УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ТЕМРЮКСКИЙ РАЙОН

П Р И К А З

от 25.03.2016 № 171

г. Темрюк

Об итогах муниципального (заочного отборочного) этапа краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани - 2016»

В соответствии с приказом управления образованием администрации муниципального образования Темрюкский район от 02.03.2016 года № 113 «О проведении муниципального (заочного отборочного) этапа краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани - 2016» в период с 02 марта по 10 марта 2016 года был проведен муниципальный (заочный отборочный) этап краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани - 2016», в котором приняли участие педагоги-психологи из четырёх дошкольных образовательных организаций: МБДОУ детский сад № 3, МБДОО Центр развития ребёнка детский сад № 18, МБДОУ детский сад ОВ № 28, МБДОУ Центр развития ребёнка детский сад №33. По результатам оценивания представленных материалов организационным комитетом муниципального (заочного отборочного) этапа краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани - 2016» было вынесено решение: наибольшее количество баллов набрала Турванина Дарья Сергеевна, педагог-психолог МБДОО Центра развития ребёнка детского сада № 18 (1 место), 2 место заняла Кадечкина Оксана Викторовна, педагог-психолог МБДОУ детского сада № 3, 3 место – Брюхно Лариса Александровна, педагог-психолог МБДОУ детского сада ОВ № 28, 4 место – Альховская Любовь Ивановна, педагог-психолог МБДОУ Центра развития ребёнка детского сада №33. В связи с вышеизложенным п р и к а з ы в а ю:

1. Признать победителем муниципального (заочного отборочного) этапа краевого конкурса «Педагог - психолог Кубани - 2016» педагога-психолога муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации центра развития ребёнка детского сада № 18 муниципального образования Темрюкский район Турванину Дарью Сергеевну.

2. Директору муниципального казенного учреждения «Информационно-методический центр в системе дополнительного образования» муниципального образования Темрюкский район Г.В. Зориной оказать методическую помощь Турваниной Дарье Сергеевне в подготовке конкурсных материалов для представления на краевой конкурс «Педагог-психолог Кубани - 2016».

3. Заведующему муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации центра развития ребёнка детского сада № 18 муниципального образования Темрюкский район И.Н. Петюкиной обеспечить участие педагога-психолога Турваниной Дарьи Сергеевны в краевом конкурсе «Педагог-психолог Кубани - 2016».

4. Контроль за выполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заместитель начальника
управления образованием Е.Н. Лавушкина

Дипломом

НАГРАЖДАЕТСЯ

ПОБЕДИТЕЛЬ

муниципального (заочного отборочного)
этапа краевого конкурса
«Педагог - психолог Кубани - 2016»

Турванина Дарья Сергеевна,
педагог-психолог
муниципальной бюджетной дошкольной
образовательной организации центра развития
ребенка детского сада № 18
муниципального образования Темрюкский район

Начальник управления образованием Ю.В. Пишкин

2016 год

IX краевой конкурс
«Педагог- психолог Кубани»

ДИПЛОМ

награждается

ТУРВАНИНА
Дарья Сергеевна

педагог-психолог
МБДОО ЦРР ДС № 18 Темрюкский район

участник
IX краевого конкурса
«Педагог-психолог Кубани»

Министр образования, науки
и молодежной политики
Краснодарского края Т.Ю. Синюгина

Председатель Краснодарской
краевой территориальной
организации
Профсоюза работников
народного образования и науки
Российской Федерации С.Н. Даниленко

г. Краснодар,
2016 год

ТРЕНИНГ
эмоциональной разгрузки

Турваниной Дарьи Сергеевны
педагога-психолога
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации центра развития ребенка детского сада № 18 муниципального образования Темрюкский район

Вступление. Актуальность выбранной темы.

Профессия воспитателя требует большой выдержки и самообладания. От многочисленных интенсивных контактов с другими людьми педагог испытывает большие нервно-психические нагрузки, которые проявляются в эмоциональном истощении. Педагог находится в ситуации крайнего эмоционального напряжении, что приводит к прогрессирующему ухудшению состояния здоровья. Важно научить педагогаприёмам снятия эмоционального напряжения. Это является приоритетной линией в работе дошкольного психолога.

