**«Всероссийский конкурс профессионального мастерства**

**«Педагог-психолог России – 2021»**

*Конкурсное испытание:*

**«Защита реализуемой психолого-педагогической практики»**

Описание реализуемой психолого-педагогической практики

педагога-психолога МБДОУ №1 «Улыбка»

*Южаковой Светланы Александровны*

пгт. Смирных

2021г.

**1. Раздел**

**Наименование реализуемой практики**: цифровая (виртуальная) психологическая игра-общение «Мир наизнанку».

**Направленность реализуемой практики**: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ.

**Разработчик**: педагог-психолог МБДОУ №1 «Улыбка» Южакова Светлана Александровна.

**Сайт: https://nsportal.ru/yuzhakova-svetlana-aleksandrovna**

**Адрес электронной почты: yuzhakovayarkova.svetlana@mail.ru**

*Актуальность*

Вся наша жизнь - непрерывный поток стрессов, событий, разговоров, конфликтов, разочарований и впечатлений. Мы каждую минуту что-то переживаем. Но понять природу этих переживаний бывает сложно даже взрослому, не говоря уже о детях. Вот почему важно вовремя научить ребёнка разбираться со своими эмоциями: не подавлять их, а дружить с ними.

Открытие эмоционального интеллекта - одно из важнейших открытий последнего времени. Многие увидели в нем практическую пользу для повышения своей эффективности и эффективности организации. Владение описанными в теории инструментами позволяет избежать многих конфликтов между руководителями и подчиненными, между родителями и детьми, между мужьями и женами. Позволяет более эффективно мотивировать себя и других людей на решение задач. Позволяет быстро восстанавливаться после стрессовых нагрузок и более результативно использовать энергию для достижения целей. Можно без преувеличения сказать, что EQ(и-кью) - ключ к управлению собой и другими людьми. И, в отличие от грубых манипуляций и давления, оставляющих неприятный осадок, этот тип управления позитивен, он окрыляет творчески.

Родители, как правило, уделяют большое внимание интеллектуальному развитию ребенка, совсем не думая о его эмоциональном состоянии. Часто их требования не совпадают с желаниями детей, а это неминуемо ведёт к психосоматическим проблемам. Когда малыш злится или расстраивается, он не знает, как себя вести. Его успех во взрослой жизни зависит от того, насколько он освоит искусство осознавать свои и чужие эмоции и контролировать их.

В настоящее время все больше вызывает к себе интерес проблема связи чувств и разума, эмоционального и рационального, их взаимодействия и взаимовлияния. Эмоциональный интеллект – это явление, которое объединяет в себе умение различать и понимать эмоции, управлять собственными эмоциональными состояниями и эмоциями своих партнеров по общению. Область изучения эмоционального интеллекта является сравнительно молодой и насчитывает чуть больше одного десятилетия.

Однако сегодня этой проблемой занимаются специалисты уже по всему миру. Среди них Л. Моррис, Э. Ориоли, Д. Карузо, Д. Гоулман, С. Гринспен, Г. Орме, К. Кеннон и многие другие. Впервые термин “эмоциональный интеллект” был употреблен в 1990 году Дж. Мейером и П.Саловеем. Одно из определений эмоционального интеллекта, сформулированное этими авторами, звучит как “способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания эмоций и эмоциональных знаний; а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту” личности.

Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в дошкольном и младшем школьном возрасте, поскольку именно в эти периоды идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и децентрации (умения встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства). Работа по расширению эмоционального интеллекта целесообразна и с подростками, которые отличаются высокой сензитивностью и гибкостью всех психических процессов, а также глубоким интересом к сфере своего внутреннего мира. Сегодня в Канаде и Европе открыты целые институты, занимающиеся проблемой взаимосвязи эмоций и интеллекта, а также созданы отдельные программы для развития эмоционального интеллекта детей.

Для понимания термина “эмоциональный интеллект” необходимы теоретические разъяснения. Эмоциональный интеллект (EQ) – способность человека управлять самим собой и другими людьми. Эмоциональный интеллект включает в себя самосознание, контроль импульсивности, уверенность, самомотивацию, оптимизм, коммуникативные навыки, умение эффективно выстраивать взаимоотношения с другими людьми. Это то, как мы справляемся с душевной болью, разочарованием, стрессом и неприятностями. Неразвитый EQ даже у самых блестящих людей может нивелировать карьерные перспективы, разрушить отношения и привести к разного рода зависимостям. Поэтому эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни и карьере каждого человека.

В современной психологии доказано, что эмоции тесно связаны с потребностями человека. Они помогают ему адаптироваться к окружению, побуждают к действию. Эмоции помогают человеку, понять насколько его собственное поведение и испытываемые им воздействия соответствуют его основным потребностям, интересам и ценностям. Эмоции выражают целостное отношение человека к миру, а формирование ценностно-эмоционального отношения детей опосредовано развитием эмоциональной сферы личности педагога.

