

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 179 «ДЮЙМОВЧКА»**



**«СПЕЦИФИКА ПОДБОРА ФОРМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДОО С
ПЕДАГОГАМИ ГРУПП КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ»**

**КАМКИНА ИРИНА АЛЕКСАНДРОВНА, ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
РЯЗАНОВА СВЕТЛАНА НИКОЛАЕВНА, ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ**

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПСИХОЛОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ДОО ГРУПП КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ЦЕЛЬ – ПОИСК ЭФФЕКТИВНЫХ ФОРМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ И СПОСОБОВ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ

ЗАДАЧИ:

- ФОРМИРОВАНИЕ У ПЕДАГОГОВ МОТИВАЦИИ, НАПРАВЛЕННОЙ НА ИССЛЕДОВАНИЕ СВОИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ.
 - СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ И ДОВЕРИТЕЛЬНОЙ АТМОСФЕРЫ, СНИЖЕНИЕ СИТУАТИВНОЙ И МЕЖЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.
 - РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ УСТОЙЧИВОСТЬ, УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ.
- РАЗВИВАТЬ СИСТЕМУ ПРОФИЛАКТИКИ СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ, ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СРЕДЕ.

ПРИМЕРНЫЙ АЛГОРИТМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА И ПЕДАГОГОВ ДОО ГРУПП КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

1. ПРИМЕНЕНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПЕДАГОГА (диагностика уровня эмоционального выгорания В.В. БОЙКО; «КОЛЕСО ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА» ПОЛ ДЖ. МАЙЕР; ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ К. МАСЛАЧ, С. ДЖЕКСОН, В АДАПТАЦИИ Н. Е. ВОДОПЬЯНОВОЙ)
2. ОПРЕДЕЛЕНИЕ МЕТОДОВ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ДИАГНОСТИКИ
3. ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИИ «КАРТА ЖЕЛАНИЙ», ИЛИ ДРУГОЙ ПОДХОДЯЩЕЙ. (ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ПЕДАГОГАМИ ГРУПП КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В ФОРМЕ МАСТЕР-КЛАССА, ИЛИ ПРАКТИКУМА).
4. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ МЕРОПРИЯТИЯ (СОВМЕСТНОЕ ОБСУЖДЕНИЕ) И ВЫДАЧА РЕКОМЕНДАЦИЙ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА.
5. РЕФЛЕКСИЯ

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА «КОЛЕСО ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА»



ПОЗВОЛЯЕТ СУБЪЕКТИВНО ОЦЕНИТЬ КАЖДУЮ СФЕРУ ЖИЗНИ И ПОНЯТЬ СВОЮ УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ОПРЕДЕЛЕННОЙ СФЕРЫ ЖИЗНИ.