Основная часть.

Цель тренинга: снятие эмоционального напряжения и укрепление психологического здоровья педагога.

Задачи:-познакомить участников тренинга с некоторыми приёмами психологической саморегуляции;

- создать благоприятные условия для продуктивной работы над собой;
- совершенствовать развитие личностных качеств, стабилизируя внутреннюю душевную гармонию.

Организация тренинга: группа педагогов от 12 до 15 человек.

Форма проведения тренинга – круг, возможно свободное перемещение по кабинету, принятие удобного положения тела во время релаксации.

Продолжительность – 45 минут.

Ведущий тренинга: педагог-психолог Турванина Д.С.

Ход проведения тренинга

Вводная часть.

Звучит музыка. Участники тренинга заходят в кабинет, выбирают цветную полоску бумаги для определения своего настроения и самочувствия. Садятся в круг.

Ведущий: В нашей жизни большое место занимает принцип недостаточности. Нам не хватает времени на встречи, ласку и внимание друг к другу. Мы все время бежим, торопимся, не замечаем друг друга. Давайте же на миг остановим этот бег и пообщаемся друг с другом.

– Быть может, в последнее время Вас что-то тревожит?

– Или Вы чувствуете усталость?
– Или даже незначительные события выводят Вас из равновесия?

Если Вы ответили «да», то сегодня следует поговорить о том, что природа одарила человека способностью к саморегулированию, то есть никто иной, а только Вы сами можете управлять своим эмоциональным состоянием.

Чтобы начать плодотворную работу, посмотрим какое настроение и самочувствие у Вас преобладает. Психолог комментирует значение выбранного цвета. Карточки «Значение цвета».

Карточки «Значение цвета»

Синий цвет – спокойствие, удовлетворённость, умение сопереживать, доверие, преданность.

Фиолетовый – тревожность, страх, огорчения.

Зелёный – уверенность, настойчивость, упрямство, потребность в самоутверждении.

Красный – агрессивность, возбуждение, стремление к успеху, желание властвовать и действовать, добиваясь успеха.

Коричневый – цвет покоя и стабильности, необходимость в домашнем уюте.

Жёлтый – активность, весёлость, стремление к общению, ожидание счастья.

Серый – тревожность и негативное состояние.

Чёрный – защищённость, скрытость, желание «уйти в свой внутренний мир».

Упражнение «Визитка»

Участники группы на первую букву своего полного имени пишут слово-определение, которое отражает их характер, темперамент и стиль жизни. Визитки прикрепляют на грудь для выполнения следующего упражнения.

Игра «Ветер дует на того, кто…»

Цель: развитие интереса друг к другу, поднятие настроения.

Проведение: Все участники, кроме одного – ведущего, садятся на стулья, образуя круг. Ведущий говорит, например: «Ветер дует на того, кто в кроссовках», тогда все участники, одетые в кроссовки, должны встать, найти другой свободный стул и сесть на него. Тот, кто остался без стула, становится ведущим, встает в круг и говорит: «Ветер дует на того, у кого... (например, в рубашке, любит мороженное, смелый, сильный, улыбается и др.)... и игра продолжается.

Аутотренинг

Звучит медленная музыка. Участники группы принимают расслабленную позу «кучера», закрывают глаза и слушают слова ведущего.

Звучит музыка. Психолог проговаривает слова.

Текст:

Сядьте удобно. Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох, задержите дыхание… Выдох. Дышите спокойно. С каждым вдохом расслабляется ваше тело. Вам приятно находиться в состоянии покоя.

Представьте себе, что Вы сидите на берегу моря. Окружающий тебя песок совершенно сухой и мягкий. Оглянись вокруг и ты обнаружишь, что на берегу моря ты совсем один…

Солнце клонится к закату. Ты чувствуешь тепло вечернего солнца… Набери всей грудью побольше воздуха и ощути солоноватый запах моря. Морской воздух свежий и немного влажный. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно.