У педагогов и психологов может возникнуть справедливый вопрос: а почему так важно развивать эмоциональный интеллект? Ответ дают многочисленные исследования ученых, свидетельствующие о том, что низкий уровень эмоционального интеллекта способен привести к закреплению комплекса качеств, названного алекситимией. Алекситимия - затруднение в осознании и определении собственных эмоций – повышает риск возникновения психосоматических заболеваний у детей и взрослых. Таким образом, умение разбираться в собственных чувствах и управлять ими является личностным фактором, укрепляющим психологическое и соматическое здоровье ребенка.

Кроме того, исследователи установили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - всем известный IQ – коэффициент интеллекта, измеряющий степень умственных способностей человека. Этот вывод ученых перевернул в середине 90-х годов XX века взгляды на природу личностного успеха и развития человеческих способностей. Оказывается, что совершенствование логического мышления и кругозора ребенка еще не является залогом его будущей успешности в жизни. Гораздо важнее, чтобы ребенок овладел способностями эмоционального интеллекта, а именно:

- умением контролировать свои чувства так, чтобы они не “переливались через край”;

- способностью сознательно влиять на свои эмоции;

- умением определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть (признавать их);

- способностью использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;

- умением эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения; способностью распознавать и признавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему.

Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в дошкольном возрасте, поскольку именно в этот период идет активное эмоциональное становление детей, развитие их самосознания, способности к рефлексии и децентрации (умению встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства).

Работая с детьми дошкольного возраста, я обратила внимание, что детям порою сложно управлять своим эмоциональным состоянием, некоторые не умеют по-настоящему веселиться, испытывать эмоциональное благополучие и смеяться от души. Многим дошкольникам сложно определить грустит человек или радуется. Для маленького ребенка распознавание и передача эмоций — достаточно сложный процесс, который требует от него определенных знаний, определенного уровня развития. Передача эмоций — это не только выражение лица, но и определенная поза, жесты, которые соответствуют тому или иному эмоциональному состоянию. А ведь эмоции играют важную роль в жизни детей: они помогают воспринимать действительность и реагировать на нее, в конечном итоге определяют всю жизнь человека.

**Клаус Фопель** – немецкий психолог и психотерапевт пишет: «Родители и дети живут сейчас более интенсивной жизнью, в которой все меньше времени остается для общения друг с другом, для совместных занятий» и далее «Сегодня у детей, подростков и взрослых больше возможностей выбора, что осложняет взаимоотношения. Это значит, что умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится все более важным». Именно поэтому основная задача его игр – это развитие эмоциональной сферы и эмоционального интеллекта. Фопель считает, что организуя интерактивные игры с детьми, педагоги могут достичь следующих целей: помочь детям ощутить единение с другими, вселить в детей надежду и учить их сочувствию, показать им, что значит уважение, помочь детям ясно мыслить, исследовать и анализировать реальность, научить детей принимать решения и помочь расцвету личности ребенка.

 Мы провели ряд экспериментальных диагностических исследований (они представлены в методической разработке), получили следующие данные:

- 71% педагогов – **чувствуют психологический дискомфорт в общении с учениками, педагогами и родителями.**

- 79% родителей – не замечают эмоционального негативного состояния своего ребенка («не общаются по душам»);

**- 84% детей чувствуют психологический дискомфорт среди сверстников, педагогов и родителей (у меня нет такой игрушки, учебная тревожность и т.д.).**

Я долго изучала эту проблему – психологического комфорта и эмоционального общения (внутреннего и межличностного) и поняла, всем участникам ОП комфортно общаться на расстоянии (по телефону, через ватсап и т.д.), как бы закрывая себя маской (однажды на занятии, мы с детьми изготавливали маски, и один мальчик, нарисовав себе маску, поднес ее к лицу и стал очень много рассказывать нам, как только он убрал маску, он закрылся). Так я пришла к идеи виртуальной психологической игры-общения, которая направлена на развитие эмоционального интеллекта у участников образовательных отношений.

Сегодня уже доказано, что на формирование эмоционального интеллекта влияет развитие таких личностных свойств, как эмоциональная устойчивость, положительное отношение к себе, внутренний фокус контроля (готовность видеть причину происходящих событий в себе, а не в окружающих людях и случайных факторах) и эмпатия (способность к сопереживанию).

**Нормативно-правовое обеспечение**:

1. Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012).
2. [Профессиональный стандарт «Педагог-психолог](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_185098/1d5a331e22b04694fd4ed9299de5f0008af6c799/) (психолог в сфере образования)» (от 24 июля 2015 г. № 514н).
3. [Концепция](https://legalacts.ru/doc/kontseptsija-razvitija-psikhologicheskoi-sluzhby-v-sisteme-obrazovanija-v-rossiiskoi/) развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (от 19 декабря 2017 г.).
4. [Конвенция о правах ребенка](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/) (от 20 ноября 1989 года).
5. [«Этический кодекс психолога»](http://xn--n1abc.xn--p1ai/rpo/documentation/ethics_klyatva.php)(от 14.02.2012).

**Психологическая игра-общение «Мир наизнанку**»**,** направлена на развитие психологического здоровья и эмоционального интеллекта всех участников образовательных отношений.

***Цель психологической игры-общения*** – создание безопасного психологически комфортного сетевого пространства между участниками образовательных отношений для развития эмоционального интеллекта.

