и красного цвета, стикеры. <u>Проведение:</u> Педагог предлагает на листочках написать, чего родители ждут от сегодняшней встречи и чего опасаются. Свои «ожидания» прикрепить к зелёному дому, а опасения – к красному. В конце собрания родители снимают сбывшиеся ожидания и не сбывшиеся опасения, оставляя наглядными несбывшиеся ожидания и оставшиеся опасения.</p>	<p>собственные цели, ожидания, а также опасения в отношении возможности их достижения. Перед вами 2 дома: красный и зелёный. Поделитесь с ними своими мыслями и чувствами. Напишите, чего вы ждёте от сегодняшнего общения и прикрепите стикер на дом зелёного цвета. Свои опасения, тревоги по поводу сегодняшней встречи «отдайте» красному дому. Благодарю за активность, мы продолжаем! (Проговорить свои ожидания и опасения могут родители только по собственному желанию).</p>
<p>Интеракти вная лекция</p>	<p>10 минут</p>	<p><u>Метод</u> «Цветик - многоцветик» <u>Цель:</u> Сообщение научных подходов к определению принципов полового воспитания, помочь сориентироваться в теме. <u>Участники:</u> все обучающиеся <u>Время проведения:</u> 10 минут Необходимые материалы: пенопластовая середина цветка, в который будут вставляться лепестки с обозначением принципов полового воспитания. <u>Проведение:</u> Участники по очереди берут 1 цветной лепесток, на котором написан принцип полового воспитания и пытаются его пояснить. Присутствующие могут присоединиться к обсуждению, затем зачитывается характеристика данного принципа на слайде.</p>	<p>Педагог-психолог: Принцип – это исходное положение, на которое опирается человек в своей деятельности, иначе деятельность не может быть продуктивной. Есть свои принципы и у процесса полового воспитания. Сейчас мы определим, какие из них мы обязательно будем использовать, а какие может быть не существенны, на ваш взгляд. Перед вами росток с бутоном (закреплённая серединка цветка). Чтобы он раскрылся, необходимо подобрать ему лепестки. Самый смелый первым возьмёт любой лежащий перед Вами лепесток, прочитает название принципа и попробует объяснить его. Затем мы проверим научный подход к объяснению данного принципа и вместе решим: можно ли без него обойтись. Если мы собираемся использовать данный принцип в воспитании своих детей, то лепесток будет присоединён к бутону. Обсуждаются принципы:</p>

			<ol style="list-style-type: none"> 1. Принцип реалистичности 2. Принцип перспективы 3. Принцип непрерывности 4. Принцип активности 5. Принцип повторения 6. Принцип правдивости 7. Принцип доверия 8. Принцип контроля и поддержки <p>Резюме: Цветок наших знаний расцвёл, а это значит, что мы приобрели точку опоры, которая поможет нам противостоять трудностям в нелёгком деле воспитания.</p>
Проработка содержания темы	3 минуты	<p><u>Метод</u> «Гимнастика для ума»</p> <p><u>Цель:</u> Уточнить представления об основных психолого-педагогических понятиях.</p> <p><u>Участники:</u> все родители</p> <p><u>Время проведения:</u> 3 минуты</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> фишки</p> <p><u>Проведение:</u> Ведущий зачитывает понятие, участники должны ответить к какому термину они относятся. Участник, дающий правильный ответ первым получает фишку.</p>	<p>Педагог-психолог: Как правило, законы создаются в высших структурах власти, а мы их выполняем. Но сегодня всё будет наоборот. Мы будем создавать законопроект о воспитании наших детей. Но для начала, надо доказать нашу компетентность, владение научными терминами. Я буду зачитывать понятие, а Вам нужно определить, о чём идёт речь. Итак, «Гимнастика для ума».</p> <p>- термин, который обозначает набор признаков на основе которых люди определяются как мужчины или женщины (Пол) –целенаправленный процесс формирования личности человека в соответствии с его биологическим полом (половое воспитание)</p> <p>– психологический пол человека, т.е. набор культурных и поведенческих характеристик, которые определяют социальное поведение женщин и мужчин и отношения между ними (Gender) (Участники дающие наиболее точные ответы получают фишки)</p> <p>Педагог: Спасибо! Всех участников, давшим первыми правильные ответы и получившим фишки, прошу занять места в президиуме</p>
	15 минут	<p><u>Метод:</u> «Законопроект»</p> <p><u>Цель:</u> Определить</p>	

Игра	5 минут	<p>гендерные подходы к воспитанию детей 5-6 лет. <u>Участники:</u> все родители <u>Время проведения:</u> 15 минут <u>Необходимые материалы:</u> листы ватмана, фломастеры <u>Проведение:</u> Участники, получившие в предыдущем упражнении фишки, объединяются в одну команду «Мудрецов». Остальные участники делятся на 2 фракции Государственной думы «Родители мальчиков» и «Родители девочек» Каждой группе даётся своё задание, которое выполняется на листе ватмана. Через 5 минут обсуждения представитель группы защищает свой законопроект.</p> <p><u>Метод:</u> «...И спросила кроха» <u>Цель:</u> Создать ситуацию позитивного расслабления, формировать умение отвечать на «острые» вопросы детей с учётом принципов полового воспитания <u>Участники:</u> все родители <u>Время проведения:</u> 5 минут <u>Необходимые материалы:</u> стул в центре круга <u>Проведение:</u> Родители по очереди садятся на стул в центре круга, сохраняя родительскую ролевую позицию. Остальные – дети, которые задают интересующие их вопросы по проблемам пола.</p>	<p>«Государственной Думы». Вы объявляетесь «Мудрецами» На Вас будет возложена особая миссия: в течение 5 минут Вам нужно подготовить отчёт на листе ватмана «Девочки и мальчики, какие они»? Остальных участников прошу разделить на две фракции: «Родители мальчиков» и «Родители девочек». Ваше задание также необходимо выполнить за 5 минут: представьте себе, что Вы разрабатываете закон о половом воспитании дошкольников. «Родители девочек» разрабатывают статью закона, «Какими должны быть девочки», соответственно «Родители мальчиков» – «Какими должны быть мальчики». Через 5 минут каждая группа защищает свой проект. Допускаются вопросы и поправки. Затем просматриваются слайды с результатами опроса детей. Отметить, насколько хорошо родители знают своих детей и какие гендерные представления у детей сформированны.</p> <p>Педагог-психолог: Одно известное произведение В.В.Маяковского начинается словами: «Крошка сын к отцу пришёл, и спросила кроха...». Именно так и будет называться наша небольшая игровая пауза. Я прошу сесть на стул в центре нашего круга доверия одного из Вас. Вы – родитель. Все остальные дети. Вспомните, какие «острые» вопросы, ещё недавно задавали Вам Ваши дети, и задайте их сейчас участнику в центре круга. Вопрос должен быть детский, а ответ – профессиональный, с учётом наших сегодняшних наработок. (В случае затруднений с</p>
------	---------	---	--

			<p>подбором вопросов должны быть заготовки в конверте. Например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Папа, а ты когда был маленьким, ты был мальчиком или девочкой? - Что такое секс? - Откуда я взялся? - Кто лучше мальчики или девочки?) и т.д. <p>Обсуждение: как себя чувствовали в роли родителя и ребёнка, в какой роли комфортней?</p> <p>Предлагается познакомиться со слайдом «О чём должны обязательно знать дети дошкольного возраста?»</p> <p>Родителям раздаются памятки о воспитании мальчиков и девочек, а также консультация «Откуда берутся дети?»</p>
Подведены итоги	7 минут	<p>Метод рефлексии «Два дома»</p> <p><u>Цель:</u> оценить работу группы, отследить соответствие результатов с намеченными ожиданиями в начале собрания.</p> <p><u>Участники:</u> все родители и педагоги</p> <p><u>Время проведения:</u> 7 минут</p> <p><u>Необходимые материалы</u></p> <p>силуэты двух домов зелёного и красного цвета, с наклеенными в начале собрания стикерами;</p> <p><u>Проведение:</u></p> <p>В конце собрания родители отклеивают листики с записью ожиданий, которые сбылись, оставляют несбывшиеся ожидания и сбывшиеся опасения – комментируя свои чувства и действия. Количество убранных стикеров говорит о количестве достигнутых целей.</p>	<p>Педагог-психолог: Наша насыщенная содержательной работой встреча подходит к концу. Давайте вновь посмотрим на наши «Два дома», которые хранят наши ожидания и опасения. Уберите, те ожидания из зелёного дома, которые осуществились, и поясните свои действия. Также уберите из красного дома те опасения, которые не сбылись. Расскажите, что осталось не решённым?</p> <p>После последнего высказывания, педагог обобщает результаты, соотнося поставленные цели с их достижением.</p> <p>Педагог: Я благодарю ваш творческий коллектив заинтересованных родителей за активную помощь в определении наших совместных действий по воспитанию детей настоящими Мужчинами и Женщинами. Оставшиеся в двух домах записи – это основание для нашей следующей встречи.</p> <p>- Уважаемые родители! До новой встречи!</p>



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «АРТТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»

Творческая группа по Арттерапии – это активное обучение посредством приобретения и осмысливания рабочего опыта, который моделируется в межличностном взаимодействии посредством исследования Арттерапии с детьми дошкольного возраста и осознается в ходе дискуссий. Особенно актуально такое обучение именно для начинающих педагогов-психологов, когда потребность в общении обострена, а опыта работы недостаточно, зато ярко выражено стремление к его приобретению. Артгруппа позволяет получить опыт, с одной стороны, в максимально «сконцентрированном» виде, и с другой – в психологически безопасных условиях, облегчающих его осмысливание.

1. Соблюдение принципов групповой работы, как активность участников, партнерское общение, исследовательская позиция участников в процессе межличностного взаимодействия, осуществление обратной связи.
2. Применение активных методов групповой работы и модулей арт-терапии. Основных методов два: методическая практика и групповая дискуссия. В то же время число конкретных практических упражнений и методов, создаваемых на их основе, измеряется тысячами. Используются и другие методы, такие как песочная терапия, прикладная психодиагностика, телесно-ориентированные техники и т.д.
3. Акцент на взаимоотношениях между участниками группы, интенсивное межличностное взаимодействие. Тот исследовательский опыт, который и обеспечивает основной обучающий потенциал творческой группы, возникает как раз в ходе практике арт-терапии и моделирования взаимодействий, а предметом осознания становится в процессе групповых дискуссий.
4. Атмосфера раскованности и свободы общения. Общение в условиях тренинга более интенсивное, эмоциональное, открытое и искреннее, чем в обычных межличностных контактах. На начальных этапах работы с группой основная задача ведущего – создание соответствующей атмосферы, моделирование психологически безопасных условий для такого общения. В дальнейшем, при благополучном протекании тренинга, открытость и искренность становится общепринятой нормой взаимодействия в группе.
5. Наличие более или менее постоянной группы.

6. Нацеленность на психологическую помощь участникам группы. Результат тренинга не сводится к формированию у участников системы знаний и умений; большое значение имеет субъективное улучшение эффективности в работе и получение импульса к дальнейшему саморазвитию.

Поэтому наряду с объективными критериями результативности творческих групп рассматриваются и субъективные:

Общение в условиях творческой группы строится на следующих принципах (Петровская, 1989, с. 59–65):

- ◆ Группа отражает общество в миниатюре и поэтому может служить «полигоном» для развития самых разных социальных умений.
- ◆ Человек может осваивать в группе новые умения, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров.
- ◆ Групповой опыт противодействует отчуждению, что помогает установлению более близких отношений с окружающими и решению рабочих проблем.
- ◆ Группа облегчает процессы самораскрытия, само исследования и самопознания участников.
- ◆ Взаимодействие в группе создает напряжение, которое может трансформироваться в конструктивную работу по выявлению и решению рабочих проблем участников.

*Руководитель творческой группы,
педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 127»
Казакова Алла Сергеевна*



«Психологический портрет ребенка дошкольного возраста»

Подготовила старший преподаватель
кафедры психологии ФГБОУ ВО КГУФКСиТ
Самоходкина Людмила Григорьевна

Возрастные особенности развития ребёнка включают в себя следующие параметры:

- Социальная ситуация;
- Общение;
- Сензитивный период;
- Возрастные новообразования;
- Психические процессы;
- Ведущий вид деятельности;
- Особенности возраста.

Социальная ситуация

Возраст	Характеристика
1,5-2	Совместная деятельность взрослого и ребенка, совместное проживание
2-3	Изучение употребления предметов
3-4	Совместная деятельность взрослого и ребенка на основе стремления к самостоятельности
4-5	Стремления к самостоятельности через деятельность и подражательность
5-6	Самостоятельность, деятельность, социальность отношений
6-7	Стремление к значимой позиции, оцениванию своей деятельности и поведения

Общение

Возраст	Со взрослыми	Со сверстниками
1.5-2	Ситуативно-деловое	Игры рядом
2-3	Ситуативно-деловое Эмоционально - практическое	Игры с эпизодами
3-4	Внеситуативно - познавательное Эмоционально-практическое	Игры с эпизодами. Стремление к общности
4-5	Внеситуативно - познавательное Ситуативно-деловое	Предпочтительный партнер
5-6	Внеситуативно - личностное Ситуативно-деловое	Признание, стремление к сотрудничеству
6-7	Внеситуативно – личностное Внеситуативно-деловое	Сотрудничество, познание, признание

Сензитивный период

Возраст	Характеристика
1,5-2	Развитие действий, восприятия, усвоения речи
2-3	Развитие восприятия, усвоение речи
3-4	Формирование самосознания, образа «Я»
4-5	Развитие чувства цвета, знакомство с оттенками

5-6	Развитие творчества, моральных представлений
6-7	Развитие рефлексии, навыков письма

Возрастные новообразования

Возраст	Характеристика
1,5-2	Простейшие способы действий, способности к подражанию
2-3	Личные желания, формирование предметного восприятия как центральной познавательной функции
3-4	Зарождение целеустремленности, волевых качеств
4-5	Осознание внутренней позиции
5-6	Появление произвольности, представлений о плюсах и минусах своей личности
6-7	Произвольность, самооценка, мотивация

Психические процессы

	1,5-2	2-3	3-4	4-5	5-6	6-7
Восприятие	Активность, цвет, форма, величина, длина, ширина, высота, объем					
Внимание	3-4 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.	До 40 мин.
Память	Непроизвольность, мотивация			6-7 предм.		рассказ
Воображение	неосознанность		опредмечивание		фантазирование	
Мышление	Наглядно-действенное		Наглядно-образное		Наглядно-образное + словесно-логическое	
Речь	2-3 предл.		Познание		рассказ	
Восприятие информации и воспроизведение						

Ведущий вид деятельности

возраст	характеристика
1,5-2	Предметно-манипуляционная деятельность
2-3	Предметно - манипуляционная деятельность + зарождение ролевой игры
3-4	Ролевая игра
4-5	Ролевая игра (3-4 действия)
5-6	Расцвет ролевой игры
6-7	Игра + реальная жизнь + замысел, предпосылки уч. деятельности.

Особенности возраста

возраст	характеристика
1,5-2	Ситуативность
2-3	Кризис 3 лет
3-4	Самостоятельность в быту
4-5	«Дошкольный подросток»
5-6	Физиологический взрыв (переход)
6-7	Кризис 7 лет

Психолого-педагогические технологии

- «Арттерапия»
- «Музыкотерапия»
- «Сказкотерапия»
- «Психогимнастика»
- «Символдрама»
- «Кинезиология»
- «Гештальттерапия»
- ИКТ

«Психологический профиль»

Исполнительный	Физически развитый
Послушный	Любознательный, активный
Подчиняющийся правилу	С высокой произвольностью
Внимательный слушатель	Интеллектуал
Обладающий знаниями, умениями и навыками	Адаптированный
	Общительный

Методики

- Мт. Домана
- Мт. Зайцева
- Мт. Никитина
- Мт. Железновых
- Мт. Дьенеша
- Мт. Кьюзенера
- Мт. Занкова

Система М.Монтессори

Правила группы:

1. Бегают и прыгают на улице.
2. Говори спокойно и тебя услышат.
3. За столом говорят тихо и немного.
4. Выбрал материал - работай с ним долго и по правилам: если их забыл - спроси у педагога.
5. После работы материал кладут на место.
6. Другим оказывай помощь, если тебя об этом просят.
7. На уроке «Тишины» молчат и слушают.
8. Со взрослыми дети здороваются первыми.
9. Другому сделай то, что нравится тебе.
10. За оказанную помощь благодарят.

Кинезиология

Цель:

развитие межполушарного взаимодействия мозга. Упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания.

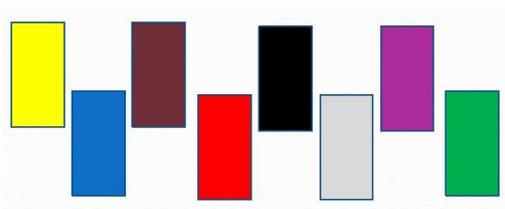
Виды упражнений:

растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные, телесные упражнения, упр. на развитие мелкой моторики, релаксационные.

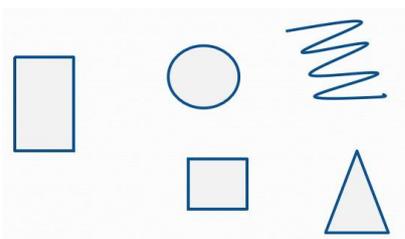
Символдрама – психолого-педагогическая технология работы с детьми и взрослыми на основе кататимно-имагинативной психотерапии.

Средства: фантазирование, рисование, представление образов, нестандартность технологии, выход за стереотипы поведения и восприятия. Развивает речь, мелкую моторику, произвольность поведения, творчество, стрессоустойчивость, саморефлексию, самовосприятие.

Тест Люшера



Геометрический тест



«Маскотерапия в работе с детьми дошкольного возраста»

Подготовила педагог-психолог

МБДОУ МО г. Краснодар

«Детский сад №123»

Басенко Виктория Витальевна

Маскотерапия — это разновидность арт-терапии, метод психологической работы, основанный на переводе глубинных комплексов и проблем клиента в неживую материю маски.

Этот метод создан около 20 лет назад.

Методики маскотерапии – скульптурное портретирование, терапевтический автопортрет, боди арт-терапия, применяются в практике психологического консультирования для решения широкого круга проблем. Маскотерапия особенно эффективна при наличии у человека недовольства или других особенностей восприятия своей внешности.

Данный метод позволяет:

- снять психологическое напряжение у детей;
- снижает тревожность и агрессию;
- способствует развитию стрессоустойчивости;
- формирует благоприятную психологическую атмосферу в группе и доброжелательное отношение детей друг к другу;
- способствует повышению самооценки;
- способствует развитию речи и навыков общения;
- способствует развитию навыков саморегуляции эмоционального состояния.

Способы изготовления масок

- рисование на бумаге, картоне, пластике;
- использование готовых масок;
- изготовление из папье-маше, глины, гипса и пр.

Игры, упражнения с использованием маскотерапии:

- «Сегодня я такой»
- «Я себя таким вижу»
- «Я себя такого не знаю»
- «Я себя такого боюсь»
- «Моя любимая маска»
- «Я не хочу, чтобы меня таким видели»
- «Я хочу, чтобы вы меня таким видели»
- «Такого меня никто не знает»
- «Маска уверенного/свободного человека»
- «Боди-арт»
- «Маска страха»



«Маска Силы»

Пластилиноterapia и её влияние на разные стороны развития ребёнка

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад «Сказка»
Прокопенко Мария Васильевна*

История возникновения пластилина

Первые заметки о пластилине появились только в конце девятнадцатого века. Немец Франц Колб в 1880 и англичанин Уильям Харбут в 1899 году описали новое изобретённое ими вещество. Каждый по отдельности запатентовал своё изобретение под схожими названиями: «Plastilin» и «Plasticine».

Существует и ещё одна версия происхождения пластилина. Согласно ей, создателем пластилина считается американец Джо Маквикер, который производил оконную замазку. Он отправил новый образец своей родственнице, работавшей в детском саду. Та предложила детям вылепить что-либо из этой массы.

Виды пластилина

- легкий пластилин, который также называется плавающим. Он держится на поверхности воды, что нередко вызывает восторг у детей;
- шариковый пластилин, состоящий из поролоновых шариков, скрепленных специальным клеем;
- тесто-пластилин или застывающий пластилин. Используется однократно, поскольку повторно размять его уже невозможно;
- «умный» пластилин, способный принимать любую форму и состояние, а иногда даже менять цвет;
- магнитный пластилин и прочие.

Воздушный пластилин

Это пластичная цветная масса, состоящая из воды, пищевых красителей и полимеров. Продается в герметичной упаковке, так как на открытом воздухе при комнатной температуре способна застывать. В результате чего образуется легкая прочная субстанция, сравнимая по весу с пенопластом.

Материал не имеет неприятного запаха. В отличие от обычного пластилина не липнет к рукам, столу и одежде. Масса очень эластичная и прочная. Застывает готовая поделка, в зависимости от размера, в течение 2-10 часов.

Готовые застывшие изделия не липнут к рукам и не слипаются между собой. Их можно хранить вместе с другими игрушками или поставить на полку. Материал считается безопасным, поэтому такие игрушки можно давать даже маленьким детям.

Лепка – самый осязаемый вид художественного творчества. Ребёнок не только видит то, что создал, но и трогает, берёт в руки и по мере

необходимости изменяет. Чем раньше ребёнку дают возможность лепить, тем лучше развиваются его навыки владения собственными руками

Полезьа лепки:

- для всестороннего развития личности

- когда ребенок концентрируется на своем занятии, он учится терпению и усидчивости;
- лепка играет существенную роль в эстетическом воспитании ребенка и развитии у него чувства прекрасного;
- помимо основных моторных навыков, лепка развивает целеустремленность, усидчивость и аккуратность.
- обычная лепка из пластилина способна изменить поведение ребенка. Когда он воспроизводит окружающий мир в деталях, то учится более терпимо относиться к взрослым, сверстникам, животным, природе, приобретает навыки строить более тесные социальные связи, активнее общаться. Особенно актуально такое занятие для проблемных деток.

- для умственного развития:

- когда ребенок разминает пластилин (или другой материал) в руках, создает из него детали разных форм, присоединяет их друг к другу, сплющивает, вытягивает, развивается мелкая моторика рук, что напрямую влияет на развитие речи, координацию движений, память и логическое мышление;
- лепка знакомит детей с понятиями формы и цвета. Дает опыт тактильного восприятия на уровне «мягкий-твердый», «теплый-холодный», «мокрый-сухой»;
- когда ребенок двумя руками катает шарик или колбаску, у него работают оба полушария мозга, укрепляются межполушарные связи, что в свою очередь способствует развитию внимания и саморегуляции.

Для здоровья и эмоционального состояния

- регулярные занятия спокойными играми способствуют нормализации сна и понижению чрезмерной активности, уменьшают возбудимость и раздражительность;
- занятие лепкой связано с целой гаммой чувств: от тактильных ощущений, восприятия цвета и запаха до сложных внутренних состояний – волнения, интереса, радости от того, что все получается и огорчения, если ожидания не совпадают с результатом;
- психологи активно используют лепку как одно из направлений арт-терапии, которая обращается к внутренним скрытым самоисцеляющим ресурсам ребенка.

Пластилиновую терапию эффективно применяют в работе не только с детьми, но и с людьми, имеющими эмоциональное профессиональное выгорание.

В работе с детьми и взрослыми используются разные виды пластилинографии («графия» - создавать, изображать, «пластилин» - материал, при помощи которого осуществляется исполнение замысла).

