

«Неделя психологии в школе»

Неделя психологии – общешкольное мероприятие, которое проводится в течении недели и предлагает участие всей школы: в первую очередь школьников, а также учителей и родителей.

«Неделя психологии» в школе проводится в конце ноября, на тот момент, когда учащиеся, отдохнув на каникулах, приступили к обучению, в то же время уже адаптировались к учебе после отдыха.

Цели:

1. Создание в образовательном учреждении условий для сохранения и укрепления психологического здоровья учащихся;
2. Повышать психологическую компетентность учащихся и учителей школы;
3. Формирование представлений о важности психологической науки как одной из составляющих человекознания.

Задачи:

1. расширение знаний о науке «психология», роли и месте психологических знаний в жизни человека;
2. формирование чувства успешности;
3. активизация размышлений учащихся о месте и роли знаний психологии в собственной жизни, жизни людей;
4. формирование у школьников чувства единения.

Форма проведения:

1. Уроки психологии;
2. Психологические игры;
3. Классный час;
4. Индивидуальная и групповая диагностика участников образовательного процесса;
5. Информационное письмо для педагогов.
6. Просмотр видеороликов по теме.

Принципы построения «Недели психологии в школе».

При общем планировании недели мы исходили из нескольких рабочих принципов.

1. Целостность и законченность, то есть психологически очерчены начало и конец недели;
2. Цикличность и преемственность, то есть каждый день является продолжением предыдущего. Каждый день несет, в том, числе, и определенную информацию для размышления;
3. Мероприятия, запланированные на неделю, охватывают наибольшее количество школьников и педагогов и почти не затрагивают учебно – воспитательный процесс.
4. Общая психологическая атмосфера. В общешкольных играх и акциях могут принять участие не только учащиеся школы, но и педагоги, родители, а также все работники школы.

Кадровое обеспечение:

- Педагог – психолог;
- Социальный педагог;
- Классные руководители;

Категория участников: учащиеся 8-12 классов, педагоги школы, родители.

Сроки проведения: 25-29 ноября.

Методическое обеспечение: план и разработки занятий, диагностический материал для каждого участника, наглядный материал, набор специально подобранных психогимнастических и ролевых игр и др.

Оформление:

1. Надпись в холле школы «Неделя психологии»
2. Наше настроение(доска эмоций на начало недели и на конец недели)
3. Стенд «Неделя психологии»

План мероприятий

Дата проведения	Мероприятие	Категория участников	Ответственный
25.11.2024	1) Родительская всеобучающая лекция «Семейные традиции и их роль в воспитании и развитии личности ребенка»	Родители 8,10,11 классов	Педагог – психолог
26.11.2024	1) Классный час «Совершенствование навыков общения, социальной гибкости дружелюбия, освоения навыков распознавания эмоций»	Учащиеся 8-11 класс	Классные руководители
	2) Беседа « Психологическая безопасность»	Учащиеся 8-9 класс	Педагог– психолог
27.11.2024	1) Родительское собрание «Будущее начинается сегодня»	Учащиеся 4,7,9 класс	Классные руководители
28.11.2024	1) Классный час «Цените настоящее»	8-12 классы	Социальный педагог
29.11.2024	1)Тренинг «Поведение в Конфликтах»	Педагоги	Педагог - психолог

лекция «Семейные традиции и их роль в воспитании и развитии личности ребенка»

Цель: сформировать у слушателей представление о роли семейных традиций в воспитании и развитии личности ребенка, познакомиться с различными видами семейных традиций.

Слушатели: родители (законные представители) обучающихся. Время: 45-60 минут.

Форма работы: лекция, обсуждение.

Процедура проведения

Ведущий: «Уважаемые родители! Мы все с вами знаем, что 2024 год Указом Президента Российской Федерации объявлен Годом Семьи. «Семья – это не просто

основа государства и общества, это духовное явление, основа нравственности» (В.В. Путин). Семья для ребенка играет важное значение в его развитии и становлении как личности. Семья – это первый коллектив, в котором у ребенка начинают формироваться зачатки нравственности, то есть те духовные ценности, которые определяют его поведение, образ мышления и жизненные ориентиры в дальнейшем.

О нравственном здоровье семьи, ее духовных ценностях и, следовательно, ее потенциальных воспитательных возможностях можно судить по установившимся в ней традициям. Когда люди по-настоящему ценят, уважают и любят друг друга, то в их семье протекает интересная совместная жизнь. Им приятно доставлять своим близким удовольствие, дарить подарки, устраивать праздники. Общие радости собирают всех за большим столом по случаю семейных торжеств: дней рождения, именин, юбилеев. Воспитание ребенка начинается с отношений, которые царят в семье. Часто дети неосознанно копируют привычки, вкусы и предпочтения своих родителей. Семья рождает ощущение преемственности поколений и причастность к истории своего рода. При воспитании детей никакой иной институт не может заменить семью, именно ей принадлежит ведущая роль в становлении личности ребенка. В семье ребенок начинает осваивать материальную и духовную культуру общества. Дети воспитываются не только родителями, но еще и тем укладом жизни, который складывается в семье.