*Задачи:*

- развитие умения участников образовательных отношений общаться, сотрудничать и взаимодействовать в разнообразных образовательных ситуациях;

- развитие эмоциональной сферы у участников образовательных отношений;

- фиксация собственного решения проблемной ситуации участниками игры, изучение моделей поведения и общения в актуальной ситуации;

- содействие процессу личностного роста педагогического коллектива и родителей, реализация их творческого потенциала.

***Целевая группа:***

1. Дети 5-18 лет;

2. Родители;

3. Педагоги.

*Технические требования:*

- ПК со стабильным доступом к сети Интернет

- Веб-камера

- Устройства для приема и передачи звука (наушники, микрофон)

- Необходимое программное обеспечение для проведения онлайн-занятий

- Знание и умение использовать платформы для проведения онлайн блиц-опросов

**Ожидаемые результаты реализации практики**:

«Мир наизнанку» это инновационная форма работы в образовании, позволяющая объединить всех участников ОП в контексте эмоционального безопасного общения в решении проблемных образовательных ситуаций.

*Правила цифровой психологической игры:*

1. Правило виртуального собеседника. Перед началом игры ведущий задает персонажа – необходимо подписать свой ник – именем персонажа (например, собака, белка и т.д.)

2. Правило маски. Участники визуально закрыты (выключена камера)

3. Правило «Стоп голос». Общение только через чат (звук отключен)

4. Правило «Я – высказывание». Высказываем свое мнение, не критикуем чужое, уважительное отношение к собеседнику.

5. Общение строится на введение участников игры в актуальную для них, проблемную ситуацию.

 *Психологический момент игры* заключается в том, что до определенного этапа игры участники визуально закрыты и не знают с кем они играют.

 Виртуальная игра позволяет стереть статусы участников (нет педагога, нет родителя, нет ребенка – есть только персонажи - собеседники, все одинаковы между собой).

*Принципы игры:*

* Принцип индивидуального подхода
* Принцип деятельностного подхода
* Принцип преемственности
* Принцип самоактуализации
* Принцип благополучия участников
* Принцип коммуникации
* Принцип соблюдения интересов участников образовательного пространства
* Принцип вариативности.

**Плюсы виртуального современного общения через игру-общение:**

Виртуальное общение дает возможность изучить свои истинные эмоции, записав после игры свои ощущения и чувства в специальный дневник. Участник всего лишь образ, так же, как и его собеседники по другую сторону монитора. Виртуальное общение раскрепощает людей. Сетевая игра является отличным способом для самоутверждения и самовыражения, повышения самооценки. Поучаствовав всего лишь один раз, участник всегда будет ждать следующей встречи.

Возникает вопрос – причем здесь ЭИ? Разработанные ситуации позволяют пропустить через собственный опыт свое эмоциональное отношение к проблемной ситуации, эмоциям и чувствам других участников.

***Какие актуальные образовательные ситуации можно решить благодаря данной игре-общению:***

**Разделы для школы:**

- профилактика буллинга (через объединение 3 классов);

- школьная дезадаптация, низкая учебная мотивация;

- работа с одаренными детьми;

- профилактика суицидальных проявлений и употребление ПАВ;

- развитие эмоционального общения между педагогами, учениками, родителями.

**Разделы для дошкольной организации:**

- психологическая готовность к школьному обучению, снижение учебной тревожности;

- работа со страхами, формирование адекватной самооценки;- работа с одаренными детьми;

- профилактика буллинга;

- развитие эмоционального общения между педагогами, воспитанниками, родителями;

- формирование детско-родительских отношений.

*Структура игры:*

1. Приветствие

2. Психологический настрой на виртуальное общение

3. Вхождение в актуальную проблему

4. Решение проблемной ситуации

5. Открытие участников

6. Рефлексия

Суть игры – 3 участника помещены в виртуальное пространство (платформа ZOOM) – благодаря цифровому образовательному проекту в рамках национального проекта, в каждом ОУ есть необходимое техническое оснащение. Участники друг друга не видят, не слышат, психологически, где комфортно? У себя дома. Общаются только через ЧАТ (если ребенок-дошкольник или младший школьник, то родитель сидит вместе с ним). В зависимости от **проблемной ситуации** психолог – создает совместную деятельность игроков (дает им задание).

*Как воздействует игра-общение «Мир наизнанку» на ребенка:*

1. Психологический мотив игры - проявление интереса, азарта (Интересно с кем я играю? Но, я узнаю только в конце игры).

2. Попадание в проблемную ситуацию ребенка, перенос полученного опыта решения проблемы ребенком на себя, выработка эмоциональной устойчивости к проблеме (Видит свою проблему со стороны и делает выводы).

3. Развитие эмоционального интеллекта.

***4. Трансформация опыта виртуального общения в живое (встречаясь в ОУ те участники, которые играли вместе, уже чувствуют между собой эмоциональную связь, их связывает общение без статуса, без границ).***

***Дошкольный возраст***

*Раздел 1. Психологическая готовность к школьному обучению, снижение учебной тревожности.*

*Цель -* содействие адаптации ребенка к школьному обучению, выявление причин тревожных проявлений.