Каждая из этих техник – это маленькая игра. Их использование позволяет детям чувствовать себя раскованнее, смелее, непосредственнее, развивает воображение, творчество, дает полную свободу для самовыражения.

Прямая пластилинография - изображение лепной картины на горизонтальной поверхности	
Обратная пластилинография (витражная) - изображение лепной картины с обратной стороны горизонтальной поверхности (с обозначением контура)	
Мозаичная пластилинография - изображение лепной картины на горизонтальной поверхности с помощью шариков из пластилина или шарикового пластилина	
Контурная пластилинография - изображение объекта по контуру с использованием «жгутиков»	
Многослойная пластилинография - объемное изображение лепной картины на горизонтальной поверхности, с последовательным нанесением слоев	

Техника «Талисман»

Цель: Создание чувства безопасности и защищенности в настоящем. Получение мощного ресурса для приобретения уверенности в своем будущем.

Инвентарь: разноцветный пластилин.

Возрастные рамки: клиенты от 5 лет.

Инструкция: Вспомни, пожалуйста, сказку, в которой есть какой-либо волшебный предмет, который наделяет главного героя какими-то

способностями, силой, который помогает ему или защищает его. Ты бы хотел иметь такой предмет? Что бы это могло быть? Как он выглядит? В чем его функция, назначение, сила?

Слепи его!

Ребенок лепит талисман, используя разноцветный пластилин, затем рассказывает, от чего он оберегает или что позволяет достичь, преодолеть. Данная техника подходит для работы со страхами, стрессами, при нарушениях адаптации.

«Коррекционная работа педагога-психолога посредством кинетического песка»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 64»
Коноваленко Полина Витальевна*

Кинетический песок – сказочный материал для работы с ребенком. На первый взгляд он напоминает влажный морской песок, но как только берёшь его в руки — проявляются его необычные свойства. Он течет сквозь пальцы и в то же время остается сухим. До него дотрагиваешься – он «движется», «оживает».



Полезные свойства кинетического песка:

- Песок занимает и успокаивает ребенка. Развивает творческие и когнитивные навыки.
- Игры с песком прекрасно развивают моторику рук и воображение.
- Используется в методике песочной терапии, сказкотерапии и релаксации.
- В процессе игры с кинетическим песком у детей развивается тактильная чувствительность;
- Манипуляции с песком оказывают благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка, помогают раскрепоститься и приучают к концентрации внимания.

Чему научится ребенок, играя с кинетическим песком?

- Дети способны придумывать удивительные сценарии игр, создавать на песке интересные сооружения. Все это является отличным стимулом для развития воображения и фантазии.

- Проговаривая диалог любимого героя, общаясь с друзьями по игре, малыши развивают важный познавательный процесс – речь.
- Создавая сюжет и воплощая его в реальность, дети дошкольного возраста учатся целенаправленно действовать, добиваться результата.
- Во взаимодействии со сверстниками в игре происходит развитие коммуникативных навыков.
- Проживая волнующие ситуации, проблемы, страхи, ребенок освобождается от негативных эмоций, переживаний.
- Шумные дети значительно успокоятся, а тихие, неразговорчивые активизируют свои силы и покажут все свои таланты.

Игры с кинетическим песком

Строительство сооружений и создание образов. При помощи форм и инструментов из набора ребенок возводит архитектурные постройки из песка или пробует себя в качестве скульптора.

Игра «Необыкновенные следы»

Цель: развитие моторики; имитация следов животных, пресмыкающихся, птиц и насекомых.

Ребенок ладошками и кулачками надавливает на песок, кончиками пальцев ударяет по его поверхности, перемещает кисти рук в разных направлениях, делает поверхность волнистой, двигает всеми пальцами одновременно.

Игра «Найди отличие»

Цель: развитие внимания.

Ребенок рисует на поверхности песка любую несложную картинку, затем показывает её взрослому, а сам в это время отворачивается. Взрослый дорисовывает некоторые детали и показывает полученное изображение ребенку. Малыш должен заметить, что изменилось в картинке. Взрослый и ребенок могут в процессе игры меняться ролями.

Мастер-класс «Сказку делаем былью»!

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 221»
Мяжкова Елена Александровна*

Цель мастер-класса: ознакомление педагогов с новейшей системой творческого развития, обучения, коррекции и адаптации личности – с методом сказкотерапии.

Актуальность:

О пользе сказкотерапии можно рассказывать очень много. И чтобы не отнимать ваше время, я хочу вам рассказать сказку о сказке.

В некотором царстве, в детском государстве жила - была Сказка.

Она очень любила детей, водила с ними крепкую дружбу, учила их и помогала им. Рассказывала ребятам об окружающем мире, о диковинных странах и их обитателях; делилась знаниями о жизни и обычаях человека, – и дети лучше понимали себя и других людей, внутренний мир детей становился богаче, они умнели и становились увереннее.

Но пришли «другие времена». Дети выросли, они стали взрослыми и умными людьми, и в их жизни появились сложные и «умные» механизмы – телевизоры, мобильные телефоны, компьютеры, игровые автоматы...

И решили взрослые найти для своих детей новых друзей... Так у малышей появились «крутые» игрушки, модные игры, захватывающие мультики, а потом и всемогущий компьютер с различными стрелялками. Сказка среди друзей не значилась, она была забыта и чувствовала себя брошенной и никому не нужной

Так шли дни. Вдруг родители стали замечать, что лица их детей становятся злыми, глаза унылыми. Дети совершенно перестали слушаться родителей, уважать взрослых, играть во дворе со сверстниками. А если родители старались отвлечь их от этих модных игрушек. Сразу же их любимые детки превращались в страшных человечков и их общение заканчивалось чаще всего слезами и криками. Так шли дни.

И никто не знал, как помочь детям?

Однажды мама одного малыша, вспомнила, как ее мама в детстве, читала ей сказки. Она тихонько подошла к своему ребёнку, погладила по голове и сказала: «Я хочу познакомить тебя с самым лучшим другом моего детства... Это моя детская сказка».

Мама раскрыла книгу и тихонько начала «жили-были...», а потом «в некотором царстве, в тридесатом государстве...», а затем «жили-были старик со старухой...».

И о чудо! Мама увидела, как с каждой страничкой ее мальчик как будто наполнялся радостью, светом, силой, добром и здоровьем. Она сделала маленький перерыв, чтобы позвонить другим родителям и сообщить - лекарство для детской души найдено!

Сказки. Волшебство. Что же такое сказки? Кто-то скажет, что сказка — это зашифрованный в форме метафоры жизненный опыт многих предшествующих поколений. Другие определяют сказку как проекцию нашей бессознательной жизни. Романтически настроенные назовут сказку мечтой о прекрасном. Наверное, в каждом из нас живет вера в чудо. И, быть может, именно она дает многим людям силы жить и творить.

Важны ли сказки для ребенка? Не рано ли ему задумываться о таких «серьезных» вещах? Важно и не рано.

Более того, позже может быть уже поздно. Если мы оглянемся вокруг, то увидим, к чему привели разрушительные действия взрослого человека, одержимого иллюзией собственной безнаказанности, отрицающего «сказочные» законы взаимодействия с Миром.», Сказки не разрушают окружающий мир, а призывают к светлым созидательным сторонам души человека.

Поэтому сказкотерапия с детьми сегодня особенно актуальна. Хотя бы потому, что необходимо остановить лавину разрушений, производимых человеком. А сделать это возможно только когда человек возвращается к своему изначальному, «сказочному» восприятию мира.

Сказкотерапия – психотерапевтическое направление, использующее сказки для решения тех или иных психологических проблем.

Ведь любая сказка — это карта внутреннего мира каждого человека.

Для каждого возраста есть свои сказки. Для самых маленьких подойдут народные сказки, более просты и понятны.

Для детей школьного возраста уже будут интересными и полезными авторские сказки, в том числе народные сказки в литературной обработке. Также ребенок вместе с родителями может сам придумать сказку и ее героев. Иногда героем истории может быть и сам ребенок, собственная сказка может помочь ему решить какую-то проблему, преодолеть страхи или научиться чему-то новому.

Моя работа с детьми с использованием методов сказкотерапии строится либо на основе одной сказки, которая делится на части, либо представляет собой «путешествие в сказочный мир», включающее в себя любое необходимое количество сказочных образов и сюжетов.

Присутствие ритуала входа (и выхода) в сказку для детей обязательно. Такой ритуал помогает безопасно вернуться из драматической ситуации в обыденную. Я чаще всего использую манипуляции с волшебными предметами (волшебная свеча, волшебный клубочек, волшебная палочка, волшебная шкатулка, волшебная книга, проговаривание волшебных заклинаний).

Также детям очень нравится проходить в сказку с помощью проводника, у которого есть легенда, объясняющая детям его присутствие в нашем мире. Роль проводника играют куклы бабушки – старушки, зайцы «Ушастики», Петрушки, Учитель-Еж, Феи, Гномики, Эльфы. Наши сказочные путешествия наполнены играми, позволяющими ближе познакомиться со сказкой.

Какие же полезные уроки может извлечь ребенок из сказки?

Сказка формирует образ Положительного Героя: доброго, умного, сильного, верного своему слову.

Сказка формирует образ Положительного Героя: доброго, умного, сильного, верного своему слову.

Сказка учит не судить о людях по внешнему виду. Иван-дурак на проверку всегда оказывается Иваном-царевичем, а Царевна-лягушка –

Царевной Прекрасной. Да и страшная Баба-Яга не во всех сказках – отрицательный персонаж.

Сказка учит: хорошее дело не с первой попытки получается. Сказочному Герою по три раза приходится идти на Змея Горыныча или на другое чудище, но смелость и упорство обязательно вознаграждаются победой. Сказка учит патриотизму. Главный Герой всегда с готовностью выходит защищать родную землю от чудищ-захватчиков.

Сказка учит любви к родителям. Герой, выполняющий поручение отца или матери, всегда почитаем больше своих нерадивых братьев и сестёр. И именно он получает в наследство “полцарства впридачу”.

Сказка содержит скрытую, ненавязчивую мораль, нравоучение: нельзя обманывать, нельзя быть жадным, нельзя предавать друзей. И, главное, сказка учит, что добро циклично, оно всегда возвращается к тому, кто помогает другим, и добро всегда побеждает зло.

Сказка о Светофорчике



В одном городе, на перекрестке – жил веселый Светофорчик.

Он очень любил свою работу, и с большим удовольствием мигал своими разноцветными глазами!

Особенно он любил мигать зеленым глазом.

Под его зеленый свет утром веселой гурьбой ребята шли в школу

Школа была как раз напротив, и он видел, как ребята бегают на переменах. Особенно Светофорчику нравился один мальчик, его звали Митя. Он был очень

веселый и добрый.

Светофорчик не раз наблюдал, как Митя помогал перейти через дорогу пожилым людям.

Но один случай, еще больше убедил Светофорчика, что Митя смелый и добрый мальчик.

В один из дней, все было как всегда: потоки машин, пешеходы, все шло своим чередом. Вот и ребята из школы возвращаются домой.

Первая группа ребят перешла улицу на зеленый свет, вот погас желтый, и Светофорчик включил свой красный глаз.

Тронулись машины ...

Вдруг Светофорчик увидел, как девочка хочет перейти дорогу, она не видит, что горит красный свет. Потому что в руках у нее телефон, и она не видит ничего, кроме него!!!!

Митя тоже увидел девочку и понял, что она сейчас выйдет на дорогу, где машины, несутся с огромной скоростью, и на минуту растерялся ...

Он пытался ее окликнуть, но она не слышала, потому что в ушах у нее были наушники...

Вот еще мгновение...

И случится непоправимое...

И тут Митя побежал что есть силы, догнал и дернул девочку за капюшон

Девочка остановилась и удивленно посмотрела на Митю... на дорогу, и все поняла...

А Светофорчик от радости замигал желтым и вскоре зеленым светом!!!
Все закончилось благополучно!!!

А могла бы случиться беда!!!

Использование метода «ниткография» в работе педагога-психолога ДОО

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 178»
Хвостова Светлана Львовна*

В своих работах Александр Иванович Копытин обращает внимание на некоторые особенности психики детей, которые оказывают влияние на их поведение и реакции при проведении арттерапии:

1. Большинство детей, в особенности - младшей возрастной группы, затрудняются в словесном описании своих переживаний. Для них более естественно выразить их в игровой деятельности, изобразительной и иных формах творческой активности. Это особенно значимо, если речь идет о детях с речевыми нарушениями.

2. Дети более спонтанны, чем взрослые, а механизмы психологической защиты и «цензура» сознания развиты у них в недостаточной степени, в связи с чем их переживания более непосредственно и ярко проявляются в их поведении, изобразительной деятельности и игре, чем у взрослых.

3. Мышление детей более образно и конкретно, а межполушарная асимметрия выражена у них не столь явно, как у взрослых. Дети познают мир и решают концептуальные задачи, опираясь не только и не столько на логическое (линейное), сколько образное (пространственное) мышление. Поэтому «язык» изобразительного искусства для них естественен и близок.

4. Граница между реальностью и фантазией осознается детьми не столь ясно, как взрослыми. Поэтому в процессе игры, изобразительной и иной творческой активности у них оживляется воображение, легко происходит идентификация с различными персонажами и ситуациями, от лица которых они действуют, они легко вступают в диалог с последними.

5. В силу идентификации детей с воображаемыми ими персонажами и ситуациями, создаваемая ими с помощью символических и игровых средств (включая изобразительные материалы и образы) фантастическая реальность становится для них особым «пространством» для коммуникации. Играет или

рисует ребенок один или вместе с другими детьми, изобразительные образы и предметы игровой деятельности являются для него часто более важными «партнерами» по коммуникации, чем психотерапевт. С этим отчасти связаны проявления переноса на изобразительные образы и предметы игровой деятельности, а также богатые возможности для «арт-терапии» посредством творческой активности ребенка.

6. Изобразительные образы и предметы игровой деятельности зачастую являются для детей средствами психологической защиты и укрепления их личных границ. В значительной мере благодаря игре и творческой активности ребенок может достичь определенной степени контроля над своими переживаниями, организовать свой внутренний мир и ощутить себя «хозяином» положения.

7. Игра и различные варианты творческой активности, включая изобразительную деятельность, еще в большей степени, чем для взрослых, являются для детей средством получения нового опыта, эксперимента и установления новых отношений с реальностью.

Ниткография («ниткопись», «изонить») – техника рисования, где для воплощения художественного образа используются нитки.

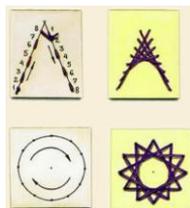
Понятие «ниткография» имеет два смысловых корня: «нитка» – подразумевает материал, при помощи которого осуществляется использование замысла, «графия» – создавать, изображать образ предмета

Ниткография была позаимствована у индейского народа уичоли, который проживает в западной и центральной частях Мексики.

Антрополог Роберт Зингг назвал уичолей «племенем художников». Формы художественного выражения уичолей отражают их религиозные верования, которые воплощаются в их искусстве. Широко известны *nierika* (ньерика)— своеобразные картины, выполненные в характерном стиле из шерстяной пряжи, одновременно являющиеся и предметом прикладного искусства, изготавливаемым на продажу, и религиозным объектом. Традиционно они представляют собой круглую или квадратную дощечку с отверстием в центре, покрытую с обеих сторон смесью пчелиного воска и сосновой смолы, на которую наклеивают разноцветные шерстяные нити.

Такие дощечки можно встретить в домашних святилищах, храмах, священных пещерах и источниках. Ньерика для уичоли является проводником в мир духов.

Прогрессивные идеи создательницы ниткографии Мэри Эверест Буль в образовании включали познание математики посредством игровых действий, таких как сшивание кривой. С помощью нитей и гвоздей Мэри обучала детей алгебре и геометрии. И нужно отметить, что этот метод имел колоссальный успех. Именно в те годы и зародилась техника Стринг Арт от Мэри Буль и дошла до наших дней.



- учит рисовать необычными способами и использовать материалы, которые окружают нас в повседневной жизни;
- творит чудеса и превращает обычные занятия в игру, в сказку, в которой дети не боятся ошибиться, так как все легко можно исправить, а из ошибки легко можно придумать что-то новое (т.о. обретают уверенность в себе, преодолевают «боязнь чистого листа бумаги»);
- развивает интерес и желание рисовать.

Интересно и доступно технику описывает следующая сказка-история:

«Жила-была ниточка. Она была совсем одиначенька. В один прекрасный день решила ниточка погулять. Погода стояла чудесная – пригревало желтое солнышко, зеленела травка, а на синем небе резвились пушистые белые облачка. И так ей понравилась картина вокруг, что захотелось все перенести на лист бумаги. Да вот беда, не было у ниточки друга-карандаша и подруги-кисточки. Тогда она решилась и окунулась в яркую краску сама. Прыгнула ниточка на бумагу, и тут же на ней показались солнышко, травка и задорные тучки!»

Существуют разные техники получения рисунков с помощью ниток:

Рисование нитками.

Суть метода заключается в использовании нити вместо кисточки.

Она пропитывается краской, но рисунок не выводится, а получается несколько иным путем:

Шерстяную нитку окунают в емкость с краской.

Когда нить наберет цвет, ее помещают меж двух листов бумаги. Картинки будут интереснее, если уложить веревку зигзагом.

Дальше, слегка придавив бумагу, нить вытягивают наружу. Она оставляет замысловатый след, который можно дополнить или вырезать и использовать в качестве аппликации.

Для получения разноцветного отпечатка краска выливается в емкость (плоскую и длинную, например, мыльницу) полосами разных цветов. Нитка пропитывается красным, синим, желтым, зеленым одновременно.

Рисование штампами.

Применение ниток в нетрадиционных техниках рисования достаточно обширное. Еще один способ получить изображение – окунуть штампик из ниток в краску и приложить к листу бумаги.

Для занятия понадобится:

основа для штампа – деревянный или пенопластовый брусок, квадрат из пластилина, плотный картон;

шерстяные нитки (толстая пряжа);

клей ПВА;

кисточка и краски.

На основу наносится ПВА клей согласно задуманному узору (звезда, спираль, фигурка животного). По намеченной линии аккуратно выкладывается нить. Как только штампик просохнет, нить пропитывается краской.

Можно обойтись и без клея, просто намотав веревки на брус, или делать отпечатки сразу пропитанным в краске клубком. Чтоб получить оттиск, печать прикладывается к листу бумаги.

Аппликации из ниток.

Еще один вид ниткографии – ниточная аппликация.

Чтобы получилась картинка, нитки разных цветов приклеиваются на плотную бумагу. Техника:

Распечатать схему или нарисовать контур рисунка простым карандашом.

Нанести кисточкой клей ПВА по линиям.

Приклеить нитку нужного цвета. Излишек аккуратно обрезать ножницами.

Когда контур готов, следует заполнить цветными нитками сердцевину. Для этого на бумагу снова наносится клей.

В серединке нитка выкладывается по периметру от краев к центру.

Вместо выкладывания узора из нитей можно разрезать ее на мелкие кусочки и высыпать сверху на клей.



Техника «Автопортрет»

Для работы нам понадобится:

шерстяные, акриловые или обычные нитки (примерно 40-60 см.);

гуашь;

листы плотной бумаги (акварельные листы);

кисти, краски, мелки и др. средства художественного изображения;

ножницы или канцелярский нож; перчатки.

Ход работы:

Лист плотной бумаги складываем пополам, как открытку.

Выбираем три основных цвета, которые будут составлять основу нашего рисунка.

Берём шерстяную нитку, окунаем её в краску, оставляя чистый хвостик.

Выкладываем на правой половине листа бумаги в произвольной форме (нити можно выкладывать все вместе, а можно каждую нить выкладывать поочередно).

Складываем наш лист и прижимаем, вытягиваем нитку за хвостик.

Открываем нашу открытку, дорисовываем узоры, которые оставила нитка, придумывая образы.

Закрываем нашу открытку и вырисовываем на свободной белой стороне ту часть нашего внутреннего содержания, которую мы хотим и можем показать всем окружающим нас людям и вырезаем получившееся окошко.

Нетрадиционная техника рисования «Эбру» как средство коррекции эмоциональной сферы детей дошкольного возраста

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад «Сказка»
Емельянова Ирина Сергеевна*

Эбру (от персидского *ebri* — «облако») — это древняя техника живописи красками по воде с дальнейшим перенесением рисунка на твердую основу (бумагу, ткань или кожу).

Основная идея «Эбру» заключается в том, что краска распределяется на поверхности воды и затем переносится на бумагу или другие материалы. Дети могут использовать разные инструменты, такие как палочки, кисти или даже свои пальцы, чтобы создать уникальные и абстрактные формы.

Виды «Эбру»

- Баттал Эбру – разбрызгивание при помощи кисти краски на воду и переведение узора на бумагу.
- Эбру Шаль – повторение S-образных форм.
- Осветленное Эбру – заготовка для надписей.
- Эбру Гребенка – позволяет создать при помощи гребня орнамент из волн и других повторяющихся линий.
- Цветочный Эбру – изображение цветов.

Материалы и оборудование

1. Вода с загустителем Эбру.
2. Специальные краски Эбру.
3. Лоток для жидкости, кисти.

4. Шило, гребни для создания узоров.
5. Плотная бумага.

Основные психолого-педагогические задачи

1. Способствовать развитию мелкой моторики рук.
2. Развивать координацию движений.
3. Стимулировать внимание и концентрацию.
4. Развивать фантазию и творческое мышление.
5. Содействовать эмоциональному выражению.

Преимущества «Эбру»

- Возможность использования с детьми с ОВЗ
- Коррекция эмоциональной сферы
- Интерес и увлекательность
- Простота использования
- Раскрытие индивидуальности

Как «Эбру» влияет на эмоциональную сферу дошкольника?

1. Творческое самовыражение: Рисование по воде «эбру» дает ребенку возможность выразить свои эмоции и мысли через живопись.
2. Релаксация и умиротворение: Медитативный процесс рисования по воде «эбру» может помочь дошкольнику расслабиться, снять стресс и напряжение.
3. Развитие воображения и креативности: Рисование по воде «эбру» подразумевает свободу действий и неограниченные возможности.
4. Повышение самооценки и уверенности: Способность создавать красивые и уникальные работы по технике рисования по воде «эбру» может улучшить самооценку ребенка.
5. Усиление связи с окружающим миром: Рисование по воде «эбру» позволяет ребенку экспериментировать с различными цветами, формами и текстурами.

Авторская техника «Четыре сезона» (песочная терапия)

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Центр – детский сад № 218»
Гаража Олеся Викторовна*

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе,

открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному «Я», восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Преимущества песочной терапии

- Располагает ребенка с первых минут
- Эффективна для детей и взрослых
- Быстрое снятие стресса.

Авторская техника «Четыре сезона»

Цели: - Научить выражать свои чувства

- Гармонизировать психоэмоциональное состояние
- Развить познавательный интерес в области знаний о временах

года и видах деятельности в каждом периоде

Задачи: - развитие фантазии

- проявление творческой активности
- перенос эмоций на песок и их интерпретация

Преимущества: - расположение ребенка с первых минут

- высокая эффективность снятия стресса
- универсальное использование, как педагогом-

психологом для снятия психоэмоционального напряжения, так и в домашних условиях родителями в познавательных целях

Продолжительность: 15-20 минут

Инструменты техники: кисти разной толщины и жесткости, разноцветный кварцевый песок, «песочница», коктейльная трубочка, музыкальное сопровождение, пескоструи.

Данная техника может применяться как с детьми, так и с педагогами при проведении психологических тренингов для снятия психоэмоционального напряжения и стресса. Арт-техника «4 сезона» стимулирует у детей творческие и интеллектуальные способности, снимает эмоциональное напряжение в период адаптации в детском саду. А также поднимает настроение и оказывает дополнительную помощь при неврологических диагнозах.