(Понятие семейных традиций и их значение)

Традиция (лат. traditio – «передача») – это то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано нами. Если перенестись в детство, то наряду с любимыми людьми, родными стенами в сознании возникнет что-то особенное, присущее конкретной семье. Это «что-то» и есть семейная традиция. А запоминается она только потому, что много раз повторялась, прочно поселилась в детской памяти и уже неразрывно связана с определенной реакцией на какое-либо событие.

Семейные традиции – это принятые в семье нормы, манеры поведения, обычаи, взгляды, которые передаются из поколения в поколение. Они создают атмосферу уюта, тепла, безопасности и защищенности. Особенно важно это для детей. Семейные традиции дарят чувство единения, делают семью сплоченной и непохожей на другие. Достаточно читать ребенку перед сном добрые сказки, готовить вкусный пирог по выходным, выходить на совместные прогулки в парк или ходить по воскресеньям всей семьей в кафе и кушать мороженое – и эти простые ритуалы позволяют детям почувствовать себя уверенно и спокойно. С помощью семейных традиций легче сформировать необходимые положительные качества ребенка.

Семейные традиции и ритуалы – это еще и способ донести до ребенка жизненные ценности. Забота друг о друге, доверие в кругу семьи, уважение чужого мнения – всего этого можно достичь, не вовлекая ребенка в занудную лекцию, а приобщая к интересной и увлекательной жизни. Таким образом, роль семейных традиций в воспитании детей очень велика. Конечно, если традиции передаются в семье уже не одно поколение, то остается только следовать им. Если традиций в семье нет, то можно положить начало новым. Внести новизну во внутрисемейные отношения, экспериментировать и создавать что-то свое, неповторимое, светлое и доброе. Причем совсем не важно, что это будет. Семейная традиция должна объединять всех домочадцев, раскрывать таланты как ребенка, так и взрослого, дарить чувство любви и радости!

Семейные традиции проявляются в следующем:

– в домашних ритуалах:

В наши дни некоторые ритуалы универсальны, другие свойственны только одной семье. Так, серия словесных и несловесных компонентов при встречах и прощаниях бывает самой разной. Одни обмениваются небрежными «Привет!» и «Пока!», и в этом все их общение. В другой семье кто-то не на шутку обидится, если близкий человек так себя поведет, и будет целый день ломать голову: «Что с ним случилось? Чем я его обидел?..» В каких-то семьях ритуалы – ничего не значащие стереотипы, в каких-то – важнейшие символы, приятные способы соприкосновения, вселяющие чувства безопасности, уверенности.

– в культуре семьи:

правила поведения, примеры, предписания, усвоенные в домашней обстановке, остаются с человеком на всю жизнь. Истоки общей культуры каждого из нас нужно искать именно там. У кого-то в доме хранятся фотоальбомы нескольких поколений, из уст в уста передаются семейные легенды. Бережно ведется летопись рода, потомкам передаются ценные реликвии. Семейный лексикон, рецепты блюд, семейный архив – все это и многое другое входит в понятие «культура семьи».

обычно в наши дни приготовления к праздникам сводятся к наведению чистоты и накрытию стола. Многие полагают, что дети при этом только мешают, поэтому их отправляют гулять или отсылают к родственникам. Но именно в эти дни вполне уместна любая совместная инициатива детей и родителей. Каждая известная дата таит в себе массу неиспользованных возможностей, которые позволяют через игру, веселье, торжественные ритуалы донести до ребенка подлинный смысл праздника. Необходимо, чтобы дети принимали участие во всех праздничных событиях, связанных с укладом жизни семьи.

– в подарках:

в каждой семье и здесь существуют свои традиции. В одних дарят цветы, в других – деньги, в третьих – сочиняют музыку и стихи в честь именинника, в четвертых – передают ненужные вещи и т.д. Все зависит от культуры, нравственных устоев и иерархии ценностей семьи.

Вот несколько семейных традиций, которые позволят сделать семью крепкой и счастливой:

– чтение книг: это может быть как совместное чтение «по ролям» или прослушивание аудиокниги, так и «самостоятельное знакомство» с произведением.