Для достижения данной цели необходимо решать *задачи:*

- выявлять психологические особенности ребёнка, которые могут в дальнейшем обусловить возникновение определенных сложностей или отклонений в его интеллектуальном или личностном развитии.

- способствовать формированию навыков учебной деятельности (способности включаться в общую деятельность, умению слышать и понимать инструкцию и т.д.);

- повысить уровень произвольности психических процессов и поведения будущих первоклассников;

- формирование навыка конструктивного общения.

 В данном разделе могут участвовать – дети старшего дошкольного возраста, воспитатели, учителя начальных классов, специалисты, родители.

*Виртуальная игра для детей старшего дошкольного возраста длится до 15 минут.*

**Темы для игры-общения:**

1. Запомни картинки – межличностное общение.

2. Превращение геометрических фигур в предметы – работа в команде, развитие воображения.

3. Создание «Школы Зверей» - формирование положительного отношения к школе, детскому саду.

4. Рисуем все вместе (цветная гусеница) – работа в команде, умение действовать по инструкции.

5. Команда игроков против Эмоши («Разгадайте загадки») – навык конструктивного общения.

6. Рисуем доброго учителя «Школы Зверей» - формирование положительного отношения к школе.

7. В мире точек (общий виртуальный рисунок) - работа в команде, умение действовать сообща.

8. Собери портфель Эмоше - формирование положительного отношения к школе.

9. Украсим футболку для Эмоши - работа в команде, развитие воображения, волевой саморегуляции.

10. Необычный морской житель (Песочная виртуальная игра) - работа в команде, умение действовать сообща.

11. «Мы все так похожи» - навык конструктивного общения.

12. «Дорога в школу» - формирование положительного отношения к школе.

13. «Приключение …» (Сторителлинг) - работа в команде, развитие воображения, волевой саморегуляции.

14. «В гостях у Совушки» - психологическая готовность к школьному обучению.

15. «Скоро в школу» - психологическая готовность к школьному обучению.

*Раздел 2. Работа со страхами, формирование адекватной самооценки.*

 В данном разделе могут участвовать – дети старшего дошкольного возраста, воспитатели, учителя начальных классов, специалисты, родители.

*Цель -* психолого-педагогическое содействие формированию адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста,

*Задачи:*

- развитие у ребенка умений и навыков психофизической саморегуляции (снятие мышечного и эмоционального напряжения) и навыков владения собой в критических стрессовых ситуациях);

- формирование коммуникативных компетенций: умений и навыков конструктивно строить общение, избегать эмоциональных конфликтов,позитивного отношения к другим людям;

- укрепление идентичности через развитие способности видеть в себе «хорошее»;

- повышение самооценки и уверенности в себе.

**Темы для игры-общения:**

1. «Два домика» - снижение психоэмоционального напряжения, уровня тревожности.

2. «Цветные ладони» - повышение самооценки ребенка.

3. «Я не один» - снижение психоэмоционального напряжения, уровня тревожности.

4. «Неизвестный цветок» - сплочение игроков, снижение тревожности, повышение самооценки.

5. «Солнечный круг» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

6. «Волшебное зеркало» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

7. «Наши чувства – где они» - осознание своих эмоций и чувств в различных ситуациях.

8. «Я умею хорошо» - повышение самооценки ребенка.

9. «Главная роль» - повышение самооценки ребенка.

10. «Ромашка успеха» - повышение самооценки ребенка.

11. «Сказочная шкатулка» - формирование положительной «Я»-концепции, самопринятия, уверенности в себе.

12. «Волшебный звук» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

13. «Тень» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

14. «Радуга силы» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

15. «Волшебная палочка» - преодоление страхов, формирование чувства близости с другими людьми.

*Раздел 3. Работа с одаренными детьми.*

 *Цель -* сохранение психофизиологического здоровья одаренных детей, формирование конструктивной модели общения.

*Задачи:*

- профилактика стрессовых ситуаций у детей;

- формирование у педагогов, детей и родителей общей психологической культуры;

- формирование внимания к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам, способностям и знаниям, его отношению к себе, сверстникам, взрослым, к окружающему миру, происходящим семейным и общественным событиям, к жизни как таковой.

**Темы для игры-общения:**

1. «Три задания» - формирование чувства близости с другими людьми, сплочение игроков.

2. «Сколько успеешь» - навык конструктивного общения, формирование положительной «Я»-концепции;

3. «Загадки Мишутки» - навык конструктивного общения, работа в команде;

4. «Логикус» - умение творчески и нестандартно подходить к использованию самых обычных предметов;

5. «Точка зрения» - учить использовать приемы при решении возникших задач;

6. «Что я загадала?» - учить использовать приемы при решении возникших задач, навык конструктивного общения;

7. «Кот в мешке» - умение творчески и нестандартно подходить к использованию самых обычных предметов;

8. «Изобретатель» - умение творчески и нестандартно подходить к использованию самых обычных предметов;

9. «Три домика» - навык конструктивного общения, формирование положительной «Я»-концепции;

10. «Заколдованный сад» - умение творчески и нестандартно подходить к использованию самых обычных предметов.