Алгоритм действий:

1. Ведущий техники и участник располагаются возле «песочницы» друг напротив друга.
2. Ведущий предлагает участнику опустить руки на песок и рассказать об ощущениях. Проанализировав их, переходит к сезонам.
3. Ведущий включает негромкую фоновую музыку, без смысловой нагрузки.
4. Начинать лучше с осени. Чтобы закончить летом.

Например:

Осень. Дует ветер (через коктейльную трубочку, слегка дуем на руки участника). Начинается дождь. (с помощью тонкой кисточки делаем тычковые движения по рукам участника). Дождь усиливается (тонкая кисть сменяется на более широкую). Ветер усиливается (с помощью трубочки дуем более интенсивно).

Наступает зима. Падает снег (широкой кистью загребаем песок на руки участника). Мороз рисует узоры на окнах (тонкой кистью делаем круговые движения «узоров» по песку, покрывающему руки участника). Снегопад усиливается, образуя сугробы (полностью скрываем руки под песком с помощью широкой кисти).

Наступает весна. Теплые солнечные лучи растапливают снег (средней кистью начинаем плавно счищать песок с рук участника), бегут ручьи (используя пескоструй, сыпем песок на руки участника), дует легкий теплый ветерок (через коктейльную трубочку, слегка дуем на руки участника)

Наступает лето. Ласковое море (одной рукой, с помощью средней кисти загребаем песок на руки, другой рукой, более тонкой кистью смахиваем песок с рук), теплые лучики солнца (с помощью тонкого пескоструя насыпаем на руки песок движением «сверху-вниз»). Берем руки участника (к четвертому сезону, обычно участник уже отвлекается от напряжения и увлекается процессом) и проговариваем с улыбкой, стараясь смотреть на участника: «Настроение прекрасное, много сил, эмоций и идей!».

Заканчиваем.

Каждый сезон проходим без спешки и напора. Руки ведущего должны быть теплыми, для установления положительного телесного контакта.

	На педагогическом часу с коллегами и воспитателями	
Для обмена опытом в творческих группах	Практическая значимость	На индивидуальных коррекционно-развивающих занятиях
	Для детей разных возрастных групп	



**ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА
«АРТТЕРАПИЯ
В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА – 2»**

«Диагностические методики в арт-терапии»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 214»
Федоренко Марианна Викторовна*

Техника «Персональная цветовая карта»

Цель: получить возможность интерпретации цветов в работах ребенка.

Продолжительность: 30 мин.

Инструменты: лист А4, гуашь, кисти, ручка.

Ход работы:

1. Лист А4 делится на восемь квадратов. Каждый квадрат закрашивается своим цветом: серым, желтым, синим, коричневым, зеленым, красным, бордовым и черным.

2. О каждом цвете психолог задает вопрос: «Какие эмоции, ассоциации, чувства у вас возникают, когда вы смотрите на этот цвет?»

3. На каждый цвет должно быть хотя бы 2–3 эмоции, чувства, состояния. Если клиент не может назвать эмоцию, можно помочь, например спросить: «С каким цветом у вас ассоциируется обида, а с каким радость?» и т.д.

Выводы: если раньше Макс Люшер мог смело сказать, какая эмоция какому цвету соответствует, то у современного человека может быть все совсем наоборот. Поэтому следует очень осторожно подходить к трактовке цвета, особенно с детьми, потому что они растут в мире, полном искажения цветовых характеристик и привязок к чертам характера.

Технику стоит использовать в начале работы с клиентом. Далее все работы, где присутствует цвет, вы можете трактовать согласно персональному восприятию этого конкретного клиента, и не приписывать туда ничего.

Проективная методика «Барашек в бутылке»

Цель методики: психотерапевтическая, диагностическая, коммуникативная;

Материалы:

- 1) 2 листа бумаги А4
- 2) Простой карандаш

Инструкция испытуемому формулируется следующим образом: «Нарисуйте барашка в бутылке». После того, как будет выполнен рисунок, испытуемому предлагается на втором листе предлагается записать ответы на следующие вопросы:

- 1) Как чувствует себя барашек?
- 2) Как чувствует себя бутылка?
- 3) О чем мечтает барашек?
- 4) О чем мечтает бутылка?
- 5) Чего тревожит барашка?
- 6) Что может тревожить бутылку?

На рисование отводится 5-7 минут плюс 5-7 минут на ответы на вопросы.

Интерпретация результатов диагностики

Барашек – символизирует автора работы. Насколько ярко, четко, пушисто прорисован барашек, настолько легко, позитивно и благоприятно человек ощущает себя в родительской семье и наоборот. Наличие хорошо прорисованных рожек и ног – это знак упрямства, борьбы и отстаивания своего мнения, возможность наличия сопротивления ребенка по отношению к родителям. Рога и копыта часто встречаются в работах подростков, когда происходит процесс психологического и эмоционального отделения от родительской семьи. Если автор изображает барашка в негативном образе, это трактуется как непринятие себя.

Бутылка – символ родительской семьи. Очертания бутылки имеют свое значения. Мягкие, плавные, округлые формы бутылки – может трактоваться как близость автора работы к маме, и символизирует потребность в ее внимании и ее заботе, оценке. Более резкие, угловатые формы бутылки – в характере автора работы преобладают отцовское начало, отцовские черты характера.

Большое значение придается положению барашка в бутылке. Если барашек твердо стоит на ногах на дне бутылки это означает, что автор работы находится в семье, в которой испытывает стабильность, устойчивость. Бутылка в может быть изображена как в горизонтальном так и в вертикальном положении. Направленность барашка к горлышку бутылки, может трактоваться, как желание выйти из бутылки и отделиться от родительской семьи. Возможен вариант: когда барашек находится в положении противоположном – спиной к горлышку бутылки и лицом к доньшку, это трактуется, как не желание испытуемого покидать

родительскую семью, наличие, наличие опасений связанных с самостоятельностью.

Следует обратить особое внимание на горлышко, сопоставить с размерами барашка. Соответствуют ли размеры барашка величине горлышка бутылки? Сможет ли барашек при желании выйти из бутылки? Или может барашек крупнее горлышка? А может ему только кажется, что он может покинуть бутылку? И хочет ли вообще барашек выйти из бутылки?

Встречаются работы, в которых горлышко закрыто пробкой – это может трактоваться как проявление гиперопеки, автор работы ощущает себя под контролем со стороны родителей, все решения принимаются за него, и он явно не скоро будет готов к самостоятельности и отделению от родительской семьи. Когда внутреннее пространство бутылки украшается элементами интерьера, создается замкнутый уютный микроклимат, это свидетельствует о чрезмерной родительской опеке и о том, что автор работы воспринимает такую опеку положительно. Родители окружают всем необходимым и тем самым лишают ребенка права на принятие самостоятельных решений и возможности представления жизни за пределами семьи, это может быть причинами неуверенности в себе, социальной несмелости ребенка.

Когда бутылка надбита или разбита, это может трактоваться как наличие психологических травм, пережитых ребенком в родительской семье.

«Арттерапевтические приемы работы на снижение эмоционального напряжения и проживания гнева»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 214»
Федоренко Марианна Викторовна*

Техника «Фольговый массаж» (автор Е. Тарарина).

Цель: развитие мелкой моторики у детей, уменьшение напряжения, развитие эмоционального интеллекта, проработка злости

Задачи:

- Проработка и активизация внутренних мышц ладони у детей.
- Повышение уровня уверенности в себе.
- Физическое расслабление.
- Развитие эмоционального контакта.

Инвентарь: пищевая фольга (30x30).

Алгоритм работы

Основная часть

1. Возьмите кусочек фольги размером 30x30 см, скомкайте и комочек выкатайте в ладошках в форме «колобка» (шарика).
2. Шарик должен быть неплотный, но и не мягкий.

3. Прокатывайте шарик по ладонкам, захватывая в увлекательное путешествие вашего «колобка» каждый пальчик.
4. Прodelать это путешествие можно несколько раз на каждой ладонке.
5. Такой шарик хорош, если поверхность массажа не очень большая.
6. Для больших поверхностей используйте продолговатый цилиндр, который тоже скатывается из фольги.
7. Цилиндром можно массировать большие поверхности – рука, спина и т. д.

Выводы. В процессе массажа (если его делает кто-то из родителей) хорошо общаться с ребенком – предложите ему маленький рассказ-придумку о путешествии «колобка» или блестящего «паровозика» (цилиндр). Устанавливается эмоциональная связь с ребенком, происходит активизация глубоких мышц руки ребенка. Создаются условия для позитивного принятия ребенком себя, опыт социального взаимодействия.

Техника работы с фольгой (работа с агрессией, тревожностью, ленью)
(автор Е. Тарарина).

Цель: актуализация, осознание и выражение чувства агрессии, тревожности, лени.

Задачи:

- ✓ учиться слушать и слышать внутреннее «Я»;
- ✓ проработать мысли и чувства, которые клиент привык подавлять;
- ✓ дать выход негативным чувствам, состояниям;
- ✓ трансформировать негативное состояние в позитивное.

Инвентарь: кусок фольги, белый лист бумаги А-4.

Время работы: 8-10 минут.

Возрастные рамки применения: клиенты от 10 лет и старше.

Алгоритм работы

Вступление. Участникам группы предлагается взять фольгу, чтобы ознакомиться с материалом. Затем подумать над состояниями агрессии, тревоги или лени.

Основная часть Инструкция к действию:

1. Участникам группы предлагается при помощи куска фольги представить и выразить свое состояние (чувство) агрессии, тревожности или лени (на выбор). Затем получившийся объект нужно расположить на листе А-4. Рекомендуется фиксировать ощущения и переживания, которые, возможно, возникнут в процессе работы.
2. Далее каждому участнику предлагается взять небольшие листы бумаги, ручку и внимательно рассмотреть созданные работы. То, как они «отзовутся», какие ассоциации будут вызывать, записать на отдельном листе и оставить рядом с работой.
3. Затем каждый может посмотреть, что ему написали. Следует выбрать 3 листа с надписями, которые меньше всего ассоциируются с выбранным чувством, состоянием. Зачастую это именно тот аспект, который еще не

осознается и не позволяет клиенту взглянуть на чувства агрессии, тревоги и лени по-новому.

4. Клиентам предлагается ответить на вопросы:

– С каким чувством вы работали?

– Какой отклик у вас нашла работа?

– Как часто вы ведете себя в таких состояниях (агрессии, тревожности, лени) так, как описано в листах, которые заполняли другие участники?

– Какие 3 листа вы выделили? О чем это вам говорит?

Выводы. У каждого человека есть чувства, эмоции, переживания, которые не дают ему спокойно жить, от которых он хотел бы избавиться. Данная техника дает возможность отреагировать на травмирующее состояние, трансформировать его в позитивное – то, которое подтолкнет к новым мыслям, а возможно, и действиям.

Техника «Каракули»

Арт-терапевтическая методика "Каракули" была разработана и впервые описана британским педиатром и детским психоаналитиком Дональдом Винникотом. Существует множество вариантов методики - как для диагностики, так и для терапии клиентов. В настоящее время данная техника используется не только при работе с детьми, но и со взрослыми.

Для выполнения техники вам понадобятся три листа бумаги и ручка, а лучше цветные карандаши - как вам хочется.

Желательно выполнять технику не ведущей рукой (левой, если вы правша и правой, если вы левша).

Шаг 1

На первом листе бумаге быстро-быстро рисуйте каракули. В течение 5 секунд свободно и быстро водите ручкой по бумаге, не задумываясь о том, что должно получиться.

Отложите лист в сторону.

Проделайте то же самое на двух других листах бумаги.

Если вы выбрали цветные карандаши, постарайтесь каждую каракулю сделать отличным от предыдущего цвета.

Шаг 2

Вернитесь к первой каракуле и внимательно всмотритесь в неё.

Постарайтесь найти какой-то образ в получившемся изображении. Это может быть что угодно - предмет, животное, растение, образ человека...

Как только образ будет найден - обведите его поярче, можете даже раскрасить так, чтобы он был узнаваем.

То же самое проделайте с другими двумя рисунками.

Шаг 3

Вернитесь к первому рисунку. Дайте определение тому образу, который у вас получился. Например: мяч, котёнок, девушка...

А ещё найдите 2-3 ассоциации к этому образу. Что ассоциируется у вас с тем предметом, животным, растением, человеком и т.п., который получился из вашей каракули?

Ассоциации также запишите.

Проделайте то же самое с двумя другими рисунками.

Шаг 4

Итак, у вас получилось 9-12 слов.

Теперь напишите рассказ, задействуя абсолютно все эти слова.

Не торопите себя, разрешите поразмышлять, пофантазировать.

Ни в коем случае не ругайте себя, если рассказ получается нескладным, нелогичным, ведь это не роман на конкурс писателей, важно писать именно так, как хочется вам.

Помимо того, что данная техника прекрасно развивает воображение и творческое мышление, она ещё и выявляет психологическое состояние того, кто её выполняет. Ведь рассказ может получиться как трогательным, милым, весёлым, так и страшным, ужасным, грустным.

Благоприятным считается, если рассказ закончился на позитивной ноте.

«Методика трехэтапного построения конструктивного клиентского запроса: метафорические карты в работе с родителями и педагогами»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 214»
Федоренко Марианна Викторовна*

Предлагаемая методика состоит в трехэтапном построении конструктивного клиентского запроса с помощью МАК (используются универсальные колоды ОН, СОРЕ, Tan Doo, портретные – Persona и Personita, и ресурсные).

1. На первом этапе – этапе неудовлетворенности – клиенту предлагается выбрать из портретной колоды МАК карту, отзывающуюся на состояние себя сегодняшнего, испытывающего проблемы, трудности. Для него важно просто ощутить неопределённое беспокойство, вычленить его в потоке ощущений. Далее из универсальной колоды клиенту предлагается отобрать карты, символизирующие нежелательные, тревожащие ситуации, связанные с обращением к психологу, и разместить их справа от портретной карты. Здесь уместны вопросы психолога «Что Вы чувствуете? Почему так происходит?» Продуктивный итог этапа – признание клиентом неудовлетворенности, неопределенного (возможно) беспокойства и определение с помощью психолога области этого беспокойства.

2. На следующем этапе – этапе вычленения проблемы – психолог проговаривает с клиентом каждую актуализированную им ситуацию, задает

наводящие на размышление вопросы, при помощи которых помогает структурировать информацию и вычленить собственно проблему клиента.

Здесь возможны вопросы:

- ✓ «Почему так происходит?
- ✓ Что Вам мешает?
- ✓ Что будет, когда Вы преодолеете эти препятствия?
- ✓ Какие Ваши качества, ресурсы могли бы Вам помочь в преодолении?»

На практике в процессе обсуждения происходит замена клиентом некоторых карт, часто убираются карты, ставшие по мере проработке неактуальными – происходит понимание сути проблемы и следствий, с ней связанных. Приходит новое виденье проблемы клиентом, понимание того, что именно его не устраивает в жизни. Продуктивный итог этапа – ощущение клиентом облегчения от вычленения истинной проблемы.

3. На третьем этапе клиент выбирает карту «себя довольного», уже решившего проблему, справившегося с трудностью, и выкладывает ее справа от «проблемных» карт. Далее из универсальных колод клиенту предлагается выбрать образы положительных решений тревожащих его ситуаций и выложить их под «проблемными» картами. Фактически клиенту дается возможность «перекрыть» нежелательные ситуации «желаемыми» картинками будущего. Психолог проговаривает с клиентом желаемый выход из каждой ситуации, путем постановки вопросов помогает структурировать опыт, сформулировать задачи работы и зафиксировать желаемые образы результата. Продуктивный итог этапа – клиент увидел свою настоящую проблему и задумался о том, чего он хочет на самом деле, что станет решением этой самой проблемы.

4. В заключение из ресурсной колоды клиент вытаскивает карту-ресурс, отвечающую на вопрос «Какие мои навыки и способности помогут мне в выполнении данной задачи?» и интерпретирует ее.

Таким образом, проведя клиента через три этапа формирования ККЗ при помощи МАК, психолог помогает ему трансформировать проблему в конкретную задачу и получить инструменты для ее решения.

Благодаря методике формирования конструктивного клиентского запроса при помощи метафорических ассоциативных карт (МАК) клиент визуализирует свои тревоги и смутные ожидания, а ответы на вопросы психолога-консультанта стимулируют к пониманию своих реальных проблем. В результате клиент получает возможность переструктурирования своей психологической проблемы в конструктивный клиентский запрос, что, в свою очередь позволяет сформулировать для него конкретную задачу, решение которой будет зависеть уже только от него самого.

«Личные границы в работе с арттерапией»

Подготовили педагоги-психологи
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 184»
Клевакова Екатерина Викторовна,
Минаева Надежда Юрьевна

Упражнение «Визуализация границы»

Сидя в кресле, сделайте несколько глубоких вдохов и закройте глаза. Устройтесь поудобнее. Следите за дыханием в течение всего упражнения.

Представьте огромное поле в чудесный солнечный день. Небо голубое, щебечут птицы, под ногами стелются сочные травы. Осмотритесь вокруг и определите, в какой части поля вы находитесь.

Шаг первый. Я, я и только я.

Теперь представьте, что вокруг вас появилась граница. Как она выглядит? Из чего сделана? Какой ширины? А высоты? Она везде одинаковая? В ней есть двери или окна? Как вы ощущаете себя внутри?

Шаг второй. Я и окружающие.

Теперь представьте на поле сначала свою семью, потом друзей, коллег и, наконец, всех, кого знаете: кого-то ближе, а кого-то дальше от вас. Граница остается на месте, но одни люди внутри, а другие снаружи.

Задумайтесь, что чувствуете внутри? Кто рядом с вами и кто далеко?

Откройте глаза.

Шаг третий. Я и граница.

Запишите (или нарисуйте) в дневнике ответы на вопросы.

Как выглядела граница? Опишите ее. Что вы чувствовали внутри нее? Безопасность, заточение или одиночество? Изменились ли ощущения с появлением границы? Что вы почувствовали, когда в поле появились другие люди? Что думаете о границе? Она дает ощущение покоя? Удобно ли через нее контактировать с другими людьми или нет?

Удивились своим ответам? Граница по-прежнему кажется хорошей? Если нет, опишите идеальный вариант. Например, если сначала в воображении возник забор с колючей проволокой, попробуйте заменить его на живую изгородь.

Упражнение «Ваши личные границы»

Для этого упражнения понадобится помощник — знакомый или коллега, то есть не очень близкий человек. Конечно, все предпочли бы кого-то хорошо знакомого. Но в близких отношениях границы известны, а мы хотим, чтобы вы нашли новую границу.

Встаньте лицом друг к другу на комфортном расстоянии, плюс-минус 1,2 метра. Вы остаетесь на своем месте. Отметьте это.

Попросите помощника постепенно приближаться, пусть делает по одному шагу с интервалом тридцать секунд.

За это время вам надо оценить свои ощущения.

Обратите внимание, в какой момент возникнет легкий дискомфорт. Когда появятся тревога и мурашки? Когда захочется крикнуть «стой», потому что границы нарушены? Попросите помощника отступить.

Что же происходит в это время?

Тело подсознательно отмечает неприемлемо короткую дистанцию с другим человеком. Это ваша физическая граница. Читая книгу, анализируйте, кто заступает за нее, а кто стоит слишком далеко.

Заведите личный дневник обучения для записи результатов упражнений и комментариев.

Обращайте внимание на межличностные отношения и на свою роль в них, и тогда вы поймете, где и как обозначить границы. Пусть это упражнение станет вашим первым шагом.

Уверенность в правильности своих решений меняет поведение в лучшую сторону, потому что вы учитесь отвечать за себя и заботиться о себе. Границы дарят свободу. Это настоящее счастье.

Упражнение «Серия рисунков»

Выполняются сразу 3-4 работы. Последовательность выбора выбирает сам автор. Один из рисунков выполняется на мокрой бумаге (ее нужно перед рисованием смочить чистой водой с помощью губки или кисти). Вторым рисунком создается на мятой бумаге (предварительно сминаем лист в плотный комочек и расправляем).

Третий рисунок создается на сложенной в несколько раз и после этого расправленной бумаге (сгибы образуют клеточки). Четвертая работа создается из разорванного и склеенного листа (можно его вклеить на другой чистый лист бумаги), можно разукрасить, сделать любую форму и объем. При создании работы отпускаем все мысли, прислушиваемся к чувствам и ощущениям. Отталкиваться нужно от фона-задания – на этом фоне изображаем своё состояние. Не анализируем и не критикуем свои рисунки, позволяем себе делать всё, что хочется. Анализировать будем только после завершения всей серии работ.

Диагностическая интерпретация:

Рисунок по-мокрому актуализирует чувства, связанные с отношением человека к самому себе, своему телу, своей сексуальности. Также он отражает способность человека расслабляться и «плыть по течению», не контролируя, принимать жизнь такой, как она есть. Предпочтение этого рисунка говорит о связи со своим ресурсом, о возможности восстанавливаться, расслабляться.

Рисунок на мятой бумаге актуализирует тему взаимоотношений с близкими (семьей, друзьями), тему роста и преодоления конфликта. Тактики работы передают привычные тактики взаимодействия в конфликте:

отрицание, борьба, избегание или сотрудничество. Терапевтическим преобразованием является взаимодействие с фоном, учёт изгибов, дополнение фона рисунком, принятие неровности.

Рисунок на «клетчатой» бумаге актуализирует взаимодействие человека с системой, с социумом. Здесь отражено отношение к карьерному росту, социальному развитию, нахождению своего призвания. Терапевтично в этом случае участие в структуре, преобразование её по своему желанию, учёт и принятие.

Работа из рваной бумаги отражает способность человека восстанавливаться, переживать кризисные периоды, интегрироваться, изменяться. Диагностируется наличие кризисного этапа и ресурс, помогающий его преодолеть.

Ресурсность рисунка (его привлекательность для автора, энергетичность) говорит о проработанности данной сферы. В процессе рисования и трансформации мы также можем прийти к принятию и гармонизации. К тому же очень важно выразить чувства, связанные с работой, какими бы они ни были.

«Работа с родителями и педагогами с помощью средств арттерапии»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 111»
Архипова Елена Сергеевна*

Методика «Приобретение» (автор М.Архипова, модификация Е.Тарариной)

Цель: проработка чувства зависти; поиск ресурсов самосовершенствования.

Задачи:

- сплочение коллектива;
- развитие способности выделять положительные и отрицательные качества собственной личности;
- развитие коммуникативных навыков.

Инвентарь: цветные карандаши, краски, фломастеры, 2 белых листа бумаги (А-4).

Время работы: 25–30 минут.

Алгоритм работы

Вступление. Каждому клиенту предлагается вспомнить ближайшую ситуацию, в которой он кому-либо завидовал или прочувствовал на себе ярко выраженную зависть со стороны другого человека. Необходимо вспомнить ситуацию и выделить те составляющие, которые вызывали зависть,

например: материальное положение, внешняя красота, успешность в делах и т. д.

Основная часть

Инструкция к действию:

1. На одном листе А-4 вам необходимо символично изобразить предмет зависти (то, чему вы завидовали, либо то, что у других вызывало чувство зависти к вам). Важно, чтобы участники изображали именно символично, а не конкретно.

2. На втором листе А-4 необходимо символично изобразить качество, которого вам не хватает для того, чтобы получить предмет вашей зависти, либо то качество, которым вы бы могли поделиться, чтобы другие люди получили блага, которые есть у вас и которым они завидуют.

Например, клиент испытывает чувство зависти к человеку с красивой стройной фигурой (изображение на 1-м листе), а для того, чтобы усовершенствовать свое тело, ему не хватает силы воли (изображение на 2-м листе).