Главное - в один из выходных дней вы организовываете обсуждение. Чтобы не превратить «посиделки» в школьный урок литературы, важно найти интересный всем рассказ или роман. Выбор произведения можно делать по очереди. Плюсы очевидны: у детей формируется вкус к чтению и к хорошей литературе, в книгах поднимаются нравственные вопросы, которые можно обсудить;

– настольные игры: настольные игры поддерживают общение между участниками и укрепляют взаимосвязь в семье. Игры, такие как «Монополия», «Каркассон», или «Диксит», требуют обсуждения стратегий, планирования и совместного принятия решений. Это создает возможность для разговоров и смеха, что важно для укрепления взаимопонимания. Многие настольные игры спроектированы так, чтобы развивать умственные навыки у детей и взрослых. Например, игры, требующие стратегического мышления, могут способствовать развитию логики и аналитических способностей. Также, игры с элементами математики, как «Каркассон» или «Шахматы», способствуют улучшению математических навыков. Настольные игры предоставляют возможность провести качественное время вместе, создавая положительные воспоминания;

– совместный просмотр фильмов: когда родители хотят заняться своими делами и включают детям какой-нибудь мультфильм или детский фильм, это похоже на сознательный уход из контакта и общения с детьми: родителям тоже надо отдохнуть и сделать домашние дела. Когда вы всей семьей смотрите кино, устройте

пижамный день и создав особенную атмосферу – это уже совсем другая история. Совместный просмотр объединяет членов семьи, дает возможность слышать и уважать мнения друг друга, достигать понимания друг с другом, ощущать близость

и важность семейных уз и семейных традиций. Для детей дошкольного возраста можно подбирать мультфильмы и проводить семейный просмотр 1 раз в неделю. Главное - не забывать обсуждать мультфильм: что понравилось, каким было поведение героев, какие выводы можно сделать; тем самым стимулируется речевая

и мыслительная деятельность ребенка, а, следовательно, совместный просмотр мультфильмов (фильмов) несет в себе и воспитательный потенциал;

– поделки своими руками: совершенно не обязательно наличие какого-либо ремесла, секреты которого передаются из поколения в поколение. В настоящее время можно найти для себя и множество вариантов «ручного творчества», не требующих специальных умений и навыков, главное - желание. Можно сварить мыло, а на следующей неделе – вырастить кристаллы из соли. А после – вылепить фигурки из соленого теста или глины, сделать открытки к предстоящему празднику

своими руками и т.д. Привычка что-то делать руками и мыслить творчески войдет в систему. И еще вас будут знать как семью, которая всегда дарит интересные подарки, сделанные своими руками;

– традиции в еде: четверг – рыбный день, а по понедельникам – пельмени!

По субботам вы тянете из банки три бумажки с названием блюд и на семейном совете решаете, какое именно станете готовить/покупать. Предложения может вносить каждый. Еда может превратиться в одно больше приключение: можно даже печенье с пожеланиями на следующую неделю делать в выходные. Интересно, что именно такие совместные моменты через многие годы остаются в памяти детей. Поэтому важно и то, чтобы эта традиция собирала всю семью за столом. Мелочь, казалось бы, но дорогого стоит. За столом ребенок учится хорошему поведению, учится ухаживать за другими. Здорово, если есть возможность три раза в день собираться за вкусным столом, но редкие семьи могут себе это позволить. Стоит выбрать хотя бы один из приемов пищи, когда вся семья в сборе. Традиция совместно накрывать стол к ужину и убирать после него тоже отличная идея;

– совместные покупки: семейные путешествия по супермаркетам и другим магазинам города – отличный способ поднять себе настроение. Дома можно обсудить бюджет на предстоящие покупки в магазинах, составить вместе список необходимого, а список можно доверить ребенку, чтобы он сверял, что уже взяли, а что необходимо еще купить. Это поможет научить детей науке экономии, счету, правильному выбору вещей и полезных продуктов;

– традиция «Семейная планерка»: в определенный день месяца/недели вся семья собирается за чаепитием/мороженым (список можно продолжать) и обсуждает насущные вопросы/проблемы/радости/бюджет/покупки. Подобные мероприятия позволяют даже самым маленьким членам семьи чувствовать себя большими и значимыми, ведь им доверили участие в семейном совете! Главное – быть вместе и вместе решать те вопросы, которые актуальны;

– история семьи или рода: необычным и увлекательным может стать знакомство со своей родословной. Составление родового дерева – это способ осознать преемственность поколений, понять свое место в мире, почувствовать ответственность перед прошлыми и будущими поколениями. С точки зрения психологии, память о своем роде, знание о своих предках помогают человеку формировать себя как личность. Родовое дерево можно сделать самостоятельно, а можно приобрести заготовки в магазине и уже наполнить его фотографиями и информацией. История семьи сохраняется также в семейных альбомах. Такие альбомы можно не только заполнять фотографиями, но и сопровождать интересными веселыми комментариями от каждого члена семьи, разбавлять детскими рисунками, билетами с мероприятий или концертов, на которые сходили

члены семьи. Можно создать «сундучок с воспоминаниями» для объемных вещей. И «отсчет» в истории сделать не с даты рождения ребенка и даже не с периода беременности, а раньше. Через несколько лет такой альбом будет уникальным и ценным, может передаваться из поколения в поколение, а уже выросшие дети будут

читать и с теплотой погружаться в семейные воспоминания;

– традиция быть здоровыми: основа основ – здоровый образ жизни. К нему следует приучать своих детей с раннего детства. Это может быть зарядка под музыку, здоровое питание, совместные пешие или велопогулки, посещение бассейна. Зимой – катание на лыжах.