*Раздел 4. Развитие эмоционального общения между педагогами, воспитанниками, родителями.*

 *Цель –* развитие и совершенствование эмоционального общения, в процессе взаимодействия между участниками образовательного пространства.

 *Задачи:*

*-* актуализировать существующие проблемы во взаимодействии, способствовать преодолению трудностей в общении;

*-* формировать умение принимать позицию собеседника;

- формирование безопасной комфортной среды для общения.

**Темы для игры-общения:**

1. «Улыбка» -осознание эмоционального восприятия игроков;

2. «Вопросики - секретики» - выяснение удовлетворенности ребенком об­щением с воспитателями и родителями и ее причин;

3. «Мы похожи» - работа в команде, развитие воображения, навык конструктивного общения;

4. «Веснушки» - научить игроков принимать отличающуюся от их собственной точку зрения, общаться, не пытаясь изменить со­беседника;

5. «В гостях у сказки…» - развитие умения находить общее для всех и отличительное;

6. «Кто эта маска» - развитие умения производить впечатление в соответствии с выбранным образом и восприятие;

7. «Давайте говорить друг другу комплименты!» - осознание эмоционального восприятия игроков;

8. «Извините» - осознание эмоционального восприятия игроков;

9. «Приветик» - релаксация, закрепление положительных эмоций;

10. «Наши чувства – где они» - осознание своих эмоций и чувств в различных ситуациях.

*Раздел 5. Формирование детско-родительских отношений.*

 *Цель –* психолого-педагогическое сопровождение семьи в воспитании детей, при этом, не подменяя ее, а дополняя и обеспечивая более полную реализацию ее воспитательных функций.

*Задачи:*

*-* повышение и содействие общей культуры семьи и психолого-педагогической компетентности родителей;

- использование с родителями инновационной форм сотрудничества и совместного творчества, исходя из индивидуально-дифференцированного подхода к семье;

- воспитание уважения к детству и родительству, позитивному и открытому выражению чувств.

**Темы для игры-общения:**

1. «Гномики» - формирование у родителей строить свои отношения с ребёнком с учётом его индивидуальных особенностей;

2. «Ласка» - развивать умения выражать чувства;

3. «Минута шалости» - снятие психоэмоционального напряжения, создание настроения раскованности;

4. «Мамина ладонь» - развитие умения выражать чувства, накапливать эмоциональный опыт;

5. «Ты молодец» - формирование чувства близости, доверия;

6. «Мастерская чудес» - выработать навыки конструктивного общения, совместной деятельности;

7. «Моё дерево-характер» - формирование позитивного отношения к своему «Я», знакомство участников с индивидуальными особенностями друг друга;

8. «Мостик» - установить доверительные отношения, умение договариваться;

9. «Копилка хороших поступков» - формирование желания делать друг другу добро;

10. «Работа с сердитым журналом» - выработка конструктивных методов и приёмов разрешения конфликта;

11. «Обида» - отработать негативный эмоциональный опыт;

12. «Радуга эмоций» - развитие умения выражать чувства, накапливать эмоциональный опыт;

13. «Волшебное объятие» - формирование чувства близости, доверия;

14. «Мамы разные важны» -формирование позитивного отношения к своему «Я», знакомство участников с индивидуальными особенностями друг друга;

15. «Детский смех» - выработка конструктивных методов и приёмов разрешения конфликта.

***Младший школьный возраст, подростки***

*Раздел 1. Профилактика буллинга.*

 *Цель –* создание благоприятных условий для успешного становления классного коллектива и развития каждого ребенка, создание условий для сохранения психического и психологического здоровья учащихся.

*Задачи:*

- развивать у учащихся личностные качества, препятствующие проявлению буллинга (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия);

- использовать игру-общение, ориентированную на организацию совместной деятельности школьников и взрослых, способной изменить систему сложившихся взаимоотношений;

- профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся.

 В данном разделе могут участвовать – дети младшего школьного возраста и подростки, учителя начальных классов, специалисты, родители.

**Темы для игры-общения:**

1. «Безмолвный крик» - формирование собственной цели деятельности, мотивация и осознание собственной ответственности за достижение определенных результатов;

2. «Моя маска» -научить участников распознавать социальные роли буллинга;

3. «Эмоции» - дать возможность участникам почувствовать переживания, которые возникают у жертвы буллинга, воспитывать чувство эмпатии;

4. «Почему так происходит» - формирование собственной цели деятельности, мотивация и осознание собственной ответственности за достижение определенных результатов;

5. «Одна ситуация – три выхода» - дать возможность участникам почувствовать переживания, которые возникают у жертвы буллинга, воспитывать чувство эмпатии;

6. «Пара противоположностей» - навык построения Я-сообщения как оптимального способа вербализации эмоций;

7. «Я злюсь…, на меня злятся…» - проработать негативные эмоции и чувства, в частности злость, ненависть, враждебность;

8. «Письмо любви» - формирование собственной цели деятельности, мотивация и осознание собственной ответственности за достижение определенных результатов;

9. «Стаканчик для криков» - формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения;

10. «Тучка» - формирование умения расслаблять мышцы лица в «неприятной ситуации»;

11. «Разговор с руками» - формирование умения контролировать свои действия;

12. «Говори!» - освоение детьми приёмов саморасслабления;

13. «Цветочный дождь» - навык построения Я-сообщения как оптимального способа вербализации эмоций;

14. «Тренируем эмоции» - формирование умения выражать свои мысли, освоение детьми приёмов саморасслабления;

15. «Мы вместе» - дать возможность участникам почувствовать переживания, которые возникают у жертвы буллинга, воспитывать чувство эмпатии.