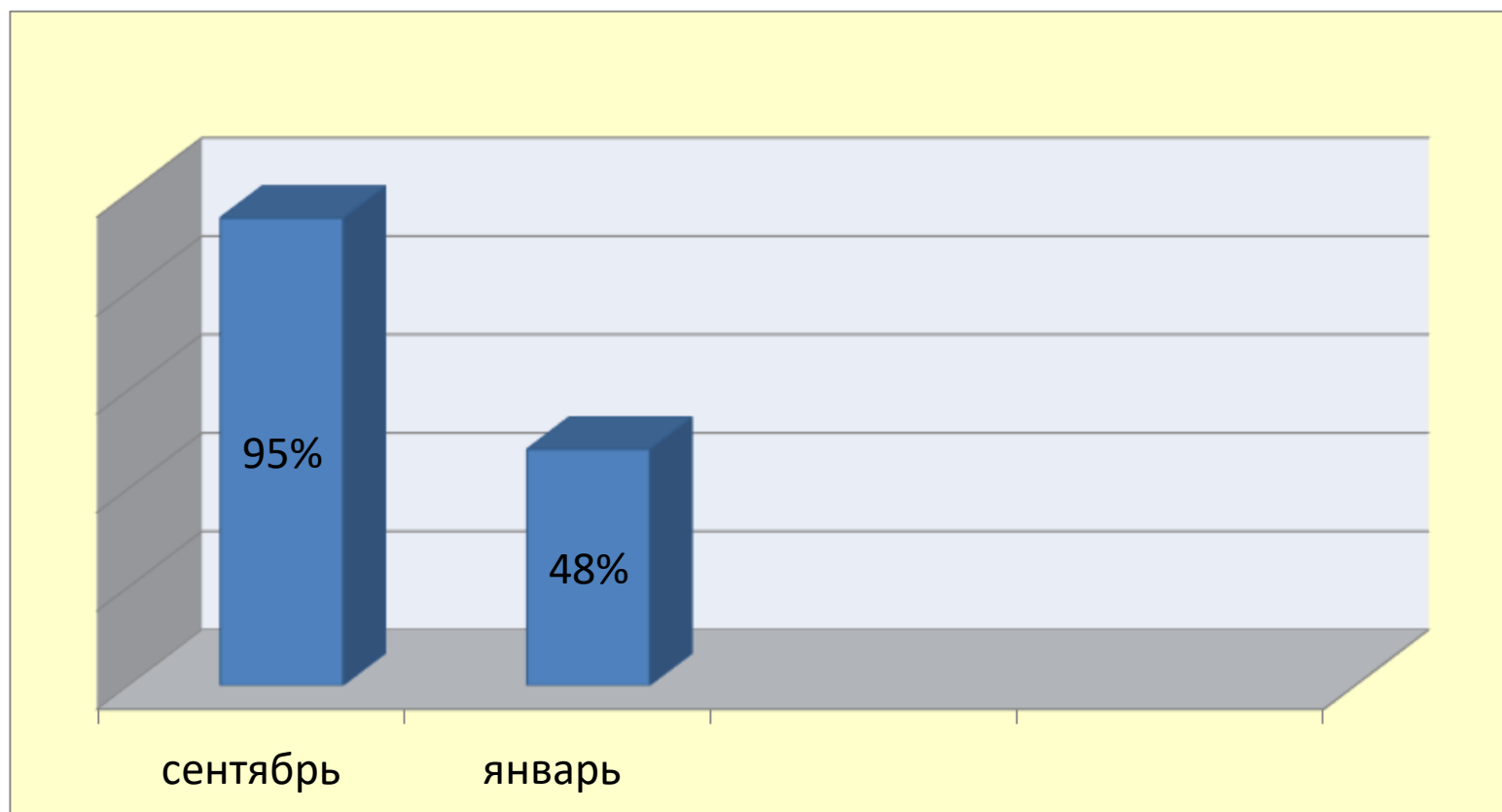


В данной модели отражены 8 сфер жизни:

- ❖ здоровье
- ❖ друзья и родственные отношения
- ❖ любовь/отношения
- ❖ личностный рост/духовное развитие
- ❖ отдых и развлечение
- ❖ условия жизни
- ❖ карьера/работа
- ❖ деньги

Оцените каждую сферу объективно по 10-бальной шкале развития. Где **10- полное удовлетворение** в данной области, а **1 – абсолютное неудовлетворение**.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО МЕТОДИКЕ «КОЛЕСО ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА»



СТОЛБЕЦ 1. ОЦЕНКА УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ В I ПОДГРУППЕ ПЕДАГОГОВ (СЕНТЯБРЬ)

СТОЛБЕЦ 2. ОЦЕНКА УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ВО II ПОДГРУППЕ ПЕДАГОГОВ (ЯНВАРЬ)

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ

- Для создания коллажа следует выбирать самые прекрасные, яркие и эмоциональные фотографии.
- Важно чтоб в коллаже присутствовали именно заветные мечты – те, которые окрыляют, которые вызывают улыбку счастья, самые положительные эмоции.
- Можно добавить надписи – они конкретизируют желание. Желания должны приносить радость вам и вашим близким, они должны быть безопасны для вас и окружающих.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ МАТЕРИАЛ

- листы бумаги формата А3
- журналы, открытки
- клей ПВА
- ножницы
- краски, карандаши
- музыкальный проигрыватель

ВЫВОДЫ:

- **«ЖЕЛАНИЯ ДОЛЖНЫ ПРИНОСИТЬ НАМ РАДОСТЬ»**
- **«ЖЕЛАНИЯ МОЖНО ОТОБРАЗИТЬ В ВИДЕ КРАСИВОЙ КОМПОЗИЦИИ, ВОПЛОТИВ В ИЗОБРАЖЕНИИ СВОИ МЕЧТЫ»**
- **«НЕОБХОДИМО НАСТРОИТЬСЯ НА ИСПОЛНЕНИЕ ПОЗИТИВНЫХ ЖЕЛАНИЙ»**



БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!

Мастер-класс «Карта желаний»

Цель: понять себя, понять свои истинные желания и их отражение в материальном мире, научиться строить свою реальность, раскрыться и принять всё новое в своей жизни.