Конечно, вариантов семейных традиций может быть множество:

– совместная уборка в квартире по выходным;

– путешествия всей семьей;

– отдых на природе в выходные;

– походы на культурные мероприятия;

– семейные творческие вечера;

– посещение мест богослужения;

– посещение старших родственников в выходной день (бабушек, дедушек) и т.д.

Можно придумать и свои, уникальные только для вашей семьи, традиции». В завершение ведущий может обратиться к родительской аудитории:

Расскажите, а какие традиции есть в вашей семье? Оказались ли для вас какие-то идеи из материала новыми?»

Участник слева от ведущего первый отвечает на его вопросы, затем слово передается по часовой стрелке, пока не выскажутся все.

Неделя психологии в МБОУ ВСОШ № 1

Сайт Министерства просвещения Российской Федерации,
раздел «Профориентация»



Сайт Института семьи, детства и воспитания, раздел
«Профориентация»



Сайт проекта «Билет в будущее»



Банк упражнений и занятий с родителями (законными представителями) обучающихся профессиональных образовательных организаций

Рекомендуется использовать материалы банка упражнений для проведения занятий с родителями (законными представителями) обучающихся общеобразовательных организаций для проведения занятий с родителями (законными представителями) обучающихся профессиональных образовательных организаций по таким направлениям, как:

- развитие навыков жизнестойкости, в том числе освоение приемов саморегуляции, снятия напряжения и тревоги с использованием медитативных техник, мышечной релаксации и иных, навыков анализа актуального эмоционального состояния, актуализация личностных ресурсов;
- развитие навыков общения, социальной гибкости, дружелюбия, освоение навыков распознавания эмоций (своих и собеседника), невербальных сигналов в процессе общения, совершенствование навыков конструктивного разрешения конфликтной ситуации, повышение культуры общения и межличностного взаимодействия.

Блок 3. Профориентационная работа

Профориентационное родительское собрание «Будущее начинается сегодня»

Цель: расширить степень информированности родителей (законных представителей) обучающихся 14-17 лет по проблеме профессионального выбора; представить информацию о направлениях специальностей в системе среднего профессионального образования и траекториях профессионального развития выпускников в регионе (муниципалитете).

Форма проведения: родительское собрание

Время: 45-60 минут.

Необходимый инструментарий: презентационный материал по направлениям специальностей среднего профессионального образования, информационные буклеты.

Процедура проведения

Ведущий: «Уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о профессиональном выборе ваших детей и почему именно вам стоит помочь своим детям в столь важном вопросе. Решение о выборе будущей профессии – одно из самых важных в жизни. Естественно, что и обучающимся, и их родителям хочется получить гарантии, что принятое решение будет оптимальным. К сожалению, таких гарантий быть не может. «Лучшая», «самая доходная» и «востребованная» профессия – это явление временное. Чем конкретнее наши требования и больше гибкость во взаимоотношении с миром – тем больше вероятность успеха.

Отдельной темой является и то, что многие абитуриенты и родители пытаются связать профессиональное образование с конкретным рынком. Это не всегда так. Например, для рынка компьютерных игр колледжи и вузы не готовят специалистов, однако образование в IT-технологиях позволяет успешно реализовать себя в индустрии компьютерных игр. (Далее приводятся конкретные примеры по направлениям подготовки профессиональной образовательной организации, в которой проводится родительское собрание, и в каких сферах они также находят отражение. Важно дать родителям (законным представителям) понимание того, как полученная их ребенком специальность позволит максимально гибко встроиться в рынок труда).

Такой показатель, как существующая востребованность тех или иных профессий, таит в себе немаловажные аспекты, которые тоже следует учитывать. Как правило, востребованность связана с высокими или очень специфическими требованиями к профессии, либо с низкой привлекательностью вакансии на рынке труда (тяжелые условия труда, низкая заработная плата и т.д.). Поэтому все востребованные и рассматриваемые вами и вашим абитуриентом в настоящий момент профессии стоит проанализировать именно на эти аспекты: в чем именно заключается востребованность данной специальности на рынке труда?