*Раздел 2. Школьная дезадаптация, низкая учебная мотивация.*

 *Цель* –создание условий для сохранения психического и психологического здоровья учащихся, содействие адаптации ребенка к школьному обучению, выявление причин тревожных проявлений.

 *Задачи:*

- способствовать формированию навыков учебной деятельности (способности включаться в общую деятельность, умению слышать и понимать инструкцию и т.д.);

- повысить уровень произвольности психических процессов и поведения будущих первоклассников;

- формированиенавыка конструктивного общения.

**Темы для игры-общения:**

1. «Школьный сторителлинг» - игра развивает способность быстро находить многообразные, иногда совсем новые связи и отношения между привычными понятиями, творчески создавать новые целостные комбинации из отдельных разрозненных элементов;

2. «Ключ к неизвестному» - развитие познавательной активности, целенаправленности мыслительного процесса;

3. «Я – сильный» - самореализация младших школьников;

4. «Успех» - развитие познавательной активности, целенаправленности мыслительного процесса;

5. «Сова» - игра развивает способность быстро находить многообразные, иногда совсем новые связи и отношения между привычными понятиями, творчески создавать новые целостные комбинации из отдельных разрозненных элементов;

6. «Запомни картинки» – межличностное общение;

7. Создание «Школы Зверей» - формирование положительного отношения к школе;

8. Необычный морской житель (Песочная виртуальная игра) - работа в команде, умение действовать сообща;

9. «Мы все так похожи» - навык конструктивного общения;

10. «Дорога в школу» - формирование положительного отношения к школе.

*Раздел 3. Профилактика суицидальных проявлений и употребление ПАВ.*

*Цель* - координация усилий школы и семьи в решении проблемы сохранения иукрепления психического здоровья старшеклассников.

*Задачи:*

- осмысление значимости психического здоровья школьника как компонента его здоровья в целом; - выявление причин нарушения психического здоровья старшеклассников;

- разработка направлений взаимодействия школы и семьи с целью сохранения и укрепления психического здоровья школьников и формирования ценностного отношения их к здоровью.

**Темы для игры-общения:**

1. «Смысл жизни» - способствовать осмыслению детьми своей жизни в настоящем и в будущем;

2. «Ценить настоящее» - помочь учащимся обратиться к своим чувствам, проанализировать своеотношение к ценностям жизни;

3. «Как преодолевать тревогу» - обучение школьника приемам овладения волнением, повышенной тревожностью, формирование необходимых умений, знаний инавыков, ведущих к повышению работоспособности, к созданию «запаса прочности»;

4. «Колючка» - восстановление «отвергнутого» ребенка в коллективе класса и налаживания нормальных с ним отношений;

5. «Учимся общаться» - устранение искажений эмоционального реагирования и стереотипов поведения, реконструкция полноценных контактов ребенка со сверстниками,гармонизация образа “Я”;

6. «Мой мир» - способствовать осмыслению детьми своей жизни в настоящем и в будущем;

7. «Зеркало» - эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения,преодоление неуверенности, произвольный контроль;

8. «Я – самый…» - снятие внутренних зажимов, поиск внутренних ресурсов;

9. «Мои достижения» - поиск внутреннего ресурса, повышение самооценки;

10. «Маска» - эмоциональная поддержка, установление доверительных отношений;

11. «Путь доверия» - создание позитивного настроя на работу, развитие взаимопонимания, доверия;

12. «Я есть» - формирование чувства близости, развитие чувства безопасности, умения сопереживать;

13. «Агрессия и гнев» - развитие умения анализировать свою агрессию через игру, соизмерятьсвои силы, расширение контактов в группе;

14. «Мы вместе» -создание позитивного настроения, сплочение группы, развитиенаблюдательности, внутренней свободы и раскованности;

15. «Сделай себя счастливей» - создание позитивного настроения, развитие умения замечатьположительные качества в людях и говорить им об этом.

*Раздел 4. Развитие эмоционального общения между педагогами, воспитанниками, родителями.*

 Цель – развитие и совершенствование эмоционального общения, в процессе взаимодействия между участниками образовательного пространства.

 *Задачи:*

- актуализировать существующие проблемы во взаимодействии, способствовать преодолению трудностей в общении;

- формировать умение принимать позицию собеседника;

- формирование безопасной комфортной среды для общения.