3. Далее предлагается посмотреть на свой первый рисунок и на других участников и выбрать из них человека, у которого, с вашей точки зрения, есть то, что вы изобразили, например, – выбрать наиболее стройного человека в группе и подарить ему свой рисунок, объяснив, что на нём изображено.

4. Затем необходимо, посмотрев на свой второй рисунок, выбрать человека в группе, которому, по вашему мнению, не хватает именно этого ресурса, который вы изобразили, и подарить ему ваш ресурс.

5. Рефлексия.

Выводы. Основа чувства зависти – прежде всего гордыня и ощущение несправедливости, а также желание потреблять, получать, поэтому важно научить клиентов способности отдавать, ничего не требуя взамен.

«Имя собственное – начальное звено самосознания»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Центр – детский сад № 233»
Головки Зоя Владимировна*

Структура самосознания личности согласно концепции Валерии Сергеевны Мухиной (советский и российский психолог, педагог и философ) включает 5 основных структурных звеньев самосознания личности, которые, с одной стороны, являются неотъемлемой частью человека, с другой стороны, через них проходит развитие человека как личности: это имя человека, его притязание на признание, идентификация со своим полом, психологическое

время личности и социально-нормативное пространство личности (сфера прав и обязанностей).

И как же формируются эти звенья самосознания у детей? И какую роль в целом играют в нашей жизни эти названные звенья?

Имя – начальное звено самосознания.

Много традиций у любой народности, у любого этноса связано с имянаречением! Кто-то придерживается религиозных канонов в выборе имени, кто-то называет детей в честь дорогих и уважаемых родственников, кто-то долго изучает многообразные значения имен, вариантов много, но для всех без исключения ***выбор имени ребенку, приходящему в этот мир, - очень значимая задача.***

Имя – это личный и одновременно социальный знак человека, который дают ему при рождении, это первый шаг к внутренней личной уникальности каждого человека, это то, с чего презентует человек себя в этот мир, это точка отсчета достижений человека в мире.

- Имя настолько значимо в человеческих отношениях, что слово «имя» означает не только самого человека, но и его место среди людей;

- Имя означает принадлежность к нации, конфессии, роду, семье. Имя дается в честь кого-то, во имя кого-то, ради кого-то;

- «Сделать себе имя» - добиться социального признания, известности;

- «Делать себе имя» - добиваться личностного роста, развивать себя духовно.

Психологически имя является тем катализатором, который содействует накоплению положительных эмоций, обращенных к человеку с первых дней его появления на свет, формированию базового доверия к людям и ценностного отношения к самому себе.

И имя неразрывно связано с нашей телесной оболочкой, самим телом человека и его внутренней духовной сущностью: мама называет дитя по имени ласково, с безграничной любовью и нежностью в голосе, и именно так ребенок и начинает ощущать себя в этом мире. Часто наше полное имя с резкими интонациями заставляет нас вздрогнуть, потому что мы есть имя, а имя есть мы сами. Или мы позволяем дорогим нам близким людям называть нас ласково в уменьшительной форме, но не потерпим такого панибратского отношения со стороны малознакомого человека.

Поэтому так важно привить ребенку любовь и уважение к своему имени, а также полюбить свое имя самому и трепетно относиться к своему имени на протяжении всей жизни.

Почему именно про всю жизнь идет речь? Давайте посмотрим хронологически. Малыша мы называем уменьшительно-ласкательным именем, и такая форма обращения на всю жизнь становится самой душевной, приносящей осознание близости с рядом находящимся человеком и взаимной любви. Благодаря имени и выделению местоимения «Я» малыш начинает понимать, что он, все же, не продолжение мамы, а отдельный человек, и это его огромный шаг к собственной индивидуальности и уникальности.

Позже малыш узнает, что у родителей тоже есть имена, а у него самого есть еще отчество и фамилия, и каким же пока еще неосознанным уважением к самому себе наполняется этот маленький большой человек.

В детском саду и в школе взрослые все чаще обращаются к ребенку по фамилии, и он уже начинает дифференцировать для себя по этому признаку близкий и дальний круг знакомств. Затем сами дети начинают придумывать друг для друга прозвища, которые могут быть уничижительными или, наоборот, утверждающими сильный характер подростка, его волю, лидерские качества или интересные и уважаемые в своей среде особенности. Задача взрослых в этот период максимально сгладить негативные эпизоды с неприятными или обидными прозвищами, учить детей взаимоподдержке, подчеркивать, что каждый уникален, интересен и заслуживает уважения.

Уже к сознательному возрасту человек формирует свое внутреннее отношение к своему имени через собственное самоотношение к себе самому, и уже отсюда следует, что если у человека есть стремление изменить свое имя, то ему стоит сначала разобраться в себе. И такого рода проблемы для человека на самом деле очень глубинны и болезненны. И всю нашу жизнь, от мала до велика, мы явно или неявно желаем прославить себя в своём имени, но это уже вопрос притязания на признание.

Загадка:

Что принадлежит тебе, а ты им пользуешься реже, чем другие?

(Твоё имя)

Упражнение (техника) «Цветок»:

Нарисуй цветок, похожий на ромашку (герберу), в центре цветка впиши своё имя. На лепестках напиши, как называют тебя другие люди (родные, друзья, знакомые).

Вопросы:

Какие из этих имён нравится тебе больше всего? Кто тебя так называет? Что оно значит для тебя? Что ты чувствуешь?



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»

«Картина на песке – изображение душевного состояния...
Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице,
конфликт переносится из внутреннего мира
во внешний и делается зримым».
Дора Калф

На современном этапе отмечается рост интереса специалистов: психологов, педагогов, логопедов, педагогов дополнительного образования к специальной организации занятий с детьми с использованием метода песочной терапии, как разновидности арттерапии. Данный выбор не случаен, т.к. игры с песком в дошкольном детстве служат развитию самопознания ребенка, запуску процессов его спонтанной «самотерапии».

Песочная терапия – это оптимальная среда для общения ребенка с самим собой и символическими изображениями реального мира, это метод постижения собственного «Я» и эффективный способ избавления от негативных эмоций, включая страхи.

Главная идея песочной терапии – игра с песком, дающая возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения на плоскость песочницы своих фантазий. Это самый органичный для ребёнка способ выразить свои переживания. Ребёнок играет в то, что у него «болит». Отыгрывая свои эмоции, он каждый раз сам себя лечит.

Главная задача песочной терапии – соприкосновение с вытесненным и подавленным материалом личного бессознательного, его включение в сознание. Занятия песочной терапией проводятся для обеспечения гармонизации психоэмоционального состояния ребенка, а также они положительно влияют на развитие мелкой моторики, сенсорики, речи, мышления, интеллекта, воображения. Детям часто трудно выразить правильно свои эмоции и чувства, а, занимаясь песочной терапией, ребенок может, сам того не замечая, рассказать о волнующих его проблемах и снять психоэмоциональное напряжение. На занятиях песочной терапией ребенок придерживается определенной программы занятий, которую специалист

разрабатывает индивидуально для каждого ребенка. Песочная терапия помогает детям преодолеть кризисы переходных периодов, небольшие затруднения с речью, повышенный уровень агрессии, низкую самооценку и другие проблемы. Песочная терапия является для детей естественной игрой, которая не вызывает у них настороженность и чувство страха. Результатом занятий является освобождение от всего, что беспокоит и волнует. И, самое главное, что это освобождение происходит на подсознательном уровне, без применения психологического воздействия и медицинских препаратов. Занятия песочной терапией подталкивают ребенка к освобождению от внутренних проблем, развивают самооценку ребенка и помогают ему самоутвердиться в обществе. Песочная терапия не ставит цель переделать ребенка, а позволяет через игру научиться быть самим собой.

Таким образом, песочная терапия:

- Открывает творческий потенциал ребенка, вызывает желание экспериментировать, стимулирует познавательную активность.
- «Вскрывает» глубинные чувства, помогает пережить травмирующий опыт в безопасности, встретиться со страхами повторно и справиться с ними. Например, мама чрезмерно опекает дочку, не дает ей свободы. Ребенок не проговаривает своих желаний. Но в песочнице свою фигурку помещает в клетку, ограждая ее забором со всех сторон, или в ямку. Это ее чувства в данный момент.
- Развивает тактильную чувствительность, внимание, память, мышление, речь и моторику.
- Обучает навыкам общения и сюжетно-ролевой игры.
- «Заземляет» негативную энергию, снимает напряжение, тревогу, способствует релаксации.
- Ребенок получает первый опыт в игре, который он потом переносит в свою реальную жизнь.

Песочный мир подчиняется воле и желаниям ребенка, снимаются родительские запреты

*Руководитель творческой группы
педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 3»
Манучарян Наира Саркисовна*



«Упражнение «Персона»»

Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 3»
Манучарян Наира Саркисовна

- Уважаемые коллеги! На столе лежат фигурки. Каждому участнику необходимо выбрать фигурки для других участников по ассоциации (время для выбора: 3-5 минут).

Затем предлагается по кругу каждому участнику вручить остальным участникам группы выбранные фигурки, при этом объяснить, почему именно эту фигурку для него выбрал.

Анализ каждым участником группы своей полученной коллекции:

- Нравится – не нравится выбранная фигурка для Вас?
- Соответствует ли Вашему внутреннему восприятию себя?
- Однобокая или разноплановая персона, хорошо это или плохо для Вас
- Есть какие-то фигурки, символы, которые особо не нравятся? (Это Тень, которая просвечивает через Персону)
- Совпадает ли Ваше видение себя с видением Вас другими людьми?

Участники обмениваются своими впечатлениями.

Обобщаем понятие Персоны.

ПЕРСОНА – «маска, личина, личность», то, что мы готовы транслировать для социума. Она может быть отстроена или не отстроена (не проработана). Если персона не отстроена, она в бессознательном, не проявляется.

Персона, согласно К. Г. Юнгу, социальная роль, которую индивид играет в соответствии с требованиями со стороны окружающих, «маска коллективной психики», публичное лицо человека.

Каждый человек обладает не одной, а целой системой масок, формируемых архетипом Персоны, необходимых для исполнения всех выполняемых им социальных ролей: семейных, профессиональных, политических и т. д.

Функции Персоны:

1. Взаимодействие с социумом (проявление себя); придание человеку облика, в котором ему наиболее комфортно, безопасно, легче взаимодействовать с окружающими;
2. Защита личного содержания от вторжения внешнего мира;
3. Воплощение разных социальных ролей, адаптация к их исполнению в социуме.

Персона всегда взаимодействует с Тенью. При встрече с социумом, формируется через отца, с 1 года. С мамой может быть слияние, поэтому, будет длительнее формироваться. Чем больше встреч с социумом, тем быстрее формируется Персона.

Юнг считал, что Персона формируется под влиянием как самой личности, так и других факторов:

1. Ожидания родителей, окружения;
2. Идентификация («Я как папа», «Я как мама»...);
3. Амбиции и стремления самой личности;
4. Запреты (мнения родителей, близких друзей, семейные мифы и истории...)
5. Культурные нормы и правила.

«Песочная терапия как средство погружения в мир детских переживаний» (из опыта работы с ребёнком)

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 230»
Поголяева Ольга Николаевна*

Запрос от мамы: *девочка 5 лет, повышенная тревожность – девочка стала часто просыпаться ночью и не спать до утра. Ситуация – развод между родителями.*

Сессия № 1. Песочная картина 1 «Радость».

Использованные фигурки:

Сова – Защитник, сохраняет дом

Единорог – любимый друг

Бабочка – хранительница огня, желает добра и не пускает зло.

2 фигурки закопаны на половину, одна полностью в песке.

Вверху живет Семья Единорогов.

В 1 доме «Дом» – живет единорог папа.

Во 2 доме «Солнышко» – живет единорог мама.

В 3 доме «Сердце» – живет единорог брат и сама Девочка, однако Девочка – человек.

Выводы по картине 1.

Мысли девочки: Отец в линии прошлого, в настоящем Мама, брат и сама девочка.

Эмоции: не ясны

Действия: в настоящем девочка переживает глубокую травму, связанную с распадом семьи, это указывает и на закопанные в эту травму символы.

В верхней духовной части, девочка видит семью в радости, но живущей по отдельности.

В нижней земной части, девочка испытывает глубокие переживания и выстраивает защиту, о чем указывают закопанные фигурки.



Отсутствуют человеческие фигуры, что может интерпретироваться, как закрытость.

Сессия № 2. Песочная картина 2 «Любовь»

Фигурки: Замок – дом единорогов

Единорог – волшебник (делает волшебство из льда, чтобы прятаться от злодеев).

Единорога обижает Кощей Бессмертный.

Все фигурки часто закапывает.

Сначала девочка нарисовала солнце и облака и поставила рядом замок. Первую фигурку взяла единорога.



Внизу она собрала горку песка и украсила листьями и кристаллами «для красоты».

Затем девочка взяла 3 цветочка, сказав, что это тарелки и расставила их в центре. На вопрос чьи «тарелки?» был ответ, что одна тарелка единорога, вторая его хозяйке (мама), третья принцу единорогу (брат).

Отсутствуют человеческие фигуры, что может интерпретироваться, как закрытость.

В конце девочка нарисовала на песке сердце и дала название 2 песочной картине «Любовь».

Выводы по Картине 2:

В мыслях и эмоциях Девочка отсоединила отца от семьи, поскольку он не фигурирует в картине. В действиях Девочка по-прежнему переживает глубокую травму, однако горка песка в этот раз не имеет такой возвышенности и была украшена, что указывает на момент проработки этой травмы.

В верхней духовной части, девочка расположила замок, что означает некую защиту. В нижней земной части, девочка испытывает глубокие переживания.

Сессия № 3. Песочная картина 3 «Алиса» (потому что ледяная)

Фигурки:

Золушка – у девочки злая мачеха, а добрая мама умерла.

Единорог – друг золушки.

Начала девочка, сгребая песок в горку внизу по центру. Затем взяла 2 фигурки. Золушка была закопана сразу полностью от врагов – динозавров. Динозавры вымрут позже, поэтому девочку пока надо прятать. Единорога закопала наполовину. Затем раскопала фигурки и начала их кормить. После Золушка долго ходила по песку, затем



начала убирать мусор (песок собранный внизу). В конце девочка сделала след от ладони по центру, сказала, что для красоты.

Выводы по Картине 3:

По картине отчетливо видно, что травму Девочка прогнозирует и в будущем. Однако появилась человеческая фигурка, что является хорошим знаком, Девочка готова к проработке травмы. Выкопанные впоследствии игры фигурки, так же свидетельствуют о наступлении некоего спокойствия.

В эмоциях и мыслях девочка более спокойна и готова к новым построениям.

В верхней духовной части, композиция пустая, только ладонь «для красоты».

В нижней земной части, девочка испытывает глубокие переживания.

Сессия № 4. Песочная картина 4 «Барби»

Фигурки: Золушка – хозяйка
единорогов

Единорог – 2 шт.

Этой ночью, она ночевала у папы.

Девочка сразу сгребла песок к себе в горку. Нарисовала песком в центре сердце, с волосами и глазами. Очень много времени уделяла глазам, чтобы они всё видели. После девочка закрыло песком всё сердце.



Затем она снова собрала песок в горку внизу в центре. Взяла 2 фигурки – золушку и единорога, сначала их закопала, затем построила из песка дорогу ближе к центру, по которой единорог прошел и ушёл в левый нижний угол.

После Девочка взяла еще 2 фигурки – единорог и Кабан (бандит). Кабан убивает единорогов.

Было предложено подружить все фигурки, девочка с радостью это сделала и играла дальше.

Выводы по Картине 4:

Хочется сразу отметить, что гора песка на этот раз была меньше, песок больше использовался в центре поля. Увод единорога в левый нижний угол, как обращение к внутреннему бессознательному миру, некий уход в себя.

После предложения помирить фигурки, все фигуры в игре переместились в центр и дружно сосуществовали, что свидетельствует о положительной коррекционной работе.

Выводы после проведённой коррекционной работы:

При отслеживании прогресса песочных картин очень ярко виден положительный результат и динамика проработки распада семьи.

Также со слов мамы – снизилась тревожность и нормализовался сон ребёнка. Девочка стала редко просыпаться ночью и появилась возможность её снова уложить спать. Планируется провести еще около 6 сессий.

«Работа с темой прощения: техника «Пять маяков»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 134»
Пономарёва Наталия Александровна*

Сегодня я хочу затронуть тему «Прощения» и работу с этим переживанием в контексте песочной терапии.

Почему так сложно прощать? Что происходит, когда нам делают больно? Психологически или физически. Естественная реакция – это злость. Мы злимся с целью защиты себя и своих границ. И когда нам удаётся вовремя отреагировать и защитить себя, то ситуация будет исчерпана и завершена в нашем внутреннем мире.

Но когда мы подавляем в себе злость, не выражаем её, она превращается в обиду. А мы в жертву... И тогда мы «капсулируем» эту ситуацию в своём внутреннем мире, чтобы однажды завершить её и выйти победителем. На самом деле непрощённая ситуация, создаёт очень много блоков в нашем теле. И самое главное не даёт нам делать правильные выборы. Мы смотрим на мир, сквозь призму этой обиды. Обида – это состояние жертвы. Когда мы обвиняем другого в своих проблемах, полностью избавляя себя, таким образом, от ответственности за эту ситуацию. Именно состояние жертвы приводит нас к непрощению. Обида и подавленная злость превращается в злобу, которую человек порой может носить в своей душе всю жизнь. А как известно, подавленные негативные эмоции создают болезни в нашем теле, так как являются блоками для свободного течения энергии.

Песочная терапия предполагает глубинную терапию с человеческими чувствами, даёт возможность проанализировать многие стратегии поведения, открывает доступ к зажатым состояниям. Сегодня я хочу познакомить вас с техникой «Пять маяков», автором которой является Елена Тарарина. Работа в песочнице помогает контейнировать сложные чувства и даёт возможность реконструировать свой травматический опыт.

Что означает контейнирование? Это создание некоего внешнего, искусственного контейнера, такого психологически безопасного пространства, куда взрослый может перенести свою проблемную ситуацию, чтобы взаимодействовать с ней и принять на себя ответственность за изменения в этой ситуации. Техника включает в себя несколько этапов.

Первый этап. Вы предлагаете взрослому (педагог, родитель) выбрать ситуацию, человека или тему, в которой ему уже давно пора кого-то простить. Это вполне может быть ситуация прощения самого себя. Пусть он вспомнит какую-нибудь ситуацию, которую долго носит на сердце. О ней никому постороннему не нужно будет рассказывать, только себе.

Второй этап. На чистой песочнице, на чистом бумажном пространстве, с манкой или с песком, взрослый создаёт песочную картину, которая будет называться «Моя жизнь до происшествия», «Моя жизнь до этого события». Можно использовать для создания песочной картины любые элементы.

Третий этап. Вносим в жизнь взрослого после того, как случилось это событие, это происшествие, его следы. Теперь важно руками, кисточкой, фольгой, чем угодно, отобразить, КАК именно это событие изменило жизнь его, «наследило» в ней. Создадим сейчас на его пространстве следы боли, несправедливости, с которой ему пришлось столкнуться, напряжение, возможные обиды.

Четвёртый этап. Называется «Стирание следов». Прошло время, и после нехорошей ситуации, после неприятного, перенесённого Вами, день за днём, год за годом, десятилетие за десятилетием, Ваше песочное пространство восстанавливалось. Пожалуйста, сделайте картину, которая будет отражать стирание следов неприятного, как будто следы вашей трагедии, вашей потери, вашей боли или вашей обиды стали затираться временем.

Пятый этап. И вот начинается период восстановления. Пожалуйста, попробуйте сейчас в вашей песочнице построить дорожку, путь к источнику ресурса. Проложить эту дорогу в Ваше внутреннее решение начать действовать. Восстановление, путь к источнику ресурса. Используйте камни, пуговицы, всё, что есть. Создайте этот путь. Действуйте сейчас из состояния «всё возможно!». Поверьте в то, что именно сейчас всё сложится наилучшим образом! И когда Вы выстроите путь, создайте какой-то знак, который будет обозначать «Старт», начало нового пути.

Шестой этап. И сейчас, пожалуйста, выберите для себя пять маяков, пять людей – это могут быть ваши родные, близкие, друзья, ваши учителя. Они будут теми маяками, которые будут светить Вам, чтобы шли Вы по освещённому пути и не вернулись в ту ситуацию, где была боль, обида и неприятности. Выберите фигуры, которые будут ассоциироваться у Вас с пятью людьми, и разместите их в Вашем песочном пространстве.

Седьмой этап. Завершается эта практика тем, что мы создаём в песочном пространстве своё намерение «быть счастливым». Здесь нам помогут метафорические карты. Задайте, пожалуйста, себе вопрос: что мне наилучшим образом поможет реализовать в жизни своё намерение «быть счастливой»? И вытяните карту. Чтобы там ни было изображено – это про ресурс. Создаём в своём песочном пространстве что-нибудь такое, что будет символизировать Ваше намерение «быть счастливым». Задаём вопрос : « Что наилучшим образом может продвинуть меня в этом намерении?»

В завершение можно сказать: если есть решение не переносить боль из прошлого в сегодняшний день, тогда в настоящем человек изменяет своё прошлое, и оно реконструируется. Надеюсь, что знакомство с данной техникой расширит ваши возможности и поможет в работе!

«Погружение в мир песка для ребенка группы компенсирующей направленности»

Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 105»
Ахтырцева Екатерина Николаевна

Песочная терапия является методом воздействия на психику и поведение ребенка посредством визуализации его внутреннего мира.

Для занятий в песочнице я выбрала двух детей с нарушениями речи.

Были поставлены задачи:

1. Способствовать мотивационной готовности детей воспринимать дидактическую задачу;
2. Формировать у детей психологическую базу речи (внимание, восприятие, память), когнитивные процессы;
3. Учить детей способам коммуникации в совместных играх и упражнениях в песочнице;
4. Развивать мелкую моторику рук;
5. Развивать фонематический слух и восприятие;
6. Обогащать и активизировать словарь родного языка;
7. Развивать связную речь.

Дополнительно на начальном этапе песочной игры выявились проблемы, с которыми будет вестись работа:

- психологические травмы;
- страхи, тики, навязчивости и др. расстройства;
- проблемы поведения (*агрессия и др.*);
- расстройства настроения;
- взаимоотношения родителей и детей;
- трудности в общении.

Были использованы индивидуальная и парная формы взаимодействия.

Наши первые 2-3 занятия первый ребенок начинал с утрамбовывания песка. Очень заметно было нежелание ребенка погружать руки в песок и всячески взаимодействовать с ним (пересыпание из ладони в ладонь, лепка куличей и т.д.)

Второй ребенок с постоянством брал одни и те же игрушки, не желая что-то менять. Также из песка сооружались горка с тоннелем, река и пингвины, стабильно из занятия в занятие. В беседе с воспитателем выявлено, что мама этого ребенка находится в больнице с младшим ребенком на длительном лечении.

Наши занятия были систематическими. Был замечен большой интерес детей к ним. Ребята с нетерпением ждали наших встреч.

Первые положительные результаты не заставили себя долго ждать: произошла подготовка песка к работе не утрамбовыванием, а созданием

мягкости, как выразился сам ребенок. Появилась тяга к рыхлению песка, перемещению его в разные места песочного стола. Второй ребенок подключил в работу новые предметы и значительно изменил картину от предыдущих занятий.