Ориентироваться на модные специальности тоже достаточно рискованно. Например, если обучающийся собирается поступать, к примеру, на юридическое направление, ему следует понимать, что специалистов подобного рода избыточно много на рынке труда, и, чтобы добиться высоких достижений в этой области, быть конкурентоспособным, ему придется приложить немало усилий, получать дополнительные специализации, дополнительное образование, чтобы быть успешнее на фоне других. Поэтому при выборе модных и востребованных с точки зрения конкурса специальностей вашему абитуриенту стоит оценить свои силы и тот вклад, который он готов внести в свое профессиональное развитие. Если цель – получить интересную специальность и максимально успешно трудоустроиться сразу после обучения, стоит обратить внимание на те специальности, которые по статистическим и аналитическим данным находятся в пределах постоянства, умеренной востребованности и стабильности по оплате труда.

Почему тему профориентации мы особо поднимаем с родителями? Дело в том, что при выборе профессии, помимо интересов и склонностей, важно иметь информацию о перспективах развития рынка труда, о действительно актуальных профессиях и специальностях. А наиболее существенное влияние на профессиональный выбор оказывают именно родители и ближайшее окружение. Понимайте всю ответственность за советы и пожелания. В любом случае, обсуждение со своим ребенком профессионального выбора надо вести очень тактично, находить аргументы, почему ту или иную специальность вы считаете не

совсем подходящей для него или почему ему стоит обратить внимание на другие варианты.

Сейчас мы представим вашему вниманию те направления и специальности, которые предлагаем в нашей образовательной организации. Это позволит вам использовать эту информацию в обсуждениях со своим ребенком: в выстраивании профессиональной траектории развития».

Инструкция для ведущего: далее проводится презентация направлений и специальностей, на которые будет производиться набор в 2024/25 учебном году.

Важно по каждому направлению представить аналитику: процент трудоустроенных выпускников в первые 6 месяцев после окончания учебы, процент трудоустроенных выпускников по специальности к партнерам и работодателям региона (муниципалитета), которые сотрудничают с профессиональной образовательной организацией.

Важно пригласить на родительское собрание представителей работодателя из числа предприятий, учреждений и организаций, на базе которых проходят практику студенты в процессе обучения в профессиональной образовательной организации или из числа работодателей – преподавателей образовательной организации. В рамках выступления цель работодателя – представить портрет современного специалиста (работника) по данной специальности, ожидания работодателя от молодого специалиста, рассказать о тех мерах поддержки, которые работодатель предоставляет молодому специалисту. Таким образом, у родителей (законных представителей) обучающихся создается понимание того, что в профессиональной образовательной организации работает слаженная команда преподавателей и специалистов, нацеленных на выстраивание успешной профессиональной траектории студентов и выпускников.

В завершение предлагается ответить на вопросы, поступающие от родителей.

Заключение

Неделя психологии, являясь психологической акцией, выступает одной из разновидностей большой психологической игры. Мероприятия ориентированы на создание психологически благоприятной образовательной среды, обучение участников образовательных отношений навыкам саморегуляции. Впервые представлены сценарии занятий, имеющих профориентационную направленность. Единство тематических направлений и использование интерактивных форм взаимодействия создают объединяющую всех участников образовательных отношений атмосферу, которая достигается за счет вовлечения как можно большего числа участников в разнообразные мероприятия.

Приведенные в настоящих методических рекомендациях упражнения и занятия предлагаются к вариативному использованию и могут дополняться межпредметными уроками, деловыми играми и квестами, включающими в себя психологический компонент. Тематический план целесообразно адаптировать под возрастную категорию и учебную нагрузку обучающихся, их потребности. Сценарии занятий подкрепляются приложениями, содержащими стимульный материал.

Важным условием проведения Недели психологии выступает создание яркого эмоционального фона для проведения различных форм психолого-педагогического сопровождения, в ходе которого происходит приобщение к психологическим знаниям.

Классный час «Ценить настоящее»

Цель: Профилактика суицидального поведения школьников.

Целевая аудитория: учащиеся 8-12 классов

Мероприятие рассчитано на 40 минут

Задачи:

- способствовать формированию осознания ценности жизни;
- научить воспитанников воспринимать жизненные трудности, сопровождающиеся различными эмоциями и переживаниями;
- ориентировать в
- обучающихся на позитивные стороны жизни, успех и доброе отношение к окружающим;
- формировать чувство толерантности и ответственности за свои поступки.

Ход классного часа

1. Вступительная беседа.

Добрый день, уважаемые ребята! Сегодня мы с вами поговорим о том, что является ценным и дорогим для человека, для каждого из вас. Я думаю, что нет на планете человека, который не хотел бы быть счастливым и успешным. Интересное существо - человек: вместо того, чтобы радоваться и быть благодарным за то, что у него есть, он считает это само собой разумеющимся и грустит о том, чего у него пока нет. Получив это, он, не успев поблагодарить, сразу начинает грустить о следующем. Нам всегда кажется, что наша жизнь - там, где нас ещё нет, наша жизнь в том, чего мы ещё не можем себе позволить.