Задачи:

Формирование мотивации, направленной на исследование своих возможностей.

Создание благоприятной и доверительной атмосферы, снижение ситуативной и межличностной тревожности.

Оборудование: аудитория, в которой стулья будут стоять по кругу по количеству участников; в центре круга большой стол, ручки, цветные карандаши, листы бумаги формата А3, фломастеры, журналы, открытки, краски, клей ПВА, ножницы, музыкальный проигрыватель.

Используемая технология: Арт-терапия.

Техники: коллаж, изобразительная деятельность.

Ход мастер-класса

1. *Приветствие.*

Сегодня нас ждёт волшебство. Давайте закроем глаза и вспомним, действительно Чудесные моменты в своей жизни. Вспомним эти ощущения от настоящего чуда с нами с обычными людьми... . Когда бабочки порхают? Когда кружится голова? И у каждого оно своё большое... или очень маленькое, порой незаметное, но заставляющее верить в невероятное!

Сегодня мы будем творить, создавать «Карту желаний! Коллаж желаний – это красочная композиция, наглядно иллюстрирующая все заветные мечты человека. Основная идея такова: чтобы все желания сбылись, нужно их визуализировать (зафиксировать в виде картинки), тогда происходит настройка на исполнение этих желаний, и они непременно исполняются.

Это не фантастика. Так работает наше подсознание и законы Вселенной. Когда Вы четко знаете и буквально видите (визуализируете) то, что хотите иметь в своей жизни, это сбывается намного быстрее и легче. Потому что наше подсознание мыслит картинками, а не сложными логическими умозаключениями.

Важно, чтоб в коллаже присутствовали именно заветные мечты – те, которые окрыляют, которые вызывают улыбку, счастье, самые положительные эмоции. И те, в которые Вы действительно верите!

Коллаж можно сделать из подручных средств: ватман, клей, ножницы и глянцевые журналы.

Правила составления коллажа:

Чтобы мечты сбывались, и сбывались именно так, как надо, следует соблюдать несколько золотых правил составления коллажа.

* Для коллажа следует выбирать самые прекрасные, яркие и эмоциональные фотографии.

* Коллаж не должен быть безликим, обязательно должны присутствовать ваши фото. Фото обязательно должно быть сделано в благоприятный для вас период, чтобы оно несло энергию счастья, радости, тепла. В середине коллажа поместите своё самое лучшее фото, остальные события помещаете вокруг. Давая понять, что это всё начнёт происходить не с кем-то, а именно с вами.

* На вашем коллаже не должны попадаться случайные люди и предметы. Если вы мечтаете встретить свою любовь, то лучше изобразить это символически или в виде рисунка, а не снимком симпатичного парня (ведь именно этот парень вам вряд ли встретится – а коллаж все воспринимает буквально).

* Можно добавить надписи - они конкретизируют желание: сколько именно Вы хотите зарабатывать, к какому году Вы хотите закончить стройку дома. Причем, свои желания на коллаже следует выражать так, как будто они уже сбылись: не «я хочу похудеть», а «я стройная, красивая, вешу 50 кг», и «этим летом я отдыхаю на берегу Черного моря», а не «я хочу на море».

* Желания должны приносить радость вам и вашим близким, они должны быть безопасны для вас и окружающих.

Когда человек мечтает, он рисует в голове красочные образы, видит исполнение своей мечты, испытывает эмоции в связи с ее реальностью, верит в нее. Обязательное условие для составления коллажа — это позитивный настрой. Не садитесь делать коллаж, если Вы в подавленном настроении. Из этого не выйдет ничего хорошего.

Хотя бы один раз, но каждый день смотрите на свой коллаж и совершенно отчетливо представляйте, что Вы всем этим УЖЕ обладаете! Представляйте все в красках. Чувствуйте запахи, звуки. Используйте все органы чувств по возможности. Это должно приносить огромное удовольствие.

2. Практическая часть.

Дорогие друзья, давайте творить! Свои желания вы ищите и вырезаете из журналов.

Изготовление Коллажа.

3. Заключение.

Куда повесить коллаж мечты и желаний? В месте, где Вы будете чаще всего видеть свой коллаж. Чем чаще смотрите – быстрее пробуждаются, исполняются ваши желания. Лучше всего в спальне. Там вы будете видеть коллаж 2 раза в день: когда засыпаете и когда просыпаетесь. Это должно быть светлое, энергетически чистое место. Не стоит вешать коллаж в темном углу, заваленном хламом. Не класть коллаж мечты и желаний лицом вниз!