**Темы для игры-общения:**

1. «Улыбка» - осознание эмоционального восприятия игроков;

2. «Вопросики - секретики» - выяснение удовлетворенности ребенком общением с воспитателями и родителями и ее причин;

3. «Мы похожи» - работа в команде, развитие воображения, навык конструктивного общения;

4. «Веснушки» - научить игроков принимать отличающуюся от их собственной точку зрения, общаться, не пытаясь изменить собеседника;

5. «В гостях у сказки…» - развитие умения находить общее для всех и отличительное;

6. «Кто эта маска» - развитие умения производить впечатление в соответствии с выбранным образом и восприятие;

7. «Давайте говорить друг другу комплименты!» - осознание эмоционального восприятия игроков;

8. «Извините» - осознание эмоционального восприятия игроков;

9. «Приветик» - релаксация, закрепление положительных эмоций;

10. «Наши чувства – где они» - осознание своих эмоций и чувств в различных ситуациях.

**Заключение.**

 Виртуальная игра-общение «Мир наизнанку» создает новую форму общения, приемлемую для ее участников. В рамках этой формы задается актуальная проблемная ситуация, изменяются семантические смыслы предметов и действий, часто спрессовывается время, до краев наполняясь интеллектуальными и эмоциональными событиями.

В психологии практически общепринятой является точка зрения, согласно которой игра служит эффективным средством социализации и адаптации к обстоятельствам жизни, нейтрализации стрессопорождающих нагрузок и, следовательно, средством оздоровления.

По мнению ряда исследователей, психологическими механизмами ее являются замещение, вытеснение, сублимация. Игра превращается в одно из важнейших средств психотерапии и психотренинга, но также и в сферу азарта [2. 37].

Посредством игры ребенок приобретает и отрабатывает навык нахождения наилучшего решения в той или иной ситуации. Грамотно организованные игры притупляют чувство агрессии и развивают совокупность позитивных качеств.

Игры являются залогом будущих успехов растущего человека.

**Список используемых источников**

1. Берн Э. Игры в которые играют люди. М.: Эксмо 576с. 2015.
2. Богомолова Н.Н. Ситуационно - ролевая игра, как активный метод социально - психологической подготовки // Теоретические и методологические проблемы социальной психологии, Москва - МГУ, 1977 г.
3. Вуарен Н. Что такое игра? // Культура, 1982 г. №4.
4. Добрынская Е.И. Свободное время и развитие личности. Спб.: "Питер", 1993 г. – 354 с.
5. Богомолова Н.Н. Ситуационно - ролевая игра, как активный метод социально - психологической подготовки // Теоретические и методологические проблемы социальной психологии, Москва - МГУ, 1977 г.
6. Короткова Н.А.Современные исследования детской игры // Вопросы психологии: издается с 1955 года / Ред. А.М. Матюшкин, А.В. Брушлинский. - 1985. - №2 март-апрель 1985. - С.163-169.
7. Образование сегодня. [Интернет-ресурс]-Новостной образовательный портал -- Электрон. дан. --М. 2014 - режим доступа:http://lomonpansion.com/articles\_2\_3548.html
8. Смирнова Е.О.Общение дошкольников с взрослыми и сверстниками: учебное пособие. М.: Мозайка-синтез. 2012.
9. Эльконин Д.Б. Психологические игры. Москва: "Просвещение", 1978 г. – 215 с.
10. Эльконин Д.Б. "Психология игры 2-е изд. М.: Гуманитарный издательский центр-Владос 1999. 360с.
11. Шлаков С.А. Игра и дети. - Москва: "Эксмо-Пресс", 1990. – 267 с.
12. «Эмоциональный интеллект» Дэниел Гоулман.

**2 Раздел**

**СЦЕНАРИЙ ДЕМОНСТРИРУЕМОГО**

 **НА ВИДЕОЗАПИСИ ФРАГМЕНТА ВИРТУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ИГРЫ-ОБЩЕНИЯ**

 **«История сказочного леса»**

***Цель*:** выявление и преодоление учебной тревожности через психологическую игру.

*Приветствие.* Добрый день, уважаемые члены жюри, психологи-коллеги.

Вашему вниманию представлена виртуальная психологическая игра-общение «Мир наизнанку».

Благодаря данной форме общения, у нас психологов, появилась уникальная возможность психолого-педагогического сопровождения участников образовательных отношений удаленных от районных центров, семей, дети которых не посещают дошкольное учреждение; детей-инвалидов или детей с особыми образовательными потребностями, у которых нет возможности полноценно взаимодействовать со сверстниками. Кроме этого, это возможность включения через сетевое сотрудничество специалиста-психолога узкой направленности для решения конкретной проблемной задачи.

Цифровая (виртуальная) психологическая игра-общение «Мир наизнанку» - это психолого-педагогическая практика и инновационная технология оказания психолого-педагогической помощи участникам образовательных отношений, способствующая эффективной деятельности психологической службы образования.

*Перед тем как создавать виртуальную встречу – если это не профилактические мероприятия,* ***то у нас есть запрос (от педагога, ребенка или родителя). В данном случае – проблемная ситуация – запрос поступил от родителя.***

***1 этап.*** *Введение: вход в тему, определение формата работы, проблематизация.*

Здравствуйте, дорогие участники! Добро пожаловать в виртуальную игру! Сегодня нас с вами ждет увлекательное путешествие! А для этого мне необходимо выбрать карту из волшебного мешочка. Если Готовы, в чате ставьте +? У нас выпала карта – история сказочного леса.