Давайте задумаемся: **МЫ ДОЛЖНЫ ЦЕНИТЬ ЖИЗНЬ!**

1. Как вы думаете? Что является ценным для человека? (воспитанникам предлагается ответить на вопрос.)

- Ребята, а что же мы вкладываем в само понятие жизнь? (воспитанники отвечают на вопрос).

- Спасибо за ваши ответы, а сейчас я вам предлагаю раскрыть понятие жизни с помощью кроссворда. На доске вертикально написано слово жизнь, напротив каждой буквы вам необходимо добавить термины и значения, которые характеризуют жизнь во всех ее оттенках. (Ребята называют значения, педагог дописывает напротив каждой буквы. Например: Ж - желания, жалость; И - интересы, искусство, игра, идеал, извинения, изменения; З - знания, здоровье, замороженный, заинтересованный; Н - надежда, нужда, напоминание, народ и т.д. К мягкому знаку можно дописать слова «ЛЮБОВЬ»).

Из нашего кроссворда мы можем сделать вывод, что жизнь очень разнообразна и многогранна, она включает в себя различные ситуации и оттенки. Как положительные, так и отрицательные. Все вы, наверное, слышали фразу «Жизнь полосатая, как зебра». Что значит эта фраза? Назовите, пожалуйста, светлые и темные оттенки жизни (воспитанники

называют ситуации и их оттенки, во время ответов ребят на слайдах демонстрируются люди в различных жизненных ситуациях: веселые, грустные, удивленные и т.д.)

Очень важно каждому из нас научиться превращать темные оттенки в светлые и выделять те моменты, благодаря которым мы становимся интереснее, сильнее, успешнее.

2. Основная часть.

«Как преодолеть жизненные трудности»

Педагог: У меня в руках два письма, одно письмо написано мальчиком 14 лет, у которого полноценная семья, хорошее здоровье и неплохие успехи в школе. А второе письмо написала девочка того же возраста, только врачи поставили ей страшный диагноз – РАК.

Я вам хочу зачитать их.

Письмо мальчика: «Мне кажется, что меня вообще никто не понимает, не любит. Я никому не нужен. Дома родители только и говорят «Ты должен»: должен хорошо учиться, помогать по дому, хорошо себя вести, вырасти хорошим человеком, а сами, чуть что: «Не лезь, ты ничего не понимаешь, это тебе еще рано», а то кричат и ругаются. Есть у меня друг, но он теперь не друг, а предатель: я ему рассказал, что мне нравится одна девушка, а он рассказал всем, теперь все надо мной издеваются, и эта девчонка тоже издевается. Я вообще не хочу жить, лучше умру. Тогда все они узнают, все они пожалеют, только будет уже поздно».

Письмо девочки: «Меня зовут Юлия. Три года я больна раком. С того момента, когда медицина отобрала у меня последнюю надежду, я жду смерти. Часто, когда уже нет сил сквозь слезы я разговариваю с Богом только ему я могу выразить все что чувствую. Сейчас сижу возле компьютера, и я разъярена просто! Хожу по этим разным блогам и читаю, как они не хотят жить!! Люди!!! Хотите я с вами поменяюсь!??? Сегодня ко мне приходил мой классный руководитель. Рассказывал о друзьях, подругах, о школе. Лучше бы он совсем не приходил. Как я им завидую. Завидую, что они могут ходить в школу, на танцы, кататься на велике, а больше всего того что **они могут жить**. Сегодня хочу попробовать улыбнуться маме. Так мало улыбок дано мне уже будет ей подарить. Знаю, что это приносит ей огромную радость. Мне так трудно принять факт, что скоро меня не будет. Что не посмотрю уже в окно. Не посижу уже на балконе. Не обниму маму, не увижу это ясное солнышко, не услышу пение птиц...Я просто хочу жить.»

Как вы думаете, кто из ребят выстроил неправильное отношение к жизни, к ее проблемам и ценностям?

Я предлагаю вам, ребята, разбиться на 2 группы, и обсудить, как помочь нашим ребятам в сложившейся ситуации, как поддержать их. Первая группа анализирует письмо мальчика, вторая группа – письмо девочки. Пока будет звучать музыка, вы в течение 5-7 минут изложите на бумаге свои обращения (можно с советами, рекомендациями, видением ситуации).

После этого одному или нескольким членам каждой команды предлагается зачитать свои способы поддержки.
(Ответы детей)

1. Просмотр видеоролика «ПРОСТО ЖИТЬ»

На Первом канале стартовал проект Игоря Матвиенко «ЖИТЬ» известные музыканты призывают не отчаиваться тех, кто оказался в беде. Всегда рядом есть, кому подставить плечо, помочь взглянуть на мир по-новому. Истории людей, которые, несмотря ни на что, нашли в себе силы радоваться жизни. Превозмочь, преодолеть, перебороть, чтобы жить.

