

МОУ «Магистральнинская средняя общеобразовательная школа №2»

# Практическая психология для начальных классов

Из опыта работы  
педагога-психолога ВКК  
Шаманской Т.Б.  
по методическому пособию  
«Я в мире других» Е.Н.Николаевой

## ВВЕДЕНИЕ

Впервые я познакомилась с курсом практической психологии для начальных классов в 2003 году, когда была на курсах повышения квалификации в ИИПКРО. Представила нам его автор, доктор психологических наук Николаева Елена Николаевна. Свою научную деятельность она ведет одновременно с работой школьным психологом в одной из Новосибирских школ.

Интерес к опыту ее работы возник сразу же, и я приобрела комплект книг для ведения курса. Провожу его уже третий год и думаю, что буду использовать его и дальше. Мне, как педагогу-психологу, он помогает решать задачи сопровождения первоклассников в ходе их адаптации к школьному обучению, помогает ближе узнать детей, наладить с каждым из них личный контакт ( а у нас на параллели 3 первых класса), влиять на их личностное развитие, помогает и классному руководителю в решении стоящих перед ней воспитательных задач, позволяет и родителю глубже вникать в вопросы, связанные с воспитанием своих детей.

Детям особенно нравится слушать интересные литературные отрывки, воплощать в рисунке свои представления о тех вопросах, которые мы обсуждаем. Многие из них активно участвуют в обсуждении, любят выполнять психогимнастические упражнения. Как рассказывают родители, дети охотно делятся с ними тем, что происходит на уроках психологии, обсуждают те проблемы, о которых шла речь. Проблемы, которые мы рассматриваем на уроке, актуальны для детей – радость, грусть, слезы, любовь, гнев, наказание, ответственность, страх, искусство получать и дарить подарки, уважение, зависть, творчество, Отечество и многие другие.

Цель курса: Научить ребенка отождествлять свои переживания и чувства с конкретными словами, управлять своими эмоциями, определять эмоциональное состояние других людей и адекватно на него реагировать, ответственно поступать в ситуациях нравственного выбора. Это обучение толерантности на основе рефлексии (*толерантность возможна у людей, которые принимают себя, умеют анализировать собственные переживания и готовы к активному сотрудничеству с другими людьми*). Расширить взгляды ребенка на рассматриваемые проблемы, подчеркнуть отсутствие одномерного представления, единственно правильного ответа.

- Программа рассчитана на 31 час.
- Каждое занятие предполагает обучение детей слышать друг друга, оно направлено на то, чтобы дети слышали истину не из уст учителя, а сами находили ее в процессе размышления и диалога.
- В конце четверти выставляется зачет на основании законченности (а не качества) рисунков.
- Комплект материалов к занятиям состоит из методического пособия для учителя и из книги для размышления «Я в мире других» для ученика.
- Задача психолога- сопровождение детей в эмоциональной ситуации. Не убеждать, не давать знаний, а провоцировать то или иное состояние, а когда ребенок погружается в него, задать вопрос, подталкивая ребенка к решению ситуации. Никаких менторских замечаний. Лишь точная формулировка того, что уже высказали дети.

# Особенности занятий

- Каждый урок имеет некоторый «цементирующий» элемент, который позволяет поддерживать дисциплину в классе, несмотря на достаточно эмоциональную атмосферу занятия – включение **рисования** как деятельности, интересной для ребенка и позволяющей не снижать концентрацию внимания. Дети создают в книге для размышления собственные рисунки, раскрашивают картинки, рисуют не только в тот момент, когда слушают текст, но и в дальнейшем, во время обсуждения, прерываясь на ответы и вновь обращаясь к своему рисунку, удерживаясь в рамках обсуждаемой темы. Кроме рисования, используется пластика, театрализации, игры.
- Уроки ведет школьный психолог, не выражая своего отношения к тому или иному результату, чтобы подчеркнуть многоаспектность решения быденных проблем, он говорит о своем решении лишь в ряду равных других решений. В исключительных случаях он говорит: «Я думаю так-то, но это не значит, что так должны думать все. Я принимаю все ваши решения». Если ответы не соответствуют общечеловеческим ценностям, корректно приводятся аргументы в пользу других точек зрения, объясняются последствия подобной точки зрения. Нельзя добиваться и чрезмерного раскрытия внутреннего мира ребенка, т.к. слишком откровенные высказывания могут быть использованы другими детьми для неправомерного воздействия на личность.
- Относительно тишины на уроках важно соблюдение разумного компромисса, т.к. самостоятельное размышление на эмоциональные темы может сопровождаться внешней ажитацией, а борьба за дисциплину – привести к отсутствию желания открываться психологу, не ценящему откровенный порыв ребенка.

- Каждый урок сопровождается небольшой по объему психогимнастикой в зависимости от собственного плана занятий и состояния детей, она помогает снижать напряжение там, дети проявляют излишнюю эмоциональность, и, напротив, повышает их активность на последних уроках, когда дети устали.
- В процессе ведения урока важна **импровизация** психолога, а не простое следование инструкциям, что позволяет достигать целей, поставленных автором курса.
- Иллюстративным материалом уроков служат литературные отрывки, тематически связанные с психологической проблемой, обсуждаемой на занятии. Эти рассказы, прочитанные «с чувством, с толком, с расстановкой» создают настроение, помогают поддерживать дисциплину, так как позволяют от свободной дискуссии перейти к внимательному восприятию текста.
- Успешному освоению детьми знаний способствует повторение основных позиций, разбираемых на уроке: в начале (в виде поднятой проблемы), затем в процессе обсуждения и в конце урока, когда дети все вместе могут повторить наиболее значимую мысль.
- Обучение рефлексии невозможно без развития речи, поэтому мы актуализируем другие слова, называющие ту или иную эмоцию.
- Обучение идет с опорой на естественность и любопытство, интерес детей, на любовь к детям.
- Рисунки детей мы используем в качестве проективного теста, свидетельствующего об изменениях, происходящих с детьми в течение года, они информативны, когда нужно сделать психологический анализ состояния ребенка и эффективность адаптации его к школе.

# Занятие по теме «Наказание»

рисуем наказание так, как представляем его себе...





Пришли к выводу в конце урока, что при наказании наказывают не самого человека, а его проступок.





Занятие по теме «Страх»:  
после обсуждения того, когда страх спасает, а когда мешает, как  
справиться со страхом – рисуем свой страх...



Страхи нарисованы, скомканы, выброшены в специальное ведро для сжигания, сожжены...



# Упражнение «Мы освободились!»