**Игра началась.**

**Слайд 1.** Здравствуйте, друзья! Меня зовут \_ЛИНА\_, я живу в сказочном лесу. У меня есть друг Тигренок по имени Том. Он пошел в подготовительную группу «сказочного Детского сада». Проходил одну неделю, 2 неделю. И что-то в нем изменилось. Стал Том грустный, плохо кушает и даже совсем не хочет играть. А вчера он мне сказал, что не хочет ходить в детский сад!!! Бельчонок, Лисенок и Зайчонок, пожалуйста, помогите!!!

*2 этап - Основная часть.*

*Психолог: Уважаемые участники, каждый из вас сейчас сказочный персонаж. Это* Бельчонок, Лисенок и Зайчонок. И нам всем вместе предстоит помочь лесным жителям.

Создание тёмного экрана – здоровьесберегающий подход в работе с дошкольниками, настрой на общение с родителем.

**Слайд 2. *Бельчонок, Лисенок и Зайчонок как Вы думаете, почему Тигренок не хочет идти в детский сад?*** Обсудите в группах и напишите ответы (первый вопрос).

Ответ Зайчонка:

Ответ Лисенка:

Ответ Бельчонка:

**Слайд 3. *Бельчонок, Лисенок и Зайчонок как Вы думаете, как чувствует себя Тигренок в детском саду? Ведь он отказывается играть***(второй вопрос).

Ответ Зайчонка:

Ответ Лисенка:

Ответ Бельчонка:

*Здесь ребенок реальный сообщит нам о своих чувствах и переживаниях.*

**Слайд 4. *Бельчонок, Лисенок и Зайчонок очень важно для Тигренка!!! всегда ли ему было плохо в детском саду?*** (Третий вопрос)

Ответ Лисенка:

Ответ Зайчонка:

Ответ Бельчонка:

**Слайд 5. *Бельчонок, Лисенок и Зайчонок, а может Тигренка кто-то обидел в детском саду?*** (вопрос четвертый).

Ответ Лисенка: «ребята сказали что-нибудь обидное».

Ответ Зайчонка: «над ним смеются дети на занятии, когда у него не получается».

Ответ Бельчонка:

**Слайд 6.** *Видео - обращение***.** *Друг Тома* – Дорогие участники игры!!! Я поняла, нужно научить Тома высказывать свои чувства. Если ему очень плохо и обидно – он должен научиться говорить об этом!

***Слайд 7. Бельчонок, Лисенок и Зайчонок, а как Тигренок может сказать об этом?*** (пятый вопрос)

*Психолог: Уважаемые коллеги! И вот здесь мы можем наблюдать уникальную вещь 3 варианта решения от всех участников этой проблемы (от педагога, родителя и самого ребенка).*

Ответ Лисенка:

Ответ Зайчонка:

Ответ Бельчонка:

***Видео от друга Тигренка – спасибо друзья, теперь я знаю, как помочь своему другу, чтобы он снова с удовольствием ходил в Детский сад зверей, так, чтобы ему не было грустно и плохо. Спасибо. До новых встреч.***

Психолог: Как вы себя чувствуете? Плохо – или хорошо +?

Психолог: Что для Вас сегодня было важным?

Ответ лисенка:

Ответ зайчонка:

Ответ Бельчонка:

*Рефлексия:* Дорогие участники!!! Опишите Ваше ощущение, когда Вы помогли сказочным героям? Что было трудно? На сколько это важно для вас? Запишите ответ в чат!!!

***Психолог:*** Дорогие участники, сегодня Вы помогли обрести уверенность и желание ходить в детский сад жителю сказочного леса! Настало время узнать свою команду в лицо. Время снять маску.

Эмоциональное приветствие!!!

*Заключительный этап*

***Психолог:*** ребята чему вы научили Тигрёнка?

Какой опыт получил родитель???

Какой опыт получил воспитатель???

Психолог: очень важно, когда вы в реальной жизни встретитесь с участниками игры, объединит вас эта эмоциональная история???

**Мы вышли на эмоциональный интеллект в контексте психологического комфорта в образовательном пространстве.**

**Сегодня мы помести всех участников проблемы в одно безопасное пространство, сохраняя при этом психологический комфорт каждого.**

 *Анализ результата встречи*: теперь и родитель, и педагог знают, от чего у ребенка возник психологический дискомфорт и как простроить дальнейшую работу с ребенком. На протяжении всей виртуальной встречи максимально сохранялось личное пространство ребёнка, всех участников игры. Мы подключили сегодня родителя, ребёнка и воспитателя для изучения причин психологического дискомфорта ребенка в группе (причина – анализ ответов в чате – над ребёнком смеялись дети, когда у него не получалось выполнять задания на занятиях), создали условия для развития эмоционально интеллекта.

**Спасибо за внимание!!!**

Приложение 1.

**Карта ресурсов семьи**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Какие есть положительные особенности моего ребенка, способствующие преодолению данной проблемы? |  |
| 2. Что я могу сделать, как родитель, чтобы минимизировать данную проблему? |  |
| 3. Чего я уже добилась, как родитель, чтобы разрешить данную проблему? |  |