В результате использования песочной терапии наблюдались положительные изменения:

- значительно повысился общий эмоциональный фон;
- снизился уровень тревожности;
- быстрее происходит восстановление всех нарушенных навыков;
- повышается познавательная и игровая активность, уровень взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

«Коррекционная работа с агрессивными детьми посредством песочной терапии»

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 133»
Гладких Каринэ Гамлетовна*

Цель: снизить уровень агрессии, научить детей конструктивному сотрудничеству и совместной деятельности.

Песочница с подсветкой (но она не включалась, чтобы не усилить эмоции.)

Первая встреча



На первой встрече делю песочное пространство, и оба ребенка создают свою картину мира на своих границах. Дети четко рукой прочертили границу. (Представьте, что вы волшебники, заселите пустыню по своему желанию.). Учитываю комментарии детей.

Картина агрессии налицо, причем у второго ребенка в центре именно солдаты с оружием.

Даю возможность что-то поменять, убрать, добавить.

По комментариям детей прослеживается ситуация контроля.

Вторая встреча

На этом этапе предлагаю элементы обмена или присоединения.

Так как дети не согласились, ввожу героя - Фею, которая может подсказывать и помогать и вводит правило уступать друг другу. Здесь мы формируем следование правилам и выдержку как волевой компонент. Фея закапывает богатства (камушки). Дети обращают внимание на схожесть признаков.



Здесь элемент объединения и видение чего-то общего.

Третья встреча



Ввожу понятие общей опасности и создаю проблемную ситуацию. Фея предупреждает, что может напасть великан, и дети понимают, что необходимо объединиться. Солдаты договариваются о тактике. Великан пугается, но не проявляет агрессию и предлагает дружбу и защиту.

Работа в паре

Совместно украшают общий торт камушками.

Потом - каждый свой и на середине задания меняются местами и доделывают торт друг друга.

(умение делиться)

Релаксация, глаза закрыты, и в этот момент я прячу

скрепки в песке.

Фея сообщает, что некий великан подкидывает железные «мины». С помощью магнита друг у друга собирают «мины». Благодарят друг друга.

Четвёртая встреча

1. Упражнение в парах «Руки ругаются - руки мирятся».
2. Руки зарывают друг друга.
3. Работа с трафаретами.
4. Копирование друг друга рисунков на песке.



Предварительные (промежуточные) результаты:

на каких-то этапах остро переживают за своё и сопротивляются. Но, несмотря на это, у детей есть желание играть с песком, они стали сговорчивее, меньше провоцируют друг друга, появился интерес к партнерскому сотрудничеству.

Итог: дети научились навыкам совместного сотрудничества и применяют их даже за пределами детского сада.

«Коррекция энкопреза у детей старшего дошкольного возраста посредством песочной терапии»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 138»
Пришляк Татьяна Владимировна*

На сегодняшний день эта тема актуальна, так как дети с такими симптомами есть, но многие родители замалчивают проблему, думая, что

энкопрез со временем пройдет. Данное мнение ошибочно и основано на избегании ситуации.

Энкопрез – это неспособность человека к сознательному контролированию акта дефекации (недержание кала, каломазание).

К трем годам заканчивается первый этап созревания лобной коры головного мозга и у ребенка появляется контроль над естественными потребностями тела. До этого возраста все акты недержания каловых масс в основном обусловлены недостаточным уровнем сознательного контроля. Если же к 3 годам ребенок не научается справлять нужду в строго отведенных местах, то в этом случае необходимо обратиться за консультацией к педиатру, психиатру (детскому психологу), неврологу и хирургу для выявления причин нарушения и назначения соответствующего лечения. Важно не пускать проблему на самотек, а обратиться к специалистам, так как энкопрез может быть симптомом других серьезных заболеваний, коррекцию которых стоит начать как можно раньше.

Работая с двумя мальчиками подготовительной группы над развитием коммуникативных навыков, я заметила нездоровое отношение одного ребенка к унитазу, который он поставил в середину своего песочного поля и всех человечков опускал в него и громко смеялся.

После встречи сего мамой выяснилось, что у ребенка энкопрез (каломазание), не успевает добежать до унитаза и постоянно пачкает трусики, но эту тему на предыдущих встречах она замалчивала. Эта проблема была у него с момента приучения к горшку. На данный момент ребенку уже исполнилось семь лет, детский сад он посещал до обеда (по этой причине), часто пропускает по болезни или по семейным обстоятельствам.

Когда я начала индивидуальную работу с ним в песочнице, то в первых картинах постоянно присутствовали ванна и унитаз, в которые он засовывал фигурки человечков и засыпал песком, проговаривая, что это какашки, купаются в какашках. Говорил за человечка, что тот описался или обкакался от страха, при этом громко смеялся. Называл картины «Интересный мир, где все обкакались», «Унитазный мир». Я на его высмеивания спокойно реагировала, задавала уточняющие вопросы, сочувствовала, что так иногда бывает. Для ребенка в этот момент очень важна безоценочная эмоциональная поддержка.



В четвертой картине под названием «Песочный город» стали появляться дома, корабль маленький, самолеты, машины, но еще присутствует унитаз. Разыгрывает короткие сюжеты, не связанные по смыслу.

Строительство пятой картины начал с острова, где живут малыши-карандаши, а потом обустраивает дом и дает название «Дом». В этой песочнице мальчик обыгрывал сюжет, где папа сильно ругает 3-х летнего малыша за то, что тот испачкал трусики и проживает все испытанные чувства малыша. В дальнейшем у него малыш научился ходить на унитаз и у него стали всегда чистыми штанишки. Родители хвалят малыша. Заканчивает сюжет чаепитием за столом.



Со слов мамы у ребенка прошел симптом каломазания, мальчик стал самостоятельно контролировать этот процесс. В детском коллективе стал немного спокойнее, внимательнее, стал играть и общаться с разными детьми, а не только со своими друзьями.

Таким образом, песочная терапия дает детям возможность погрузиться, обыграть и прожить свои истории, которые их тревожат. Это игровой способ рассказать о проблемах героя (но на самом деле о своих), но при этом прожить свои страхи и избавиться от них, преодолеть эмоциональное напряжение. Ведь игра для ребенка — это необходимая, естественная и любимая деятельность.



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «КУКЛОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»

Куклотерапия — это метод терапии, использующий в качестве основного приема психокоррекционного воздействия куклу как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого или двух взрослых людей: клиента и терапевта.

В словаре русского языка С. И. Ожегова дается следующее объяснение: кукла — это детская игрушка в виде фигурки человека. По мнению других ученых (археологов, искусствоведов), — это любая фигурка человека, даже если она не является детской игрушкой. Попытки классифицировать кукол предпринимались не раз. Лучшей на сегодняшний день специалисты называют систему, разработанную философом и культурологом Ю.М. Лотманом.

К первой группе Ю.М. Лотман отнес кукол для игры:

- детские игрушки
- театральные куклы
- обрядовые куклы
- куклы для шествий
- телекуклы

Ко второй группе относятся куклы для упражнений и украшения:

- интерьерные
- коллекционные
- сувенирные
- пугала
- восковые
- манекены

Существует несколько направлений куклотерапии:

- драматическая психоэлевация. В 1990 году Ирина Яковлевна Медведева и Татьяна Львовна Шишова разработали метод, который назвали драматической психоэлевацией. Авторы множества книг и публикаций по острым вопросам взросления детей в современном мире: «Дети, Куклы и

мы», «Лекарство кукольный театр», «Книга для трудных родителей», «Разноцветные белые вороны», «Чтобы ребенок не был трудным» и др.).

Метод драматической психозелеации – оригинальный метод психотерапии детей, страдающих невротическими и сходными пограничными расстройствами (страхи, агрессивное поведение, повышенная застенчивость, избирательный мутизм, легкая степень аутизма, логоневроз, энурез и астма невротического происхождения, тики, навязчивости, демонстративное и асоциальное поведение, в том числе воровство и т.д.).

- народная кукла в психологическом сопровождении. Вот уже на протяжении нескольких тысячелетий куклы являются важной частью человеческой культуры. Они сопровождают человека всё его детство, а порой остаются в жизни как талисман, оберег или хранитель важных моментов. На Руси кукле отводилось особое место. С ней не только играли, но и обучались разным премудростям. Девочки учились шить, вышивать, пряхать, варить кашу, заботиться о младших детях. Связанные из соломы, веточек или кусочков ткани, куклы становились главным действующим лицом большого числа обрядов или оберегали своих хозяев от множества невзгод. Какие только куклы не делались на Руси! Каждая тряпичная красавица решала конкретную задачу, а иногда и не одну. С точки зрения психотерапии, можно выделить девять основных функций (задач), присущих народной кукле:

1. Куклы, продуцирующие магию
2. Куклы-защитницы
3. Очистительные куклы
4. Обучающие куклы
5. Стражи порога (Куклы инициации)
6. Куклы-заместители
7. Двойники (куклы-вольты)
8. Статусные куклы
9. Куклы-посредники

- авторская кукла в психологическом сопровождении.

*Руководитель творческой группы
педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 200»
Жаркова Галина Валерьевна*



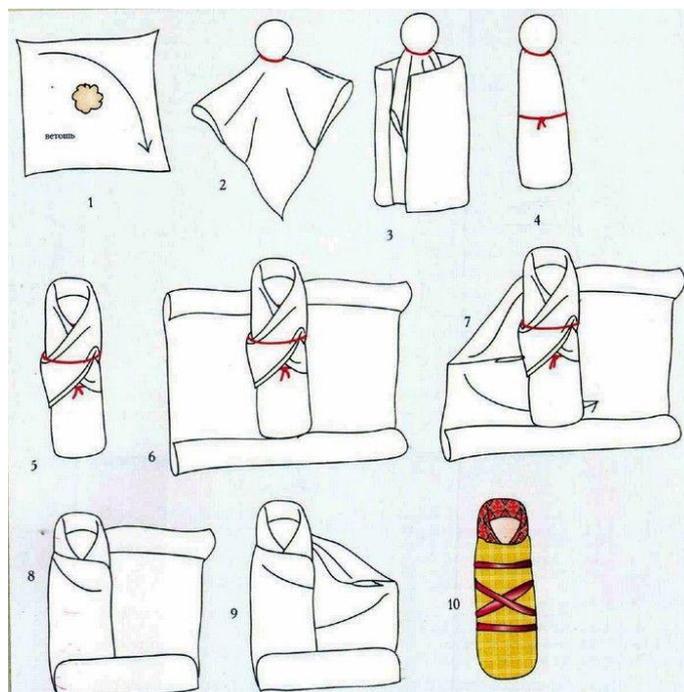
«Обрядовые куклы»

Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 200»
Жаркова Галина Валерьевна

«Кукла-мотанка Пеленашка»

Куклам приписывались различные волшебные свойства: считалось, что они могли защитить человека от злых сил, принять на себя болезни, помочь хорошему урожаю. Многие куклы – талисманы бережно хранились в семье, передавались из поколения в поколение вместе с традиционными приемами их изготовления. Эта кукла символизирует начало, обновление. Я есть. Особенный, непохожий на других. И это здорово! И как каждый, живущий под солнцем, я достоин Любви и Счастья! Да будет так. Поразительно сколько умений передается при изготовлении этой простой куколки!

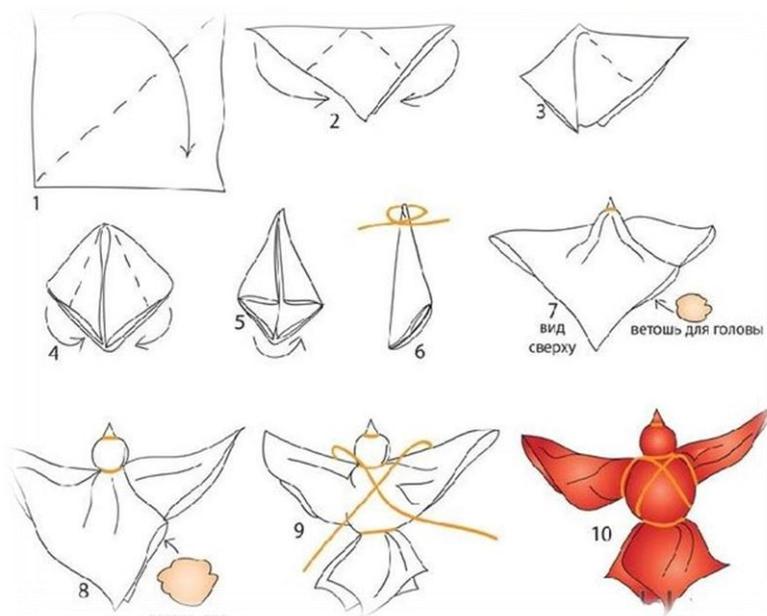
Процесс изготовления символизирует выделение человека из мира природы. Была бесформенная тряпочка, а стала куколка. Самим способом изготовления передается и длительный труд вынашивания ребенка. А также способ наворачивания тела Пеленашки, передает образ слоистого устройства тонких тел человека, образ постепенного воплощения. Тут отзываются и слои личности. Простая на вид куколка оказывается не такой уж и простой. Есть масса обрядов, связанных с рождением ребёнка, в которых ее применяли и есть каноны изготовления, сакральный смысл.



Источник схемы: <https://ru.pinterest.com/pin/587649451362577611/>

«Кукла-мотанка «Птица»»

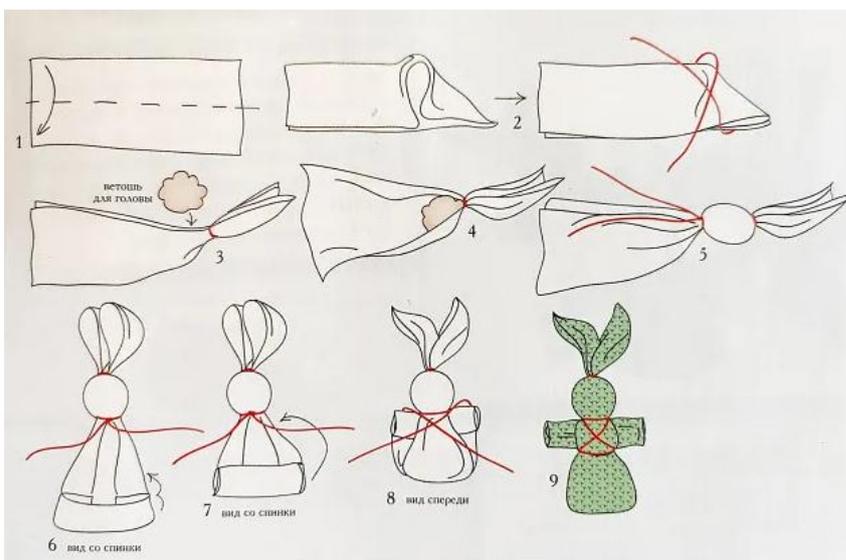
Сила рода – это знание о своих предках, традициях, память... Род - это огромный ресурс, сила и опора! Важно налаживать хорошие отношения с родственниками, учиться договариваться и преумножать свой род.



Источник схемы: <https://za.pinterest.com/pin/299137600236571147/>

«Кукла-мотанка «Зайчик на пальчик»»

Эту игрушку могли дарить ребенку, начиная с трех лет. В адаптационный период в детском саду эта игрушка может стать незаменимым помощником. Оставаясь в одиночестве без родителей в детском саду, зайчик может заменить друга, с ним не страшно. С зайчиком можно играть, разговаривать, а еще ему можно доверить все свои секреты или пожаловаться, если вдруг обидели. Зайчик надевается на пальчик, при этом его нужно крепко сжимать в ладони. И тогда происходит настоящее чудо — игрушка вдруг оживает, чутко повторяя все движения ребенка.



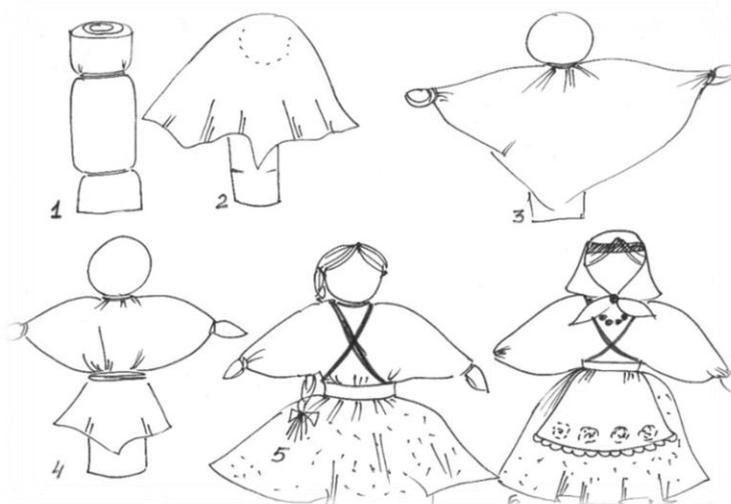
Источник схемы:

<https://m.ok.ru/group/52102253052069/topic/151970949015717>

«Кукла-мотанка «Пасха»

Пасха — это один из самых ярких и радостных праздников. Пасхальную субботу народ называл «хороводницей». В этот день во всех сельских областях на Руси начинался самый разгар веселья молодежи. В воскресенье Светлой седмицы провожали Пасху. В этот день, по старинному обычаю, соблюдали заветы предков, собирали всё оставшееся от праздничных застолий и зарывали на поле. Такое действо по поверью охраняло молодые посевы от града.

На праздник принято близким людям дарить пасхальные угощения и подарки: специальные пасхальные сувениры – расписные вещи и предметы с пасхальной символикой. По традиции праздничные дни проводили в кругу близких людей. Не забывали и о дальних родственниках. Люди отправлялись друг к другу в гости, вместо обычного приветствия обмениваясь особыми фразами. Пришедший в гости говорил: «Христос воскрес», а в ответ слышал — «Воистину воскрес». Этот обычай распространен и в наши дни в славянских странах. Пасхальную куклу делали к Вербному воскресенью, за неделю до пасхи. Такую куклу можно было дарить вместо яйца, это означало оказывать большую честь и уважение.



«Куклы марионетки»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 200»
Жаркова Галина Валерьевна*

Взрослые, как и дети, тоже любят играть в куклы, особенно когда куклы становятся помощниками в работе. «Куклы - это средство, чтобы вечно помнить детство», гласит выражение Л. Рубальской. И при всей своей простоте кукла имеет огромные возможности: побуждает к активной речи, становясь «собеседником» для ребенка, создает позитивные установки, снимает речевое напряжение.

Процесс создания куклы:

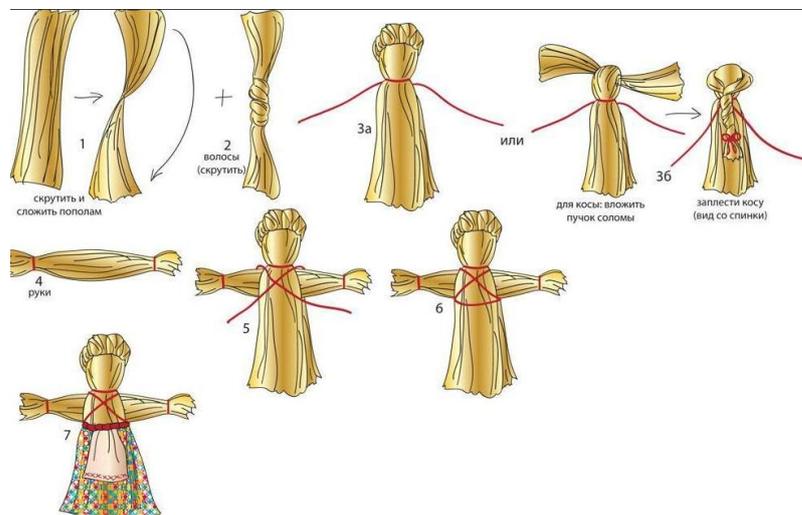
1. Берем яйцо от киндер-сюрприза, оборачиваем ватой, оборачиваем крепим капроном. Завяжем на голове узел сверху и снизу – голова.
2. Изготовим ручки из узелочков, поместив наполнитель в капрон и обернув крепкой ниткой. Берем квадратный лоскуток ткани и прикрепляем к кончикам узелочки, будущие ручки, получаются кулачки.
3. Голову соединяем с тканью. Нижний узел прикрепим к центру лоскута с помощью резинки или нитки. Из цветных ниток сделаем волосы кукле (прическу), можно нарезать также из оставшегося капрона.
4. Затем привязываем нитку к рукам таким образом, чтобы можно было управлять руками взрослому. Через голову пропускаем нитку, длина около 60 см.

«Кукла из талаша «Стригушка»

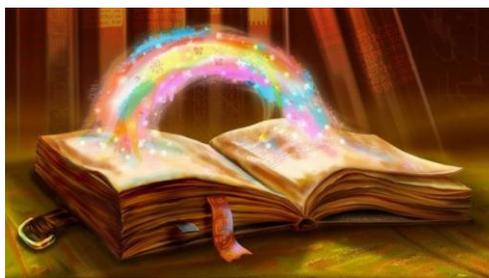
*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 200»
Жаркова Галина Валерьевна*

С помощью куклы можно было надолго занять детей интересной и увлекательной игрой. Для создания куклы материал долго не искали, брали все, что было под руками. А чаще всего под руками оказывалась солома, талаш. На создание куклы уходило 10 минут. Стригушку отдавали детям, которых приходилось брать с собой на работу. Самую простую Стригушку делали прямо в поле, не используя больше никаких материалов, кроме соломы.

Кроме талаша для изготовления этой куклы использовали солому, траву, лен, лыко, сено, прутья, ветки, нитки – в общем все, что могло подойти для создания подходящей конструкции. Готовая Стригушка должна была уверенно стоять на ровной поверхности. С удовольствием стучали кулачками по столу, а Стригушки танцевали на столе.



Источник схемы: https://dzen.ru/a/YyqoTzf5qVSf_vJ-



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «СКАЗКОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»

На современном этапе отмечается рост интереса специалистов: психологов, педагогов, логопедов, педагогов дополнительного образования к специальной организации занятий с детьми с использованием метода сказкотерапии.

Сказкотерапия - это психотерапевтическое воздействие, целью которого выступает коррекция детских поведенческих реакций и избавление от страхов, фобий.

Сказкотерапию используют в качестве инструмента для выявления первичных причин поведенческих реакций и как ресурсную практику в психотерапии. Этот метод можно использовать в работе как с детьми, так и со взрослыми.

Отличительная особенность метода сказкотерапии – мягкость воздействия и эффективность, ведь сказка - это обращение к душе человека.

Сказка многогранна, как и сама жизнь.

Она привлекательна для развития гармоничной личности. В сказках отсутствуют нравоучения.

В сказочных сюжетах и образах зашифрованы ситуации и проблемы, которые переживает в своей жизни каждый.

На примере судеб сказочных героев можно проследить последствия того или иного жизненного выбора, а проживая сказочные ситуации, воспринимая язык сказочных образов, формировать для себя картину Мира.

К тому же сказка дает ощущение защищенности, так как признак настоящей психологической сказки - хороший конец.

Возможности сказкотерапии огромны.

Сказки, в первую очередь, являются инструментом для передачи опыта, навыков, умений и понимания добра и зла, а так же глубинного смысла жизни. Многие сказки состоят из аллегорий и жизненных линий поведения. К сказкотерапевтическим методам относят:

- рассказывание сказки;
- сказкотерапевтическую диагностику;
- изготовление кукол;
- сочинение сказок;
- постановку сказки;

- рисование сказки.

Важно отметить, что методы рассказывания и сочинения сказки уже оказывают терапевтическое воздействие.

5 основных подходов в работе со Сказкой:

1. выразительное чтение или рассказывание сказочной истории;
2. беседа по сказке (вопросы, приглашающие ребёнка к размышлению);
3. рисунок к сказке (герой, который понравился или яркий эпизод из сказки; как вариант – раскраска по сказке);
4. инсценировка сказки с возможностью побывать в разных ролях, используя куклы-марионетки;
5. работа в классической песочнице с кинетическим песком или на световом столе для создания своей сказки.