Пусть волны смоют и унесут твои заботы и всё, что тебя напрягает. Я постепенно ухожу от своих переживаний. Я совершенно спокоен. Постепенно образ моря исчезает. Образ моря исчез.

3-2-1 Откройте глаза. Потянитесь. Вы бодры и полны сил.

Упражнение «Оранжевые очки»

Инструкция:«Если вы найдете оранжевые очки, то плохого вы просто не сможете увидеть. Оно будет перекрашено в оранжевый цвет. Расскажите, пожалуйста, о...

- посещении ресторана
- разговоре с другом
- нашем тренинге
- своей зарплате
- вашей квартире
- себе самом (самой)
- ваших близких и т.д.

используя эти реальные (или воображаемые) оранжевые очки. Эти очки пропускают только положительные впечатления. Попробуем?"

Обсуждение. Участники группы следят за рассказом и протестуют, если правила нарушаются.

Притча про стакан

В начале урока профессор поднял стакан с небольшим количеством воды. Он держал этот стакан, пока все студенты не обратили на него внимание, а затем спросил: "Сколько, по-вашему, весит этот стакан?"

- "50 грамм!", "100 грамм!", "125 грамм!" - предполагали студенты.

- Я и сам не знаю, - продолжил профессор, - чтобы узнать это, нужно его взвесить. Но вопрос вдругом: что будет, если я подержу так стакан в течение нескольких минут?

- Ничего, - ответили студенты.

- Хорошо. А что будет, если я подержу этот стакан в течение часа? - снова спросил профессор.

- У вас заболит рука, - ответил один из студентов.

- Так. А что будет, если я, таким образом, продержу стакан целый день?

- Ваша рука окаменеет, вы почувствуете сильное напряжение в мышцах, и вам даже может парализовать руку, и придется отправить в вас больницу, - сказал студент под всеобщий смех аудитории.

- Очень хорошо, - невозмутимо продолжал профессор, - однако изменился ли вес стакана в течении этого времени?

- Нет, - был ответ. - Тогда откуда появилась боль в плече и напряжение в мышцах?

Студенты были удивлены и обескуражены.
- Что мне нужно сделать, чтобы избавиться от боли? - Спросил профессор.
- Опустить стакан, - последовал ответ из аудитории.
- Вот, - воскликнул профессор, - точно так же происходит и с жизненными проблемами и неудачами.

Будете держать их в голове несколько минут - это нормально. Будете думать о них много времени, начнете испытывать боль. А если будет продолжать думать об этом долгое, продолжительное время, то это начнет парализовывать вас, т.е. вы не сможете ничем другим заниматься. Важно обдумать ситуацию и сделать выводы, но еще важнее отпустить эти проблемы от себя в конце каждого дня, перед тем как вы идете спать. И таким образом, вы без напряжения каждое утро сможете просыпаться свежими бодрыми и готовыми справиться с новыми жизненными ситуациями. Опустите стакан!

Упражнение «Пожелание»

Цель: создание благоприятной атмосферы в группе, акцент на положительных качествах.

Инструкция:«Вам предлагается высказать пожелание в круг, другим участникам группы, о том качестве, которое ,по вашему мнению, помогает преодолевать эмоциональные трудности».

Участники передают мяч по кругу и высказывают свое пожелание.

Обратная связь.

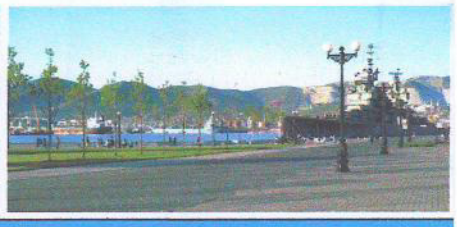
– Самым полезным для меня было…
– Мне понравилось…
– Я хотела бы изменить…

Заключение.

Благодарю всех за работу!