- Ребята, какие чувства и эмоции вызвало у вас это видео?(обсуждение видео)

Тренинг с педагогическим коллективом по отработке действий педагога в конфликтных ситуациях

Цель тренинга: Предоставление возможности педагогам, участникам занятий получить теоретические знания и практический опыт конструктивного разрешения педагогических конфликтов с учетом специфики воспитанников.

Задачи:

- предоставить теоретическую информацию о конфликтах и их причинах, об особенностях педагогических конфликтов;
- обучать способам анализа и методам нахождения решения в конфликтной ситуации;
- помочь участникам скорректировать свое поведение в сторону снижения его конфликтности;
- способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению;
- развивать умения и навыки командного взаимодействия.

Ожидаемые результаты: умение вырабатывать педагогами адекватные способы поведения в конфликтной ситуации и эффективные способы разрешения конфликтов.

Тренинг для педагогов «Поведение в конфликтах»

*Конфликты - это норма жизни.
Если в вашей жизни нет конфликтов,
проверьте, есть ли у вас пульс*

Ч.Ликсон.

Любой межличностный конфликт можно считать стрессом, и только от его участников зависит, будет он конструктивным или деструктивным.

- Запишите на одном листочке качества характера, провоцирующие конфликты, а на другом - качества характера, препятствующие возникновению конфликтов. Подумайте, и скажите - какие качества есть у вас.

ЧТО ПРОВОЦИРУЮТ КОНФЛИКТ	ЧТО ПРЕПЯТСТВУЮТ КОНФЛИКТУ
▪ Раздражительность ▪ Обидчивость ▪ Вспыльчивость ▪ Подозрительность ▪ Хвастовство ▪ Самомнение ▪ Нетерпение ▪ Дерзость	• Доброжелательность • Умение прощать • Самоконтроль • Доверчивость • Скромность • Самокритичность • Терпение • Воспитанность

- А с чем связана реакция на стресс, тревожность?
(с темпераментом человека, его личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием).

- Человечество давно бы исчезло с лица земли, если бы люди не научились договариваться, учитывать не только свои, но и чужие интересы. Конфликты — это столкновение интересов.

- Рассмотрим типы поведения в общении с другими людьми, конфликтных ситуациях

Приспособление, т.е. принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого. Эта стратегия уместна, когда ради сохранения отношений человек готов жертвовать своей выгодой. В этом случае сторона, идущая на уступки, проигрывает другой стороне. Сохранение истинных партнерских отношений в этом случае проблематично. Эта стратегия характеризует мирного, уступчивого человека.

Избегание, или уход – уклонение от принятия решений. Эта стратегия используется, когда цена вопроса не велика или нужна пауза для принятия решения. Хотя при этом сохраняются отношения, ни одна из сторон не получает преимуществ, конфликт не разрешен, а только притушен. Чаще всего стратегию «избегания» используют люди, неуверенные в себе.

Сотрудничество, или кооперация – поиск решения, устраивающего обе стороны. Эта стратегия является самой эффективной, потому что в этом случае выигрывают обе стороны. Этой стратегии обычно придерживаются сильные, зрелые, уверенные в себе люди. Стратегия укрепляет отношения и дает взаимные выгоды.

Конкуренция, или соперничество – стремление добиться своего за счет другого. Эта стратегия оправдана в критических ситуациях, когда решаются жизненные вопросы, а также в том случае, если вас используют в своих интересах. Выигрывает тот, кто сильнее. Цена победы – разрыв отношений, страдания проигравшего. Чаще всего эту стратегию используют люди, уверенные в себе, агрессивные, амбициозные.

Рольевая игра «Контакты и конфликты»

Рассмотрите ситуации и оцените поведение их участников. Попробуйте спрогнозировать последствия каждого инцидента.

1. «Грамотные стали»

Покупатель: «Почему вы продаете стограммовые упаковки майонеза по цене двухсотграммовых?»

Продавец: «С чего вы взяли?» **Покупатель:** «Ну вот же, на ценнике написано - вес - 200 г, цена - 10 рублей. А упаковки стограммовые. Я вчера купила, думала, вы ошиблись. А сейчас вижу, что вы просто ценники перепутали».

Продавец: «Ничего мы не перепутали. По сколько надо, по столько и продаем. А не нравится - идите в другой магазин, поищите подешевле. Грамотные стали».

2. «Только не надо нас пугать»

Учитель: «Я пригласил Вас, чтобы выяснить, почему ваш сын пропускает уроки литературы».