Алгоритм сочинения Сказки для взрослого:

1. присказка (В тридевятом царстве, в тридесятом государстве...);
2. завязка (Герой сталкивается с новой ситуацией – покидаем дом и т.п.);
3. развитие действия (Герой отправляется в путь, пересекает границу иного мира, то есть встречает дарителя или получает волшебное средство);
4. кульминация (Герой между жизнью и смертью);
5. падение действия (напряженные моменты, герой проходит испытания);
6. развязка (разрешение противоречий – свадьба, воцарение Героя, возвращение домой);
7. концовка (...и я там был, мёд-пиво пил...).

*Руководитель творческой группы
педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 213»
Степанова Оксана Владиславовна*



«Рождественский

сон»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 221»
Мяжкова Елена Александровна*

Наконец-то в доме все затихло,

Мила откинула одеяло, и босыми ногами ступила на прохладный пол.

По дому скользили причудливые тени, переплетаясь и превращая обыденные предметы дневного домашнего обихода в загадочные, незнакомые и даже чуть страшноватые....

Неслышно ступая Мила проскользнула тенью по коридору и открыла дверь в большую комнату,

Там возле окна стояла огромная елка, несколько дней назад вся семья шумно и радостно наряжали эту лесную красавицу. Так уж повелось, что наряжать елку стала семейной традицией, и не смотря на занятость мамы, папы, приезжала бабушка, и елку наряжали всей семьей! Бережно доставали игрушки, рассказывали, когда и где их приобрели, или кто и кому ту или иную игрушку подарил...

И хотя Мила с братом знали почти все эти истории наизусть, она слушала их с радостью снова и снова.

Но в этот раз традиция украшения елки нарушилась,

Бабушка не приехала в преддверии праздника, бабушка заболела.

Мила с Братом были больше удивлены, нежели огорчены, ибо Бабушка им казалась чем-то незыблемым,

Как солнце, и небо! Ведь это Бабушка! И она должна быть всегда!

Мама как-то странно отвела взгляд и сказала, что все будет хорошо, бабушка приедет, обязательно, только попозже.

И вот сейчас Мила скользит по дому бесшумной тенью, чтобы пробраться к праздничной елке,

Ведь там на елке есть волшебный амулет!

Он должен обязательно помочь бабушке,

Ну а как же иначе!

Ведь бабушка сама рассказывала, как эту звездочку из стекла ей подарил ее папа, когда она была такая же, как Мила сейчас.

А папе, когда он был тоже такой, как сейчас Мила, - его мама.

Вот какая это звездочка взрослая! Думала Мила, Она не может не помочь!!!

Бабушка рассказывала: когда она была маленькая, она, зажав в кулачке эту звездочку, загадывала все желания, и они все всегда почти – исполнялись!

И сейчас все получится, уверенно говорила Мила про себя.

На ночь огни праздничных гирлянд выключили, и сейчас елка казалась огромным могучим неведомым зверем, с окна падал свет уличного

фонаря, мохнатые снежинки причудливо кружились в необыкновенном волшебном танце.

Стояла тихая рождественская ночь. Лишь игрушки тихо мерцали, поблескивая в лунном волшебном холодном свете.

Мила очутилась возле лесной красавице и оглядела убранство елки..

Волшебный амулет висел очень высоко....

Но как же Мила не догадалась, надо было его повесить пониже...

Но все в семье, зная о любимой раритетной бабушкиной игрушке, вешали повыше, чтобы никто не задел и ненароком не разбил игрушку бабушки!

Что же мне делать?

Даже если я подставлю табурет или стул, все равно я не достану -

В отчаянье подумала Мила. Как же мне быть?

И тут Мила не поверила своим глазам.....

Высокая могучая елка красавица стала как будто ниже, веточка, где висела бабушкина стеклярусная звездочка, коснулась лица девочки. «Возьми, Мила» - прошелестела Ель,

Пусть бабушка выздоравливает!!!!

Мила взяла в руки звездочку и, не веря своим глазам, крепко прижала к груди стеклярус..

Солнечный лучик ласково трепал Милкины кудряшки,

Заглядывал в густые ресницы, пытаясь разбудить крепкий сон девочки.

Просьпайся, соня, ласково услышала Мила, и, открыв глаза, увидела улыбающуюся мать.

Наша бабушка почти поправилась, с радостными от счастья глазами сказала мама, я же вам говорила, что все будет хорошо!!!

Это звездочка помогла, мамочка...

Тихо сказала Мила,

Какая звездочка?

Ну, я тебе сейчас покажу

Она вот здесь под подушкой, я ее вчера достала, и разговаривала с ней, просила помочь, чтобы бабушка быстрее выздоровела,

Какая звездочка? Бабушкина?

Переспросила мама....

Так она висит на своей ветке, мы ее так высоко повесили...

Ты не могла ее достать.....

Мила стремглав забежала в комнату, где стояла елка, и увидела на ветке звездочку из стекляруса,

Только вот, может, Миле показалась, что елочка ей помахала веточкой.....

Но мамочка, - продолжала Мила, - Она была у меня здесь....

Мила подняла подушку, и увидела несколько елочных иголок, и вмятину от стеклярусной звездочки!

«Сказка о волшебной бабочке»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 130»
Самохина Наталья Николаевна*

Соня всегда приносила в детский сад свою любимую игрушку куклу Лялю. Но однажды мама так спешила и, прихватив Соню в охапку, забыла о кукле. Соня в спешке забыла обо всем, и только придя в группу, поняла, что с ней нет Ляли. И сейчас же, не слушая уговоры воспитателя устроила скандал. Никто не мог успокоить девочку. Детки были на улице и плач Сони был слышен по всему детскому саду.

И вдруг на ее плач прилетела маленькая, красивая бабочка. Она переливалась на ярком солнце, ее изумрудные крылышки создавали лёгкий, теплый поток воздуха который долетал до Сони. И от этого дуновения Соня, начала затихать. Потому что запах ветерка от бабочки напоминал о ее куколке Ляле.

А бабочка тем временем подлетела к Соне и села ей на головку. И девочка совсем успокоилась и радостно улыбнулась. Бабочка ещё несколько раз взлетала и садилась на голову Сони, а потом совсем улетела, махая своими изумрудными крылышками. Когда вечером мама пришла за Соней, которая очень хорошо вела себя в садике, то она принесла ей рисунок. Мама тоже переживала, что кукла, которая всегда сопровождала Соню, осталась дома.

И поэтому решила нарисовать бабочку. Соня взглянула на рисунок и опять заулыбалась от радости. Это была та самая бабочка, с изумрудными крылышками, которая прилетала в садик и успокаивала девочку.

«Ресурсная сказка»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 186»
Сырова Юлия Анатольевна*

Голова шла кругом от всех жизненных событий!

Так много нужно сделать, так много нужно пережить...

Как все успеть?

Как справиться с этим водоворотом дел?

В моей голове мысли так и кружились, так и прыгали в разные стороны. Как говорится, «сна ни в одном глазу»

А время было уже много, а завтра новый день, новые события...

- Привет! – шепнул голосок у моей кровати.

- Я вижу, ты не спишь? Вот решила заглянуть к тебе. Да, не пугайся, это я, Волшебная Фея счастливых перемен. Я тебе помогу. Вместе мы справимся со всем твоим круговоротом жизненных событий!

- Я скажу тебе один секрет! Чтобы полноценно жить и хорошо себя чувствовать, ты должна высыпаться и отдыхать! Запомни, есть отдых - есть завтрашня ты! Нет отдыха – нет тебя среди всех жизненных событий! Это простое правило работает! И его нужно соблюдать!

- А сейчас, удобно ложись, закрывай глаза и засыпай... А я, Волшебная Фея счастливых перемен, посижу с тобой, и мои соловьи споют для тебя чудесную песню!

Недаром же говорят, «Утро вечера мудренее!», а еще говорят так «Счастлива и здорова ты сама – счастлива вся семья!»

Я улыбнулась, закрыла глаза, глубоко вдохнула и выдохнула и, убаюканная голосом Волшебной Феи счастливых перемен, спокойно уснула!

Уснула для новой себя, для новых дел, для новых жизненных событий и перемен!

«Сказка о гусях-самогудах и внутреннем мире»

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 188»
Беспалова Ольга Юрьевна*

В одном далеком, забытом богами краю, существовал лес, полный волшебства и тайн.

В этом лесу жила молодая девушка Буся. У неё была мечта — стать величайшим композитором, но она часто сомневалась в себе и своём таланте. Каждый день она выходила в лес, чтобы сыграть на своей обычной, деревянной гитаре, надеясь, что музыка поможет ей разобраться в своих чувствах.

Однажды, гуляя по лесу, Буся услышала необычное звучание. Оно было нежным и мелодичным, как шёпот ветра через листву. Следуя этому звуку, она вышла на поляну, где увидела древние гусли-самогуды, окружённые светом. Их струны играли мелодии, которые отражали настроение и чувства каждого, кто находился рядом.

Буся, полная восхищения, подошла ближе. Она коснулась гуслей, и вдруг её охватило чувство спокойствия и уверенности. Гусли, словно прочитав её мысли, начали играть множество мелодий, каждая из которых передавала её внутренние переживания.

Первая мелодия напоминала ей о страхе перед неудачами. Каждый аккорд наполнялся тёмными тенями и неуверенными нотами. Буся закрыла глаза и допустила себе почувствовать этот страх. Она понимала, что это лишь часть её, а не вся её сущность.

Вторая мелодия превратилась в сладкий звук надежды. Она рассказывала о мечтах, о том, как Буся хотела вдохновлять людей своей музыкой. Она почувствовала, как в её сердце распускается свет, и понимала: именно эта надежда и есть её движущая сила.

Третья мелодия была полна радости и счастья. Это звучание нарисовало в её воображении образы любимых людей, поддержки и любви, которые её окружали. Буся почувствовала, что не одинока, и что вокруг неё много людей, готовых поддержать её.

После этого Буся задала гуслиам вопрос: "Как мне справиться с сомнениями?" Гусли ответили ей, сыграв мелодию, которая начиналась с трагичных нот, но постепенно переходила в светлые и радостные аккорды. Совет был ясен: каждый человек проходит через страхи и сомнения, но важно не забывать о том, что на этом пути есть надежда и поддержка.

«Приключения Снежинки»

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 188»
Золотько Наталья Александровна*

Жила была Снежинка. Она была нежная, пушистая, светлая, красивая, мерцающая на солнышке. Она была смыслёная и немного озорная. Любила путешествовать и узнавать что-то новое. Немного непослушная, бесшабашная, самостоятельная. Её очень любили родители, холили и лелеяли.

Однажды, когда Снежинка гуляла, она улетела очень далеко от дома. В это время разбушевалась тётушка Метель и подула очень сильным ветром. Мороз Иванович начал морозить так, что всё вокруг заледенело. Снежинка очень замёрзла, несмотря на то, что очень любила зиму и морозы. Метель так закружила её, что Снежинка заблудилась и перестала понимать, где она находится. Она была в отчаянии: одна, неизвестно где, рядом нет её любящих и готовых прийти на помощь родителей. Что делать? Как быть? Было холодно одиноко, кончики лучиков уже не чувствовали друг друга от холода...

Вдруг где-то вдалеке она увидела голубой огонёк, который манил её своим светом. Снежинка из последних сил полетела к нему на встречу. Оказалось, что это ледяная избушка Снежной королевы. Почти уже обледеневшую Снежинку Королева обогрела снежным одеялом, напоила

лечебным ягодным морсом. Снежинка была очень слаба, но, почувствовав заботу, оттаяла, расслабилась и уснула. Проснулась она от звенящего нежного голоса Снежной королевы, которая пела песенку:

Звените, звените холодные льдинки
Сверкайте и пойте динь-дон
Блестите снежинки и песенкой льдинки
Порадуйте нас динь-дон.
- Я, Снежная королева
– Волшебница, я всё могу
Исполню я все желания
И каждому помогу!

Услышав последние слова, Снежинка окончательно проснулась и побежала к Снежной королеве просить помощи.

- Я тебе помогу, но при одном условии. Я подарю тебе 1 снежинку, она будет не простая, волшебная. У неё всего 3 лучика. Ты должна сделать три добрых дела. Сломав 1 лучик снежинки – выполняешь 1 доброе дело. Какое – решать тебе. Когда исполнишь 3 добрых дела, сразу окажешься дома. Рядом со своими любящими родителями.

Снежная Королева передала волшебную снежинку и исчезла... В ту же секунду Снежинка оказалась на полянке. Она огляделась вокруг и пошла, куда глаза глядят...

Проходя мимо заснеженной ёлочки, она услышала тоненький писк – это оказался маленький Ежонок, который поранил лапку и не мог больше идти. Снежинка взяла его на руки, отогрела, подула на лапку, загадала желание и сломала 1 лучик. В мгновение ока Ежонок повеселел, сказал «спасибо» и шустро убежал домой.

Отправившись дальше, Снежинке стало тепло на душе о того, что она помогла ежику. Вдруг на дорожке, откуда не возьмись, появился Зайчонок и быстро-быстро начал говорить:

- Помоги, милая Снежинка, волк за мной гонится, спаси, спрячь, укрой, боюсь очень!

- Прячься за меня.

Снежинка спряталась за дерево, Зайчик за ней. На полянку выбежал злой голодный волк с горящими глазами. Он был удивлён, что никого нет. Волк смотрел по сторонам и никого не видел, но нюх не проведёшь, зайчиной пахло и манило одно дерево... Волк приблизился к нему... В тот же миг Снежинка вспомнила про волшебную снежинку, отломала лучик и волк исчез, а Зайчонок превратился в Снежка-принца.

- Ты спасла мою жизнь, спасибо тебе большое. Меня заколдовала Вьюга-метель, а ты победила её своей добротой и самоотверженностью. Снежинка посмотрела на него. Их глаза встретились, между ними пролетела искра. Оба поняли, что нашли свои вторые половинки. Но Снежинка до сих пор не знала, где её дом, как туда добраться. Но дальше они пошли уже вдвоём.

Через какое-то время они увидели вдалеке избушку. Около избушки росла Ёлочка. Она была такая красивая, пушистая и большая, но на ней было так много снега, что её ветки наклонились почти до самой земли. Снежинка вместе со Снежком стали отряхивать ёлочку от снега. Веточки постепенно оживали, поднимались вверх и кивали еловыми лапами – благодарили. Но вот верхушка Ёлочки была усыпана снегом и под его тяжестью склонилась на бок. Снежинка сломала последний лучик, и снег по мановению волшебной палочки слетел с Ёлочки. В благодарность Ёлочка осыпала Снежинку шишками. Одна упала ей прямо в руки. Снежинка со Снежком вместе взяли её в ладошки и в тот же миг они оказались перед родительским домом.

Мама с папой с огромной радостью встретили свою любимую доченьку. Она познакомила их со своим суженым. А маленькая еловая шишка превратилась в деточку-снежинку.

Так Снежинка стала семейной дамой. Ответственной и серьёзной, заботящейся о своих родных и близких. Ведь семья – это самой дорогое и ценное, что есть у нас.

Желаю каждому создать свою любящую семью.

«Заколдованное веретено»

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 93»
Фадеева Елена Сергеевна*

В одной небольшой по численности населения деревне недалеко от реки «Темной» жила-была семья. Отец, мать и две дочери. Старшая дочь Анастасия была умна, послушна и воспитана. Чего не скажешь про младшую дочь Аксиныю с тяжелым характером, балованная и капризная.

Отец целыми днями работал на мельнице и только вечерами бывал дома с родными и близкими людьми. Мать работала дома, занимаясь делами по хозяйству: прибиралась, стирала, пряла, вязала и вышивала, а также занималась воспитанием детей.

У матери была отдельная комната для ее творческой деятельности. В этой комнате хранились: нитки, крючки, спицы, иглы и много чего другого для творчества. И был там один важный для матери предмет – волшебное веретено.

Это волшебное веретено передавалось из поколения в поколение и носило в себе магический секрет: тот, кто уколется им, заболеет невиданной болезнью, а расколдовать его могла только страшная и злая колдунья, которая жила на другом берегу реки «Темной». Когда-то давно злая колдунья никак не могла научиться пользоваться веретеном, от того и злилась. И заколдовала это веретено на болезнь тому, кто уколется им, чтобы все боялись им

пользоваться и не могли прясть изделия. Путь к колдунье преграждали разные запреты, и никто не хотел и не мог переплыть реку, все боялись ведьмы.

И вот однажды в один из пасмурных дней отец вернулся пораньше с работы домой. Мать очень сильно обрадовалась этому и вышла из комнаты встретить отца, позабыв закрыть дверь. В это время Акси́нья проходила мимо тоже встретить отца и случайно заглянула в комнату матери. Ее взгляд сразу же упал на таинственную коробочку, как ей показалось, которую она открыла. Акси́нья взяла в руки заколдованное веретено и укололась им. В ту же минуту ей стало плохо, и она упала на пол, заболев той самой невиданной болезнью. Что только не делали родители, чтобы помочь бедной девочке.

Мать рассказала загадочную историю веретена семье. Недолго думая, Анастасия схватила веретено, пока родители ухаживали за младшей дочерью, побежала в лес к речке. Пока бежала, встретила на своем пути сова, которая запуталась на дереве. Сова ей говорит:

- Анастасия, помоги мне выбраться из ветвей, и я помогу тебе. Анастасия подтянулась вверх, помогла сове и пошла дальше по дороге к речке, которую указала сова.

Потом Анастасия встретила ручей; тот говорит ей:

- Анастасия, попей водички. Анастасия попила водицы, и ручей помог ей переплыть речку на другой берег.

Путь к злой ведьме Анастасии преграждали ивушки своими ветвями. Ивушки плакали от того, что их злая колдунья запутала. И они говорят:

- Анастасия, помоги нам, и мы откроем путь к колдунье. Анастасия с трудом справилась с этой просьбой, и ивушки открыли ей дорогу к колдунье.

В том лесу жила страшная и злая колдунья. Когда Анастасия ее увидела, обомлела от страха, но взяв всю волю в кулак, осмелилась подойти к ней и сказать:

- Самая добрая и красивая женщина, не могли бы вы расколдовать это веретено, моя сестра очень сильно больна, т.к. она укололась этим веретеном.

От добрых слов колдунья растаяла и расколдовала веретено, ведь она была изгоем в лесу и жила в полном одиночестве, ей давно никто не говорил добрых слов. Колдунья помогла девочке переплыть речку и вернуться домой.

Вернувшись домой, Анастасия увидела, что ее сестра начала выздоравливать, отец и мать так обрадовались этому, поблагодарили ее за храбрость, и были немного недовольны тем, что она сбежала одна в темный лес к колдунье.

С тех самым пор в деревне стало много солнечных дней, все члены семьи занимались прежними делами, а веретено из заколдованного предмета превратилось в обычное веретено. Оно уже никому не угрожало жизни. Младшая дочь стала более послушной и ответственной. Колдунья перестала всем угрожать, стала беречь лес и помогать лесным жителям. Речку «Темную» переименовали в «Светлую».

«Путешествие»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 174»
Калиниченко Анна Николаевна*

Однажды, устав от всего происходящего в последнее время: столько забот, столько хлопот, этот постоянно изнуряющий сумасшедший ритм, суета, необходимость куда-то бежать, что-то делать – я решила отправиться в путешествие. И что было особо несвойственным для меня, я туда отправилась одна. Выбор мой пал на Китай. Очень уж захотелось посетить остров, далекий от глаз назойливых толп туристов.

Остров Тякиоту находился в живописном месте, просто утопая в экзотической причудливой растительности. Всюду порхали невесомые яркие бабочки и щебетали необычные птички.

Несколько дней подряд я бродила по нему неспешным шагом. Кругом был бескрайний океан, песок, людей практически не было (что меня, надо признаться, безумно радовало). А те счастливики, которые оказались здесь, друг другу совсем не мешали.

В один из таких вечеров я наткнулась на девушку. Она сидела на песке. Ее взгляд был устремлен вдаль. Первое, что меня поразило, - в ней чувствовалась такая свобода. Я присела неподалеку и тоже направила свой взгляд куда-то далеко.

Мы долгое время сидели и молчали. Я наслаждалась тишиной и безмятежностью. Как-то само собой у нас завязался разговор. Необычная девушка представилась Якиолой. Вдруг она взяла меня за руку, попросила закрыть глаза. Я почувствовала такую легкость во всем теле, казалось, я могу взлететь. Мы шли по воде, но волны не касались наших ног.

«Как чудно», - подумала я в тот момент. «Разве это возможно?»

Мы двигались все дальше и дальше. Берег был уже неразличим. Я чувствовала себя невесомой. Под нами был океан. Ноги по-прежнему оставались сухими, только на лице чувствовались капли и на губах соленый вкус. Теперь мы уже взмывали вверх. Поднимались все выше и выше.

«Странно», - думала я.

«Как же так, разве это я где-то посреди океана между небом и землей».

Я-то всегда боялась и высоты и глубины, но страха не было совсем. Это было такое незнакомое ощущение. Казалось, вот-вот можно будет дотронуться до облаков. Я не знаю, сколько это продолжалось. Мы парили над океаном, смеялись, ветер развивал наши волосы и одежду.

Якиола что-то напевала, я не понимала ни слова. Но от этой мелодии и звука ее голоса становилось тепло на душе. Пришло время спускаться вниз. Очнувшись я лежащей на песке, вокруг ни души, уже наступила ночь, в небе видны были звезды. Моей знакомой нигде не было.

Когда я вернулась в номер своего отеля, чувствовала себя такой наполненной, такой свободной, такой раньше я себя никогда еще не

ощущала. Через некоторое время я вернулась домой, но ощущение парящей свободы со мной осталось.

«Новогодний переполох»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 213»
Коваленко Злата Вячеславовна*

Это было поистине новогоднее чудо. В нашем обычно теплом южном городе зима была в этом году особенно снежной. Как в самой настоящей сказке вокруг всё белым-бело. Кромки деревьев и крыши домов укутаны снегом, детвора во дворе уже построила снежные баррикады и играет в снежки, снег хрустит под ногами, а непохожие друг на друга снеговики украшают каждый двор. Вокруг суета, магазины полны людей и все пытаются успеть завершить свои незаконченные дела. Оно и понятно, ведь сегодня был последний день уходящего года.

Только Снежане было не до праздника. Светловолосая девушка с голубыми глазами и изящной фигурой была похожа на самую настоящую Снегурочку. Она сидела у окна, вглядываясь в пушистые хлопья падающего снега. Прозрачные кристаллики слёз медленно стекали по её побледневшим щекам. Сегодня Снежане опять придётся отмечать любимый праздник совершенно одной...

Ей казалось, что она уже навсегда останется одной. Снежана рассталась с Сережей много лет назад. У молодого человека уже была своя семья, да и она тогда понимала, что они не созданы друг для друга, но девушка никак не могла отпустить эти отношения, вновь и вновь прокручивая все памятные моменты в своей голове. А пробовать что-то новое она не хотела, так как боялась обжечься еще раз. Иначе она точно разочаруется в любви, и её сердце превратится в ледышку.

Сейчас она сидела одна в квартире. Снежана не хотела идти отмечать Новый год к друзьям, ведь настроения не было совсем...

Девушка вытерла слезы и решила отправиться в магазин за продуктами. Может хотя бы оливье скрасит её одиночество? На улице было морозно и очень красиво. А вот в магазине царил новогодний переполох. Огромные очереди, полупустые полки, мужья со списками в руках. Девушка медленно ходила между рядами, погруженная воспоминаниями о прошлом.