Пожелание:

В сложной жизненной ситуации предпочитайте активно действовать, нежели переживать. Позитивно и доброжелательно относитесь ко всему окружающему: к людям, к природе, к миру.



Муниципальное казенное учреждение
"Центр развития образования" МО г.Новороссийск
353900, г. Новороссийск, ул. Революции 1905г., дом 14
E-mail: cronovoros@mail.ru; тел./факс. (8617) 64 38 48, 64 38 58

СЕРТИФИКАТ

Выдан ***Турваниной Дарье Сергеевне,***
педагогу-психологу МБДОУ ЦРР ДС № 18 в том, что 8.06.2016г. она приняла участие в работе регионального клуба педагогов дошкольных образовательных организаций
«СОДРУЖЕСТВО»
и выступила с сообщением из опыта работы по теме:
"Ирис по имени Темрюк".

Серия 45-С от 7.06.2016г.

Директор МКУ
«Центр развития образования» _____ ***Е.Л.Тимченко***

ОТЗЫВ

о представленном опыте работы
по теме «Ирис по имени Темрюк»
Педагога-психолога МБДОО ЦРР ДС№18 МОТР
Турваниной Дарьи Сергеевны

Место проведения: МАДОУ №47 г. Новороссийск
Дата проведения: 08.06.2016г.
Задачи:

1. Способствовать получению нового позитивного опыта, через расширения представлений о методах работы со всеми участниками образовательного процесса;
2. Используя технику арт-терапии, способствовать гармонизации внутреннего эмоционального состояния всех участников.

В процессе проведения встречи, удалось реализовать запланированный ход работы. Многие присутствующие первый раз увидели как можно применять техники арт-терапии в ДОО. Поставленные задачи были реализованы. Всех присутствующих очень заинтересовало это направление в работе с детьми и родителями.

Участники встречи:

Ф.И.О. Петюхина Инна Анатольевна Подпись

Ф.И.О. Жданок Анна Давидовна Подпись

Ф.И.О. Ташкина Милана Валерьевна Подпись

«Чудо арт-терапии»

Турванина Дарья Сергеевна. Педагог-психолог,
МБДОО ЦРР ДС №18 МОТР г. Темрюк

Арт-психология – это не искусствоведение, она не ищет портретного сходства или композиционной уравновешенности, она проникает за поверхность рисунка и вдруг обнаруживает страх, пугливо прячущийся за агрессию, пронзительную тоску или желание выразить себя, мучительно ищущее выхода. Так рождается чудо арт-терапии [1, с. 4].

Арт-терапия, по словам К. Рудестама, - чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития. Искусство приносит радость [2].

Научно аргументированные и наиболее значимые феномены арт-терапии, по словам Л.Д. Лебедевой, это:

- Создание положительного эмоционального настроя в группе;
- Облегчение процесса коммуникации;
- Способность преодолеть языковой барьер между участниками арт-терапии;
- Способность исследовать и выражать свои чувства в социально приемлемой форме. Арт-терапия позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять;
- Арт-терапевтические занятия создают условия для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями, стимулируют развитие сенсомоторных умений и в целом правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве;
- Развитие воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом;
- Повышение адаптационных способностей человека к повседневной жизни. Арт-терапия снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления;

- Эффективность в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития [1].

Арт-терапия – это очень интересно и увлекательно, а теперь мы знаем что еще и полезно. Разнообразия методов и форм арт-терапии позволяют сделать свой, индивидуальный выбор. «Один рисунок стоит тысячи слов». Эта восточная мудрость очень точно отражает основную идею арт-терапии. При реализации методов арт-терапии на групповых занятиях, я опиралась на следующие этапы:

1. Этап подготовительных организационных процедур и исходной диагностики. [3, с.43]

   Он включает в себя:

   - Создание и оборудование арт-терапевтической студии (кабинета);
   - Проведение предварительных собеседований, отбор и подготовка кандидатов для участия в групповой работе;
   - Исходная диагностика и определение показаний для применения групповой арт-терапии и ее конкретных техник, игр и упражнений;
   - Вовлечение прошедших исходную диагностику кандидатов в арт-терапевтический процесс, освоения ими пространства арт-терапевтического кабинета.