Мама ученика: «А что ему делать на ваших уроках? Толстого и Достоевского читать? Вы знаете, что он у меня профессионально занимается танцами, его ждет артистическая карьера. Пусть он лучше поспит лишний часок или погуляет».

Учитель: «Но вы понимаете, что оценка по литературе в аттестате будет стоять не за его танцевальные успехи. Он получит то, что заслуживает».

Мама ученика: «Ой, только не надо нас пугать. Думаете, на вас управа не найдется?»

3. «Вас никто здесь не держит»

Представитель рабочих: «Я пришел к Вам от имени трудового коллектива, чтобы выяснить, почему нам третий месяц не платят зарплату?»

Начальник: «Мне очень жаль, но денег нет - предприятие, которому мы поставляем нашу продукцию, обанкротилось».

Представитель рабочих: «Но администрация предприятия исправно получает зарплату, вы недавно поменяли мебель в офисе и приобрели новую иномарку».

Начальник: «Эти средства взяты не из фонда заработной платы».

Представитель рабочих: «Нам все равно, из каких фондов вы нам заплатите - верните наши деньги. Если бы не школьные завтраки, наши дети падали бы в голодные обмороки».

Начальник: «Я же сказал вам, что денег пока нет. И неизвестно, будут ли вообще. Не хотите ждать - вас никто здесь не держит. Тогда точно ничего не получите».

- Предложите свои стратегии поведения в данных ситуациях. Разыграйте эти сценки, используя более эффективные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

- Вспомните случай, когда ваше поведение в конфликтной ситуации привело к неприятным для вас последствиям - разрыву отношений с близкими, вызову родителей в школу, проблеме с правоохранительными органами и т.д. Как бы вы поступили, если бы можно было повернуть время вспять? Чему вас научила эта ситуация?

При избегании ни одна из сторон не достигает успеха. При соперничестве и приспособлении одна сторона оказывается в выигрыше, а другая проигрывает. И только при сотрудничестве в выигрыше оказываются обе стороны.

Составим правила поведения в конфликтной ситуации

1. Если возник спор, обсуждайте только его предмет, не переходя на личности.

2. У каждого человека может быть свое личное мнение. Уважайте мнение партнера. Выслушайте его до конца, не перебивая, быть может, оно в чем-то совпадает с вашим.

3. Улыбка и доброжелательность – лучшие помощники в решении самых спорных вопросов.
4. Сохраняйте «свое» лицо. Гнев, злоба и крик явно его «испортят».
5. Проявляйте чувство юмора – хорошая и уместная шутка может «разрядить» обстановку и помочь в решении даже самых напряженных вопросов.

Наши чувства и эмоции - это выражение нашего отношения к людям, событиям, явлениям. Порой мы бываем гневными, раздражительными, агрессивными.

Агрессивный стиль поведения разрушает отношения между людьми и провоцирует конфликты.

Людям, которые не умеют управлять своими эмоциями, не следует выбирать профессии, связанные с общением, обслуживанием, воспитанием, обучением. Обращение с животными также требует умения контролировать себя, сдерживать гнев и раздражение.

Необходимо учиться контролировать свои эмоции. Если это трудно, то направляйте их в мирное русло – спорт, творчество.

Упражнение «Рассерженные шарики» (автор Темми Хорн)

Предлагаю Вам научиться злиться, никого при этом не обижая

Надуйте воздушный шарик и держите его крепко в руках

Представьте себе, что шарик – это ваше тело, а воздух внутри вашего тела - это ваша злость.

Как вы думаете, что случится с шариком, если его выпустить из рук?

Давайте на счет 1-2-3 попробуем отпустить его. Итак, приготовились.....1-2-3

- Вы видите, что наши шарики мечутся по комнате, они стали совершенно неуправляемые. Так бывает и с человеком – когда он злится, может совершать поступки, не контролируя себя.

- Надуйте шарик снова и..... попробуйте выпустить из него воздух маленькими порциями.

- Что теперь происходит с шариком? (он понемногу сдувается)

- А что происходит с гневом внутри шарика? (он потихоньку выходит из него)

- Поэтому важно избавляться от гнева и злости постепенно, дозированно

Сделаем вывод: «Нашим гневом можно управлять»

- А еще гнев, зависть, агрессию, злость можно выпустить с помощью мыльных пузырей.
Учитесь властвовать собой.

-Надо понимать: Уверенное поведение позволяет человеку высказываться четко, поступать порядочно, действовать убедительно, разбираться в себе и других, отстаивать свои права.

-Надо помнить: Слаженное взаимодействие эмоции и интеллекта, обеспечивает успех человека во многих сферах жизни и деятельности.

Литература:

1. Резапкина Г.В. Уроки самоопределения (система классных часов для учащихся 5-9 классов)
2. Кэдыосон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб., 2000