Вдруг Снежана почувствовала, как её ногу коснулось что-то тёплое. Она опустила глаза вниз и увидела пушистого белого котёнка. Девушка улыбнулась этому маленькому тёплому комочку, на вид ему было всего несколько месяцев. Затем она услышала громкое и требовательное урчание. Она посмотрела по сторонам, но хозяина так и не нашла.

- Если хотите, можете забрать его себе, - сказала девушка-продавец. – Мы подкармливаем его, но начальство против. А маленькому нужна семья.

Глаза этого существа как будто говорили: «Успокойся, всё обязательно будет хорошо. Сегодня волшебный вечер, и ты можешь рассчитывать на своё Маленькое Чудо».

Она забрала своего нового друга и решила назвать его Снежком.

Снежана отнесла покупки и нового друга домой. Снежок быстро принялся осваивать новые владения. Складывалось такое ощущение, что он жил здесь всегда.

А девушка пошла в зоомагазин за всем необходимым.

Проходя мимо дворов, Снежана вдруг ощутила резкую боль в голове от удара, и её затылок быстро начал холодеть. Она не удержала равновесие и упала. Рядом с ней утонул в сугробе снежок, наконец-то отлипший от её макушки.

Внезапно, рядом с ней оказался высокий симпатичный молодой человек с каштановыми волосами и глазами цвета морской волны.

- Извини, я не хотел в тебя попасть, - сказал он, виновато опустив свои чёрные пушистые ресницы.

Снежана от неожиданности потеряла дар речи и не могла пошевелиться. Тогда парень протянул ей свою руку, предусмотрительно освободив её от заснеженной перчатки и сказал:

- Давай я помогу тебе подняться.

Ты прости еще раз, что так получилось. Мы с друзьями решили вспомнить детство и поиграть в снежки. Но видимо у меня уже сбился прицел. Меня зовут Иса. Кстати моё имя переводится, как лед, — сказал молодой человек, помогая девушке отряхнуть снег с одежды.

- А я — Снежана, - наконец-то смогла ответить она.

- О, как Снежок. Вот почему они к тебе так и липнут, - улыбаясь, сказал Иса.

Молодой человек вызвался помочь девушке, пострадавшей от его снежка, отведя её домой, и удостовериться, что с ней всё будет в порядке.

- Как такой прелестной и хрупкой особе удаётся тащить такие тяжеленные пакеты? - удивился парень, поднимая её покупки.

Так молодые люди шли по заснеженному городу, в общих чертах рассказывая о себе. Снежана была немногословной, потому что всё ещё смущалась. Она уже и забыла, как это приятно, когда на тебя обращают внимание и ухаживают. У неё немного кружилась голова, но она уже не знала: причиной этому был ударивший её снежок или этот красивый парень, идущий рядом.

Из разговора с Исой девушка узнала, что он работает скульптором. Зимой он создает красивые ледяные фигуры, которые украшают главную площадь в их городе. А когда теплеет — он вырезает свои шедевры из дерева.

Когда они подошли к её дому, парень сказал:

- Так вот где живёт такая красивая, немного смущённая и очень трогательная девушка!

Снежана пригласила молодого человека к себе домой на чай с пирогом. А Снежок сразу принялся нюхать и изучать нового гостя. Удостоверившись, что тот

пришел с хорошими намерениями, тот пошел на свою новую лежанку, свернулся калачиком и лег сладко спать.

Девушка постепенно начала привыкать к красивым комплиментам этого удивительного парня и стала больше рассказывать ему о себе. Чем больше они узнавали друг друга, тем больше сближались. Казалось, что они были вместе всегда, а времени до знакомства с ним просто не существовало в её жизни.

Время близилось к вечеру и надо было расставаться, ведь Новый год уже совсем скоро вступит в свои права, а Ису скорее всего уже ждала его семья. Они обменялись телефонами и попрощались, хотя никому не хотелось расставаться.

Как только дверь за молодым человеком захлопнулась, Снежок принялся тереться о ноги своей хозяйки, возмущенно мяукать и показывать на дверь.

- Ну не могу я пойти за ним. А вдруг это было всего лишь из вежливости. И его, наверное, уже заждались. Да и зачем отмечать Новый год с малознакомой девушкой.

Оставшийся вечер Снежа провела в эйфории. У неё как будто открылось второе дыхание. Вся квартира была убрана, а фирменные блюда приготовлены. В это время она слушала любимую новогоднюю музыку, попутно украшая ёлку гирляндами и игрушками. В завершении, девушка привела себя в порядок, надела свое красивое блестящее платье, похожее на переливающуюся снежинку и проверила, всё ли готово для праздничного ужина.

Когда она закончила сервировать стол, то заметила, что расставила столовые приборы, как будто встречать Новый год будут двое. Грустно вздохнув и отмахнувшись от того, чтобы снова не окунуться в воспоминания, она решила всё-таки оставить лишние приборы на своих местах.

«А вдруг пригодятся...» - почему-то подумала она.

Посмотрев на часы, девушка заметила, что уже десять часов вечера.

«Не помешало бы мне проветриться, а то от скачущих мыслей в голове, закипает голова. Надо бы охладиться» - решила она.

Помахав Снежку рукой, накинув тёплую шубку и надев сапожки, она быстро спустилась вниз по ступенькам.

На улице была волшебная погода. Небо было ясное и звёздное, а под ногами мягко хрустел снег. Всё вокруг казалось каким-то чудесным в огоньках уличных фонарей. Снежана глубоко вдохнула свежий морозный воздух и завернула в парк, который находился недалеко от дома.

Вокруг слышались шумные радостные крики уже начавшей отмечать молодёжи. Проходя мимо небольшой полянки, Снежана почувствовала, что со спины в неё что-то легонько ударило, и ей за шиворот стал засыпаться холодный снег. Девушка развернулась, взглядываясь в темноту, и уже готовая накричать на обидчика.

Как вдруг из темноты вышел Иса, смущенно улыбаясь. Снежа, не раздумывая, кинулась к нему в объятия. Они оба поняли, что нашли родственную душу и уже не смогут расстаться друг с другом.

Когда они зашли в квартиру, котёнок уже нетерпеливо поджидал их у двери, как будто боялся, что они опоздают. Казалось, что он ничуть не удивился, увидев их двоих снова вместе.

Они только успели открыть шампанское, как куранты начали отбивать двенадцать раз. Новый год... новые мы.

Шли годы, а молодые люди постоянно находили что-то новое и интересное друг в друге. Жизнь шла своим чередом. Не менялась только их Новогодняя традиция. Перед бурным отмечанием праздника они выходили на улицу и играли в снежки.

«Сказка о внутреннем голосе»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Центр – детский сад № 115»
Келеш Стелла Александровна*

Однажды Людмила решила пойти на работу пешком, ведь это полезно для здоровья и душевного состояния. На улице правил сентябрь... Прекрасный осенний месяц! Было очень тепло, но казалось, что дождик прорывается через небольшие препятствия. Зонта у Людмилы не было, но ей он и не нужен был. Она ловила каждую каплю своими ладонями, и ей казалось, что это божий эликсир, наполняющий внутренней силой и вдохновением.

Людмила любила ходить пешком... Во время таких прогулок всегда была возможность побыть наедине с собой, со своими мыслями, которых всегда в голове очень и очень много.

Идти до работы осталось минут десять, и, на удивление Людмиле, на аллее на скамье сидела, приятная на вид, утонченная девушка. Продолжать идти дальше не удавалось. Внутренний голос, приговаривая, направлял в сторону милой девушки: «Ничего не бойся и не верь своим сомнениям. Впрочем, своей уверенности ты тоже не верь. Верь только сердцу, а раз пока оно молчит – просто расслабься».

Наступило молчание. И лишь капли дождя было слышно вокруг. Девушки напротив уже не оказалось. Людмила взглянула на часы и поняла, что на работу опаздывает, но её это ни сколько не беспокоило. Такого приятного разговора с внутренним голосом у нее давно не было. Работа, домашние хлопоты, забота о детях, супруге отнимает много сил и ресурсов.

На скамейке стояла красивая розовая кружка, в котором был кофе, и рядом лежала записка: «Будь готова к подаркам судьбы, милая, и поверь в то, что всё возможно!».

Людмила взяла чашку кофе, записку и пошла на работу, проговаривая в своих мыслях, что перед ней открываются новые возможности. Главное – верить в себя!

«Сказка об обыкновенном Чуде»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 213»
Короткова Марина Ивановна*

Случалось ли в вашей жизни что-то необычное, что переворачивало все привычное наизнанку? А может, возвращало на круги своя?

Со мной однажды произошла такая история. Дело было в одном маленьком приморском городке, который совсем не похож на шумные курорты.

Я прогуливалась по тихим улочкам, разглядывала дома, каждый из которых был причудлив и со своим характером. Городок утопал в яркой зелени и благоухал различными ароматами.

Вот пахнут розы, а на соседней улице дикий виноград распустился и наполняет воздух тонким свежим ароматом. А на это улице привлекают к себе внимание какие-то экзотические цветы, и воздух здесь насыщенно терпкий и как будто тяжелый. А тут пахнет свежевскопанная влажная земля – это хозяева решили расширить клумбу.

Вечерело.

Внезапно мое внимание привлек какой-то необычный аромат. Очень приятный и ненавязчивый. Но вот дела! Я никак не могла определить, что это? Казалось, что-то знакомое и в тоже самое время неуловимое. Его хотелось вдыхать и вдыхать.

Запах вывел меня на городскую площадь. И среди общего количества заведений выделялось одно уютное, утопающее в зелени заведение. По первому впечатлению это был цветочный магазин, а оказалось – уютное кафе. Только товаром здесь были не цветы и не продукты, а настроение.

Об этом мне поведала Хозяйка заведения – милая женщина в причудливой шляпке. Она всем предлагала попробовать напитки по фирменному рецепту.

А, - подумала я, - так вот в чем здесь пахло! И я обернулась в ожидании увидеть меню.

Хозяйка кафе улыбнулась.

- Дело в том, - пояснила она, - что фирменный рецепт у каждого свой, а я могу помочь тебе выбрать ингредиенты и способ приготовления.

И повела меня к стойке с душистыми травами и различными приборами. Она рассказывала про каждое растение и «способы проявления

его лучших качеств», как о хороших знакомых. Отмечала важность умения обращаться с каждым прибором. В каждом ее слове чувствовалась аптекарская точность, хотя это никак не вязалось с легкостью повествования и чудностью образа.

- Вот основа, она задает тон и крепость. А это средние тона –они оттеняют придают благородства вкусу. А эти – для послевкусия.

- Подумай, что ты хочешь получить в результате, и действуй, доверяя себе,- сказала Хозяйка,- не торопись, наслаждайся процессом. Чудесам тоже требуется время.

- Это точно,- подумала я, пытаюсь понять, как со всем сразу разобраться!

Не известно, сколько времени прошло, а я все сидела и наслаждалась напитком. Он переливался разными оттенками в прозрачном заварном чайнике и в моей чашке. Чай получился в меру крепким, ароматным с легким травяным послевкусием. Утоляющим жажду и согревающим одновременно.

- Ну как, получился фирменный рецепт? – поинтересовалась у меня подошедшая Хозяйка.

- Вполне, - ответила я, пригласив ее отведать моего чая,- секрет волшебства прост – быть близкой своей природе и доверять ей. А вкус чая может быть разным.

Мы посмотрели друг на друга и понимающе улыбнулись глазами.



ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»

Метод Позитивной психотерапии предложен Носсратом Пезешкианом в 1968 году. Метод направлен на мобилизацию внутренних ресурсов человека для принятия позитивных решений в любых, даже самых сложных жизненных ситуациях.

Свое имя метод получил от латинского слова «Positum» (фактическое, данное). Центральная идея – работа с актуальными способностями человека, а не болезнью, симптомом или проблемой.

Сам метод ППТ относится к гуманистическому направлению и отличается от других модальностей тем, что является не симптом- или клиент-центрированным, а ресурс-центрированным методом. Т.е. в основном фокусе терапии находятся фактические, или найденные в процессе, внутренние ресурсы клиента, с помощью которых он сможет научиться справляться с трудностями.

Одним из инструментов позитивной психотерапии является «модель баланса».

Модель баланса в позитивной психотерапии основана на концепции, что существует четыре сферы жизни, в которых человек живёт и функционирует, и которые существенно влияют на общую удовлетворённость, самооценку и способность справляться с вызовами.

Эти сферы:

1. Тело. Физическое здоровье и активность, режим сна, привычки, образ жизни, состояние кожи и других элементов внешности.
2. Смыслы. Планы, мечты, цели, убеждения, ценности, принципы.
3. Отношения. Семья, друзья и другие близкие люди, общение с ними.
4. Деятельность. Достижения в карьере или бизнесе, учёба, научная деятельность, социальная активность, финансы, хобби.

По мнению основателя позитивной психотерапии Носрата Пезешкиана, для гармоничной и счастливой жизни важно распределять энергию между этими сферами.

Для выполнения техники «Модель баланса» нужно нарисовать ромб, разделить его на 4 сферы и заполнить каждую область:

1. Тело — физическое здоровье и активность, режим сна, привычки, образ жизни, состояние кожи и других элементов внешности.
2. Смыслы — планы, мечты, цели, убеждения, ценности, принципы.
3. Отношения — семья, друзья и другие близкие люди, общение с ними.
4. Деятельность — достижения в карьере или бизнесе, учёба, научная деятельность, социальная активность, финансы, хобби.

Затем нужно представить, что вся энергия (где энергию мы рассматриваем, как временные затраты, эмоциональные, физические и финансовые вложения) — это 100%, и записать, сколько из неё отдаётся в каждую сферу. После этого можно нарисовать ещё один квадрат и отразить в нём желаемое распределение энергии.

По мнению Пезешкиана, важны все четыре сферы, но у каждого человека может быть своё, уникальное распределение энергии. Главное — субъективное ощущение счастья и гармонии



*Руководитель творческой группы
педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 216»
Мотузенко Виктория Юрьевна*

«Коррекция детских страхов через метод позитивной психотерапии»

*Подготовила педагог-психолог
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад № 216»
Рудько Светлана Сергеевна*

Тема коррекции детских страхов является актуальной и важной по нескольким причинам:

✓ Распространенность детских страхов:

Страхи - это нормальная часть развития ребенка. Однако, некоторые страхи могут быть чрезмерными, мешающими нормальной жизни.

По данным исследований, около 75% детей испытывают страхи, которые могут проявляться в разных сферах: общение, учеба, творчество, деятельность.

✓ Влияние страхов на развитие ребенка:

Страхи могут негативно влиять на эмоциональное, когнитивное и социальное развитие ребенка.

Они могут мешать ему учиться, заводить друзей, полноценно участвовать в жизни.

Страхи могут стать предпосылками для развития фобий, тревожных расстройств и других проблем в будущем.

✓ Преимущества позитивной психотерапии:

Позитивная психотерапия предлагает эффективные методы работы с детскими страхами, которые ориентированы на развитие ресурсов и сильных сторон ребенка.

В отличие от традиционных методов, которые фокусируются на проблемах, позитивная психотерапия направлена на повышение самооценки, оптимизма и уверенности в себе.

Методы позитивной психотерапии легки в применении, доступны для широкого круга детей и могут быть интегрированы в различные сферы жизни, например, в игровую деятельность или обучение

✓ Современные реалии:

В современном мире дети испытывают больше стресса, чем раньше.

Повышенная конкуренция, информационная перегрузка и изменения в образовании создают дополнительные трудности для ребенка.

Позитивная психотерапия помогает детям справляться с этими трудностями, развивая resilience (стойкость) и внутренние ресурсы.

✓ Роль родителей и педагогов:

Родители и педагоги должны быть осведомлены о методах позитивной психотерапии и применять их в своей работе с детьми.

Раннее вмешательство и своевременная помощь ребенку, испытывающему страхи, могут предотвратить развитие серьезных проблем в будущем.

В целом, актуальность темы коррекции детских страхов через методы позитивной психотерапии обусловлена необходимостью помочь ребенку преодолеть трудности, развить уверенность в себе и достичь своего потенциала

Цель:

Эффективно применить метод позитивной психотерапии для коррекции детских страхов.

Основные положения позитивной психотерапии в работе с детскими страхами:

- ✓ Фокус на ресурсах: Позитивная психотерапия направлена не только на устранение страхов, но и на развитие сильных сторон ребенка, его потенциала и способностей.
- ✓ Развитие оптимизма: Вместо концентрации на негативных эмоциях, позитивная психотерапия способствует развитию оптимистичного мышления, веры в себя и свои возможности.
- ✓ Игровая терапия: Используются игровые методы и упражнения, которые делают процесс терапии интересным и доступным для детей.
- ✓ Создание безопасной атмосферы: Создается доверительная и безопасная атмосфера, где ребенок может свободно выражать свои чувства и мысли, не боясь осуждения.

Преимущества позитивной психотерапии в работе с детскими страхами:

- ✓ Эффективность: Позитивная психотерапия помогает детям справляться со страхами и развивать уверенность в себе.
- ✓ Игровой подход: Делает терапию интересной и доступной для детей.
- ✓ Фокус на позитивных сторонах: Помогает детям увидеть свои сильные стороны и поверить в свои возможности.

Детские страхи можно разделить по 4 сферам модели баланса:



Каждый конкретный страх у каждого ребёнка – это своя уникальная система, включающая в себя особенности развития, причины, психологические защиты, проявления, фантазии, способы переработки и т.д.

Страх различают по интенсивности: естественный, возрастной и патологический. Естественный – сопровождается учащением пульса, мобилизацией защитных функций, он, как правило, кратковременен. Возрастной – длителен во времени. Исчезает либо перерастает в патологический – затрагивает нормальную жизнь, мешает или нарушает ритм жизни.

Страх условно делится на «природный» и «социальный»:

1. природный – инстинктивный страх (например, резкий звук);
2. социальный – приобретенный страх (страх неуспешности, оценки), внушенный (не ходи туда – там опасно).

До 7 лет у детей преобладают так называемые природные страхи, основанные на инстинкте самосохранения. В 7–10 лет наступает как бы равновесие между природными и социальными страхами (одиночества, наказания, опоздания).

Используя технику позитивной интерпретации, можно сказать, что страх – это:

- способность фантазировать;
- способность защитить себя;
- способность быть осторожным;
- способность обратить на себя внимание;
- способность искать помощь и устанавливать контакты;
- средство для искренности;
- способность строить план действий;
- способность тратить энергию без конкретной цели;
- способность быть целеустремлённым;
- способность быть слабым;
- способность ставить свои интересы на первое место;
- способность проявлять заботу о ближних;
- способность обратить внимание на своё здоровье ;
- способность искать ресурс;
- способность анализировать, исследовать, обращать внимание.

«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Тела»

Подготовили:

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216»

Тычинская Яна Александровна;

педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 36»

Часовская Наталия Васильевна;

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 160»

Нерсеян Анаида Ардаваздовна

В чем же уникальность и эффективность телесно-ориентированных игр и упражнений?

- ✓ просты
- ✓ интересны
- ✓ любой возраст
- ✓ любая категория детей (норма, с различными нарушениями)
- ✓ настрой на восприятие информации, людей, окружающего мира
- ✓ восстановление эмоционального фона
- ✓ снятие эмоционального и психомоторного напряжения
- ✓ развитие координации и равновесия, крупной и мелкой моторики
- ✓ повышения сенсорной чувствительности, развитие зрительных, тактильных, слуховых анализаторов
- ✓ коррекция эмоционально-волевой сферы, навыков общения

Рассмотрим подробнее упражнения для глаз:

Распусканию «защитных механизмов» в области глаз помогает ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ – широкое раскрытие глаз, свободные движения глазами, вращения, смотрение из стороны в сторону, зажмуривание, моргание.

«Глазки»

1. Чтобы зоркость не терять,
Нужно глазками вращать.
2. Зорче глазки чтоб глядели,
Разотрем их поскорее.
3. Нарисуем большой круг
И осмотрим все вокруг.
4. Чтобы зоркими нам стать.
Нужно на глаза нажать.
5. Глазки влево, глазки вправо,

Вверх и вниз, и все сначала!

6. Быстро — быстро поморгай,
Потом глазкам отдых дай.

7. Нужно глазки открывать,
Чудо чтоб не прозевать.

8. Треугольник, круг, квадрат
Нарисуем мы подряд.

«На Носу»

Села на нос мне пчела,

Не легка, не тяжела.

Я руками не машу,

Носом я ее толкну.

Я наморщил сильно нос,

А когда его расслабил,

То пчелы и след растаял.

Сморщить нос, стараясь двигать им в разные стороны

«Успокоить Злючку-Колючку»

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю.

Чтобы злоба улетела, и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

Может даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть) .

А потом опять вперед –

Тут немного отдохнет.

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы

Рычать что есть сил

Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть

«Недовольный»

Я сегодня недоволен,

Я сегодня недоспал.

Сильно я нахмурил брови.

Подержал так (удерживать 4-5 секунд) и устал.

Не могу я долго злиться,

Я играть давно хочу.

Лучше я расслаблю лобик

И к ребятам подойду.

Наморщить лоб, поднять брови вверх, затем опустить вниз. Сдвинуть брови, максимально напрягая их. Затем расслабить мышцы.

Предлагаем телесно-ориентированные упражнения для лица:

«Солнышко проснулось»

Солнышко проснулось,
Лобика коснулось,
Солнышко проснулось,
Щечек коснулось,
Солнце личико согрело,
Потеплело, потеплело,
Наши губки улыгнулись,
Наши ручки потянулись!

Касаются руками лба, касаются руками щек, обеими ладонями проводят от бровей до подбородка, улыбаются, руки вверх

«Ехала Машина»

Ехала машина,
Ехала, ехала,
С горки съехала -
Дальше поехала
Буксует, буксует,
Снова поехала
В тоннель уехала.

Указательные пальцы массируют лоб над переносицей

Пальцы разъезжаются, спускаются под глаза, массируются под глазами круговыми движениями Массаж вокруг крыльев носа: р-р-р-р-р.

Пальцы спускаются к верхней губе, массаж

Массаж у ноздрей

Удобны и эффективны в применении игры на дыхание.

«Убираем Листья»

Убираем листья без инструментов, ногами сгребая в кучу, делаем короткий вдох и длительный выдох: Ш-Ш-Ш.

«Мыльный Пузырь»

Будем дуть мыльные пузыри. Сделаем глубокий вдох, наберем как можно больше воздуха, вытянем губы трубочкой, и медленно со звуком «Пууу» подуем на наши мыльные пузыри, чтобы они летели высоко-высоко (дуть длительно).

«АХ, Какой Аромат!»

Мы стоим на полянке, видим перед собой цветочек, срываем его и коротко, но глубоко вдыхаем его аромат. Необходимо следить, чтобы дети вдыхали носом, а выдыхали ртом.

«Комплекс упражнений на дыхание»

1. Глубоко мы все подышим.
Сердце мы свое услышим.

2. Глубоко мы все вздохнем
И дыхание прервем.
Вниз закрутим ушки,
Ушки – непослушки.

3. Если медленно подышим.
То весь мир вокруг услышим.

Сесть, вытянуть ноги и скрестить их, кисти рук развернуть ладонями в стороны, переплести пальцы в «замок» и на уровне груди удобно вывернуть их. Расслабиться, закрыть глаза, глубоко дышать. 2 мин.

Глубоко вздохнуть. Завернуть пальчиками ушки от верхней точки до мочки. Задержать дыхание. Выдохнуть с открытым сильным звуком «а-а-а».