2. Этап оценка промежуточных результатов.

   Он включает в себя:

   - Поддержание атмосферы высокой взаимной терпимости и психологической безопасности участников арт-терапевтического процесса;
   - Раскрытие индивидуальных потребностей, чувств и проблем в творческой деятельности и обсуждениях;
   - Структурирование и организация поведения и опыта участников арт-терапевтического процесса, удерживание их внимания на деятельности и групповых отношениях;
   - Укрепление и развитие терапевтических отношений;

- Преодоление препятствующих самораскрытию тревоги, психологических защит и сопротивлений;
- Развитие у участников арт-терапевтического процесса более адаптивных моделей поведения, развитие здоровых потребностей и формирование положительной Я-концепции;
- Текущий мониторинг и оценка промежуточных эффектов занятия и, в случае необходимости, его корректировка.

3. Этап завершение работы, оценка конечных результатов.

   Он включает в себя:

   - Открытая и всесторонняя проработка связанных с завершением арт-терапевтического занятия чувств;
   - Закрепление полученного положительного опыта;
   - Планирование участниками конкретных шагов по применению полученного опыта в повседневной жизни;
   - В случае необходимости, планирование дальнейшей работы;
   - Подведение участниками занятия личных итогов.

Надеюсь, представленная мной информация пригодится вам в работе. А сам процесс арт-терапевтического занятия принесет позитив и радость. «Кто хочет невозможного, мне мил», - метко подметил И. Гете устами Мефистофеля. Важно осознавать реальные границы эффективности терапевтического рисунка и позитивные ресурсы его применения.

Литература

1. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий.-СПб.: Речь, 2008.-256с.
2. Рудестам К. Групповая психотерапия. СПб.: Питер Ком, 1999. -416с.
3. Копытин А.И., Балабанова Н.В. Арт-терапия в образовательной практике: Методическое пособие.-Краснодар, 2006.-96с.

Свидетельство

pedexpress.ru

«Педагогический экспресс «Образование – XXI век»

Всероссийский фестиваль педагогического мастерства «Саквояж идей»

Свидетельство о публикации
идентификационный № 294
подтверждает, что на страницах СМИ
«Педагогический экспресс
«Образование – XXI век»
опубликован материал

«Чудо арт-терапии»

Автор материала
Турванина Дарья Сергеевна,
педагог-психолог МБДОО ЦРР ДС №18 МОТР

Дата публикации: 29.06.2016 г.
Раздел журнала: Методсовет. Дошкольное образование

Материал прошёл экспертизу и одобрен РЭС, доступен для свободного ознакомления по адресу его постоянного размещения на страницах СМИ«Педагогический экспресс «Образование – XXI век» (www.pedexpress.ru)
Зарегистрированная территория распространения СМИ: Российская Федерация и зарубежные страны

Редакционно-экспертный совет СМИ
«Педагогический экспресс «Образование - XXI век»
Екатеринбург, 2016

pedexpress.edu - XXI
www.pedexpress.ru

Свидетельство о регистрации сетевого методического издания ЭЛ № ФС 77-63320 от 09.10.2015 г. выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (РОСКОМНАДЗОР)

РОСКОНКУРС.РФ
всероссийские конкурсы для педагогов

Свидетельство

о публикации

№ 38663

Настоящим удостоверяется, что

Турванина Дарья Сергеевна

МБДОО ЦРР ДС №18 МОТР, Педагог-психолог

опубликовал(а) материалы в сетевом издании «Росконкурс»
в категории «Дошкольное образование»

Адрес публикации: https://roskonkursy.ru/pub.html?id=38663
Дата публикации: 05.07.16

Название публикации:
«Чудо арт-терапии»

Председатель комиссии Максименков А. А.
Сайта Всероссийских Конкурсов
«Росконкурс.рф»

Свидетельство о регистрации СМИ
ЭЛ № ФС 77 - 65136