«Лимон»

Я возьму в ладонь лимон.
Чувствую, что круглый он.
Я его слегка сжимаю, сок лимонный выжимаю.
И всю руку напрягаю, сок до капли выжимаю.
Все в порядке, сок готов.
Я лимон бросаю,
А руку расслабляю.

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем «бросить» лимон и расслабить руку. Выполнить то же упражнение левой рукой.

Одним из эффективных методов коррекции детских страхов в области тела считаем массаж.

«Дождик»

Дождик бегаёт по крыше -
Бом! Бом! Бом!
По веселой звонкой крыше -

Бом! Бом! Бом!
- Дома, дома посидите -
Бом! Бом! Бом!
Никуда не выходите -
Бом! Бом! Бом!
Почитайте, поиграйте -
Бом! Бом! Бом!
А уйду — тогда гуляйте.
Бом. Бом. Бом.

«Наши пальчики»

Понемножку по ладошке

Наши пальчики идут, *(пальцы одной руки легко стучат по ладони другой)* Серединку на ладошке Наши пальчики найдут. *(то же другой рукой)*

Чтоб внимательнее стать, Нужно точку нажимать. *(нажимать на центр ладони пальцем другой руки (поменять руки) Помассировать по кругу, (круговые движения указательным пальцем одной руки по центру ладони другой (поменять руки))*

А теперь расслабить руку. *(легко пошевелить пальцами)*

Давим, *(крепко сжать кулаки)*

Тянем, *(напряженно вытянуть пальцы)* Отдыхаем. *(расслабить кисть)*

Мы внимательными станем! *(скрестить руки на груди)*

«Массаж в парах»

У меня такие ручки, посмотри

Я похлопаю в ладоши, раз, два, три,

Твои ручки тоже на мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,
покружись со мной разок.

У меня такие щечки, посмотри

Я пощиплю их немножко, раз, два, три,

Твои щечки тоже на мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,
покружись со мной разок.

У меня такие ушки, посмотри

Я поглажу (помну) их тихонько, раз, два, три,

Твои ушки тоже на мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,
покружись со мной разок.

У меня такая спинка, посмотри

Я потрусю ею немножко, раз, два, три,

Твоя спинка тоже на мою похожа.

Твоя спинка тоже на мою похожа.

Хорошо с тобой, дружок,

покружись со мной разок.
Движения по тексту

«Игра Складки гладки»

Детям предлагается расправить покрывало, чтобы оно стало ровным. Походить по нему так, чтобы оно оставалось ровным. А потом сделать **НОГАМИ** много-много складок на покрывале, чтобы оно стало таким маленьким, насколько получится.

Далее дети расправляют покрывало ладошками, делают его снова ровным.

*И опять делают много-много складок на нем, но в этот раз складки делают **КОЛЕНКАМИ**. Покрывало становится все меньше, меньше...*

После дети снова делают покрывало гладким, ровным...

Затем дети делают складки **ЛОКТЯМИ**...

И снова расправляют покрывало.

После игры дети отдыхают на покрывале.

Можно провести релаксацию под музыку

«Игра Посудомоечная машина»

Дети встают в две шеренги, напротив друг друга – это посудомоечная машина. Ребенок называет кто он - предмет какой посуды и встает в начало мойки, между парой моющих. Каждая моющих пара выполняет определенную задачу – моют посуду с разной степенью интенсивности и силы нажимов, прикосновений и т. д. 1- сильная мойка; 2- средняя мойка; 3- слабая мойка; 4 –полоскание; 5 – сушка. После мойки у ребенка спрашивают о его ощущениях.

«Игра Берлога»

Покрывало расстилается на полу. Ребенок вместе с игрушкой медведя или один садится в центр покрывала, а другие дети вместе со взрослым берутся за края покрывала и «строят» домик для медвежонка – берлогу. Там «медвежонок спит», дети гладят руками домик мишки, поют колыбельную песенку, а потом будят медвежонка и раскрывают домик. Медвежонок встает и рассказывает о своих ощущениях.

«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Деятельности»

Подготовили:

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 190»

Буйволова Ольга Викторовна;

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 11»

Фесенко Инесса Владимировна;

педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 75»

Селецкая Ирина Алексеевна

Основной вид деятельности детей - игра. Страхи в области деятельности у детей могут мешать им пробовать новое, развиваться и получать удовольствие от процесса. Позитивная психотерапия предлагает упражнения, направленные на развитие уверенности в себе, повышение мотивации и снятие страхов перед различными видами деятельности.

✓ Развить чувство собственной значимости и повысить уверенность в своих способностях.

✓ Повысить мотивацию и создать позитивный образ себя, сфокусировавшись на достижениях.

✓ Визуализировать страх и постепенно снизить его интенсивность.

✓ Отработать навыки в игровой форме, уверенно включаясь в деятельность.

✓ Снизить тревогу перед деятельностью и развить последовательность действий.

✓ Мотивировать ребенка на достижение целей и показать прогресс в деятельности.

Игры с песком:

Создание "мира": Построение различных объектов из песка, отражающих мир ребенка, его чувства и желания.

Захоронение страхов: Погребение "символов" своих страхов в песок.

"Чудесный мешок": В мешок кладутся разные предметы, связанные со страхом. Ребенок выбирает предмет и рассказывает историю о своем страхе.

"Театр теней": Создавая тени с помощью рук, ребенок может воплотить свои страхи и справиться с ними в безопасной и символической форме.

"Супергерой навыков":

Ребенок выбирает себе супергероя, который обладает специфическими навыками, которые ему необходимы. Например, если ребенок боится рисовать, его супергерой может быть "Супер-художник" с волшебными кистями, которые рисуют сами. Ребенок придумывает имя для своего

супергероя, описывает его суперспособности и "вживается" в роль, практикуясь в новых навыках.

Вариации: Можно использовать игрушки или рисовать супергероя.

"Машина побед":

Используется игрушечная машина или рисуется машина на бумаге. Ребенок "запускает" машину и "вводит" в нее все свои достижения в определенной сфере (например, в спорте, музыке, учебе). Машина "выдает" на экран все эти победы, помогая ребенку почувствовать уверенность в себе.

Вариации: Можно использовать игрушечных роботов или других механических игрушек.

"Шкатулка смелости":

Используется шкатулка или ящик, в которую ребенок помещает "свой" страх. Страх можно изобразить на бумаге, слепить из пластилина или написать о нем несколько слов. Закрывая шкатулку, ребенок символически "убирает" свой страх.

Вариации: Можно использовать другие методы визуализации: лепить страх из пластилина, писать о нем стихи или песни.

"Театр действий":

Ребенок и терапевт ставят сценку, связанную с проблемой ребенка. Они могут играть роли и отрабатывать разные варианты реакций и диалогов.

Вариации: Можно использовать кукол или игрушки в качестве актеров.

"Победный маршрут":

Рисуется путь, разделенный на этапы. На каждом этапе ребенок пишет или рисует свои шаги для достижения цели. Проходя по маршруту, ребенок уверенно осознает свои действия и уменьшает тревогу.

Вариации: Можно использовать игрушечные машинки, которые двигаются по маршруту.

"Дерево успеха":

Рисуется дерево, на ветвях которого ребенок "вешает" свои успехи. Каждое достижение может быть представлено в виде фрукта, листа или цветов.

Вариации: Можно использовать настоящие фрукты и цветы, прикрепляя их к картону, изображающему дерево.

«Дом страха»

Ребёнок создаёт воображаемый дом, в котором каждая комната представляет определённый страх. С помощью игровых элементов (кукол, машинок, кубиков и т. д.) он может выразить свои эмоции и страхи, а также

работать над ними. Например, если комната представляет страх перед темнотой, ребёнок может использовать игровой фонарик, чтобы «осветить» комнату и понять, что за темнотой находится просто пустое пространство.

«Прятки»

Направлена на преодоление страха замкнутого пространства, одиночества, темноты, нерешительности и эмоционального напряжения.

С помощью считалки или жребия выбирается водящий — он и будет искать всех остальных.

Игроки договариваются, до какого числа будет считать водящий.

После этого водящий отворачивается к стенке (или другому объекту), а остальные прячутся кто куда сможет.

Задача игроков: после окончания счёта успеть «застукаться» до того, как их найдёт водящий.

Задача водящего: найти и «застукать» всех игроков. Первый, кого поймают, станет следующим водящим, если последний игрок не успеет «застукать» всех остальных.

«Лохматый пёс».

Помогает преодолеть боязнь животных, внезапного воздействия, в неожиданных ситуациях, неуверенность в себе.

На одной стороне площадки кладётся шнур или очерчивается место, где будет находиться собачка. На противоположной стороне за чертой (в доме) находятся остальные дети.

Водящим (собачкой) может быть как воспитатель, так и ребёнок. Ребенка водящего воспитатель выбирает заранее с помощью считалки.

Воспитатель начинает произносить стихотворный текст и медленно вместе с детьми движется в ту сторону площадки, где спит собачка:

Вот сидит лохматый пёс, В лапки свой уткнувши нос, Тихо, мирно он сидит, Не то дремлет, не то спит. Подойдём к нему, разбудим, И посмотрим, что—то будет?

Когда воспитатель произносит слова: «И посмотрим: что—то будет?» дети тихонько останавливаются перед собачкой и хлопают в ладоши.

По сигналу воспитателя: «Пес проснулся!» — он вскакивает и громко лает. Дети убегают на свою сторону площадки, а собачка в это время старается их поймать.

Если псу удаётся кого—то поймать, то этот ребёнок становится водящим. Если не удалось поймать, то воспитатель выбирает другого водящего. Игра повторяется несколько раз с другим водящим.

«Пятнашки».

Служит разминкой к последующим играм, способствует уменьшению страха при внезапном неожиданном нападении, наказании со стороны родителей, снятию накопившегося нервного напряжения.

Дети находятся в разных местах площадки (границы обозначает учитель).

Назначенный воспитателем или выбранный детьми водящий (пятнашка) становится на середине площадки.

После сигнала воспитателя: «Лови!» — все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-нибудь из играющих и коснуться его рукой.

Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону.

Игра заканчивается, когда пятнашка запятнает всех игроков или когда истечёт обозначенное педагогом время.

При повторении игры выбирается новый пятнашка. Если пятнашка не может поймать никого из играющих, педагог должен назначить другого водящего.

Играть можно на улице и в помещении.

«Жмурки».

Направлена на преодоление страха замкнутого пространства, темноты, внезапного воздействия.

До начала игры с помощью считалки выбирают водящего или «воду». Потом шарфом или плотным платком ему завязывают глаза, чтобы он не мог ничего видеть перед собой. Ловца ставят в центр круга и несколько раз раскручивают на месте, приговаривая игровую припевку. Например, такую:

Кот, кот, что ты пьешь?

Пиво, квас!

Лови мышек, а не нас!

После этого участники разбегаются в разные стороны. Водящий вслепую пытается найти любого из игроков. Ребята могут «подсказывать» нужное направление – звонить в колокольчик, хлопать в ладоши, покашливать. Если игра проводится в помещении, где стоит мебель, товарищи обязаны предупреждать водящего об острых углах и других препятствиях.

В облегченном варианте Жмурок ловящему достаточно дотронуться до любого из игроков. Тот, кого осалили, становится новым водящим.

В более сложном варианте нужно поймать игрока и на ощупь определить, кто это. Когда ведущий угадывает и правильно называет имя, пойманный занимает его место. Если произошла ошибка, другие участники несколько раз хлопают в ладоши, и игра продолжается дальше.

Благодаря игротерапии между участниками создаются близкие отношения, снимается напряжённость и тревога, пропадает страх перед окружающими, повышается самооценка, появляется возможность поверить в себя в различных ситуациях.

Важно помнить:

- Упражнения должны быть приятными и не вызывать дискомфорта у ребенка. Важно учитывать его интересы и возможности.

- Родители могут принимать участие в процессе терапии, поддерживая ребенка и укрепляя его самооценку.

- Не стоит ожидать быстрых результатов. Преодоление страхов - это длительный процесс, который требует времени и терпения.

Эти упражнения могут помочь детям почувствовать себя более уверенными в себе и развить позитивные навыки в области деятельности.

«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Контактов»

Подготовили:

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад «Сказка»

Самойленко Екатерина Викторовна;

педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 106»

Таланова Алиса Александровна;

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216»

Крылатова Ангелина Викторовна

Дети, особенно в раннем возрасте, часто испытывают трудности в общении и могут страдать от страхов в области контактов. Позитивная психотерапия предлагает игровые и увлекательные упражнения, чтобы помочь детям преодолеть эти страхи и развить уверенность в себе.

- ✓ Развить чувство собственной важности и уверенности в общении
- ✓ Снизить тревогу перед общением и укрепить чувство собственной ценности.
- ✓ Укрепить самооценку и развить чувство собственной ценности.
- ✓ Отработать навыки коммуникации и научиться выражать свои чувства.
- ✓ Визуализировать страх и постепенно снизить его интенсивность.
- ✓ Отработать навыки общения в игровой форме.

"Супергерой общения":

Ребёнок выбирает себе супергероя, который умеет общаться с другими. Он придумывает имя для своего героя, описывает его суперспособности, связанные с общением (например, "Супер-улыбка", "Супер-слушатель"). Потом ребенок может "вжиться" в роль супергероя и практиковать новые навыки в игровых ситуациях.

Вариации: Можно использовать игрушки или рисовать супергероя.

"Магический шар"

Используется большой надувной шар, в который ребенок "закрывается". Внутри шара он может поговорить о своих чувствах, страхах

и желаниях. Шарик представляется как "волшебный" и способный "убрать" все плохие чувства.

Вариации: Можно заменить шар на другой предмет, который будет символизировать безопасность.

"Игра в зеркало"

Ребенок и терапевт становятся "зеркалами" друг для друга. Они повторяют движения, мимику и слова друг друга. Это помогает ребенку увидеть себя со стороны и почувствовать свою важность.

Вариации: Можно использовать игрушки или кукол в качестве "зеркал".

"Лабиринт общения"

Используется простой лабиринт с картинками, изображающими различные ситуации общения. Ребенок "проходит" через лабиринт, описывая каждую картинку и выражая свои чувства в отношении изображенного на ней.

Вариации: Можно использовать разные варианты лабиринта (с разными картинками, разными правилами прохождения).

"Коробка храбрости":

Ребенок рисует свой страх и помещает его в коробку. Потом он может спрятать коробку в "безопасное" место (например, в шкаф) и представлять, как страх уходит из него.

Вариации: Можно использовать другие методы визуализации: лепить страх из пластилина, писать о нем стихи или песни.

"Театр общения":

Ребенок и терапевт ставят сценку, которая связана с проблемой ребенка. Они могут играть роли и отрабатывать разные варианты реакций и диалогов.

Вариации: Можно использовать кукол или игрушки в качестве актеров.

Важно помнить:

- Упражнения должны быть приятными и не вызывать дискомфорта у ребенка. Важно учитывать его интересы и возможности.
- Родители могут принимать участие в процессе терапии, поддерживая ребенка и укрепляя его самооценку.
- Не стоит ожидать быстрых результатов. Преодоление страхов - это длительный процесс, который требует времени и терпения.
- Эти упражнения могут помочь детям почувствовать себя более уверенными в себе и развить позитивные навыки общения.

«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Фантазии»

Подготовили:

педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 185»

Савицкая Ольга Владимировна;

педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 69»

Лазуткина Виола Вячеславовна

Арттерапия - это эффективный метод работы с детьми, который помогает им выразить свои чувства, справиться со страхами и повысить самооценку. В основе арттерапии лежит принцип, что творческая деятельность - это язык, на котором ребенок может рассказать о своих переживаниях и найти решения для своих проблем.

Основные принципы арттерапии:

✓ Невербальное выражение: Дети, которые еще не умеют или не хотят выражать свои чувства словами, могут сделать это через рисование, лепку, музыку, танцы и другие творческие формы.

✓ Безопасная среда: Арттерапия создает безопасное пространство, где ребенок может чувствовать себя свободно, экспериментировать и не бояться осуждения.

✓ Процесс важнее результата: Важен сам процесс создания, а не конечный результат.

Рисование страхов: Ребенок рисует свой страх, давая ему название и цвет. Это позволяет ему увидеть страх, как бы "вывести" его из себя.

Рисование желаемого: Рисование того, как ребенок хотел бы, чтобы ситуация выглядела без страха.

Мандала: Рисование кругов, которые помогают сосредоточиться, успокоиться и найти гармонию.

Лепка страхов: Ребенок лепит из пластилина или глины свой страх, придавая ему форму и цвет.

Лепка желаемого: Лепка того, что помогает ребенку чувствовать себя спокойно и уверенно.

Слушание музыки: Выбор и прослушивание музыки, которая вызывает положительные эмоции и помогает успокоиться.

Игра на музыкальных инструментах: Выражение своих чувств через музыку.

Свободная импровизация: Движение под музыку, позволяющее выразить свои чувства и эмоции.

Ролевая игра: Изображение различных персонажей и ситуаций с помощью танца.

"Цветовая палитра эмоций": Ребенок выбирает цвета, которые отражают его чувства в разных ситуациях.

Важно помнить:

- Работа с детьми должна проводиться опытным специалистом - арттерапевтом.
- Упражнения должны быть адаптированы к возрасту и индивидуальным особенностям ребенка.
- Процесс арттерапии может быть длительным и требует терпения и постоянства.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Название статьи, автор	Стр.
ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА С СЕМЬЁЙ»		
1.	Пояснительная записка <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 95» Елисеева Нина Васильевна)</i>	2
2.	«Родительское собрание как форма взаимодействия педагог-психолог/родители» <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 178» Грицай Анастасия Валерьевна)</i>	3
3.	«Детско-родительская гостиная «Вместе весело играть» <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 95» Елисеева Нина Васильевна)</i>	5
4.	«Открытое занятие для родителей «Путешествие в страну эмоций» <i>(педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 74» Чиркова Наталья Владимировна)</i>	8
5.	«Организация работы Родительского Клуба в ДОО <i>(педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 168» Кутц Ирина Алексеевна)</i>	11
6.	«Родительское собрание «Мальчики и девочки: такие разные и похожие» <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 95» Елисеева Нина Васильевна)</i>	19
ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «АРТТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»		
7.	Пояснительная записка <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 127» Казакова Алла Сергеевна)</i>	26
8.	«Психологический портрет ребенка дошкольного возраста» <i>(старший преподаватель кафедры психологии ФГБОУ ВО КГУФКСиТ Самоходкина Людмила Григорьевна)</i>	28
9.	«Маскотерапия в работе с детьми дошкольного возраста» <i>(педагог-психолог МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №123» Басенко Виктория Витальевна)</i>	32
10.	«Пластилинотерапия и её влияние на разные стороны развития ребёнка» <i>(педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад «Сказка» Прокопенко Мария Васильевна)</i>	33

11.	«Коррекционная работа педагога-психолога посредством кинетического песка» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 64» Коноваленко Полина Витальевна)	36
12.	«Мастер-класс «Сказку делаем былью!» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 221» Мягкова Елена Александровна)	37
13.	«Использование метода «ниткография» в работе педагога-психолога ДОО» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 178» Хвостова Светлана Львовна)	41
14.	«Нетрадиционная техника рисования «Эбру» как средство коррекции эмоциональной сферы детей дошкольного возраста» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад «Сказка» Емельянова Ирина Сергеевна)	45
15.	«Авторская техника «Четыре сезона» (песочная терапия)» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад № 218» Гаража Олеся Викторовна)	46
ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «АРТТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА – 2»		
16.	«Диагностические методики в арт-терапии» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 214» Федоренко Марианна Викторовна)	49
17.	«Арттерапевтические приемы работы на снижение эмоционального напряжения и проживания гнева» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 214» Федоренко Марианна Викторовна)	51
18.	«Методика трехэтапного построения конструктивного клиентского запроса: метафорические карты в работе с родителями и педагогами» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 214» Федоренко Марианна Викторовна)	54
19.	«Личные границы в работе с арттерапией» (педагоги-психологи МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 184» Клевакова Екатерина Викторовна, Минаева Надежда Юрьевна)	56
20.	«Работа с родителями и педагогами с помощью средств арттерапии» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 111» Архипова Елена Сергеевна)	58
21.	«Имя собственное – начальное звено самосознания» (педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад № 233» Головки Зоя Владимировна)	59

ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»		
22.	Пояснительная записка (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 3» Манучарян Наира Саркисовна)	62
23.	Упражнение «Персона» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 3» Манучарян Наира Саркисовна)	64
24.	«Песочная терапия как средство погружения в мир детских переживаний» (из опыта работы с ребёнком)» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 230» Погуляева Ольга Николаевна)	65
25.	«Работа с темой прощения: техника «Пять маяков» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 134» Пономарёва Наталия Александровна)	68
26.	«Погружение в мир песка для ребенка группы компенсирующей направленности» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 105» Ахтырцева Екатерина Николаевна)	70
27.	«Коррекционная работа с агрессивными детьми посредством песочной терапии» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 133» Гладких Каринэ Гамлетовна)	71
28.	«Коррекция энкопреза у детей старшего дошкольного возраста посредством песочной терапии» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 138» Пришляк Татьяна Владимировна)	72
ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «КУКЛОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»		
29.	Пояснительная записка (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 200» Жаркова Галина Валерьевна)	75
30.	«Обрядовые куклы» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 200» Жаркова Галина Валерьевна)	77
31.	«Куклы марионетки» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 200» Жаркова Галина Валерьевна)	80
32.	«Кукла из талаша «Стригушка» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 200» Жаркова Галина Валерьевна)	80

ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «СКАЗКОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»		
33.	Пояснительная записка (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 213» Степанова Оксана Владиславовна)	82
34.	«Рождественский сон» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 221» Мягкова Елена Александровна)	84
35.	«Сказка о волшебной бабочке» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 130» Самохина Наталья Николаевна)	86
36.	«Ресурсная сказка» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 186» Сырова Юлия Анатольевна)	86
37.	«Сказка о гусях-самогудах и внутреннем мире» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 188» Беспалова Ольга Юрьевна)	87
38.	«Приключения Снежинки» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 188» Золотько Наталья Александровна)	88
39.	«Заколдованное веретено» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 93» Фадеева Елена Сергеевна)	90
40.	«Путешествие» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 174» Калиниченко Анна Николаевна)	92
41.	«Новогодний переполох» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 213» Коваленко Злата Вячеславовна)	93
42.	«Сказка о внутреннем голосе» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Центр – детский сад № 115» Келеш Стелла Александровна)	96
43.	«Сказка об обыкновенном Чуде» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 213» Короткова Марина Ивановна)	97
ПОСТОЯННО ДЕЙСТВУЮЩАЯ ТВОРЧЕСКАЯ ГРУППА «ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО САДА»		
44.	Пояснительная записка (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216» Мотузенко Виктория Юрьевна)	99
45.	«Коррекция детских страхов через метод позитивной психотерапии» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216» Рудько Светлана Сергеевна)	101

46.	«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Тела» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216» Тычинская Яна Александровна; педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 36» Часовская Наталья Васильевна; педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 160» Нерсесян Анаида Ардаваздовна)	104
47.	«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Деятельности» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 190» Буйволова Ольга Викторовна; педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 11» Фесенко Инесса Владимировна; педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 75» Селецкая Ирина Алексеевна)	110
48.	«Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Контактных» (педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад «Сказка» Самойленко Екатерина Викторовна; педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 106» Таланова Алиса Александровна; педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 216» Крылатова Ангелина Викторовна)	114
49.	Практические упражнения и игры для коррекции страхов в области Фантазии» (педагог-психолог МБДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 185» Савицкая Ольга Владимировна; педагог-психолог МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 69» Лазуткина Виола Вячеславовна)	116