Областное государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт повышения квалификации педагогических работников»
(ОГАОУ ДПО «ИПКПР»)

Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога



Из опыта работ
Марины Олеговны Сидельниковой,
педагога-психолога МБОУ «СОШ № 10»

Биробиджан, 2019

Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога : из опыта работы Марины Олеговны Сидельниковой, педагога-психолога МБОУ «СОШ № 10». – Биробиджан : ОГАОУ ДПО «ИПКПР», 2019. – 16 с.

Сборник «Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога» рекомендован к печати и практическому применению в образовательных организациях Еврейской автономной области решением редакционно-издательского совета ОГАОУ ДПО «ИПКПР» от 21 июня 2019 года.

Составитель:

Т.В. Моисеева, старший преподаватель кафедры начального, дошкольного и коррекционного образования ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

Ответственный за выпуск:

Е.Л. Корниенко, зав. редакционно-издательским отделом ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

Компьютерная верстка:

Т.Н. Серга, технический редактор ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

В данном сборнике представлен опыт работы педагога-психолога МБОУ «СОШ № 10» г. Биробиджана Марины Олеговны Сидельниковой.

Практическую ценность представляет прежде всего подборка психологических акций с целью предупреждения возможных социально-психологических проблем и оптимизации комфортности образовательной среды.

Материалы адресованы педагогам-психологам дошкольных и школьных образовательных организаций для практического использования.

© 2019

Содержание

Слово о педагоге-психологе.....4

Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога.....5

Литература.....13

Приложение 1. Материалы позитивного календаря.....13

Приложение 2. Фотографии.....15

Слово о педагоге-психологе

Марина Олеговна Сидельникова в 2015 г. окончила обучение в Приамурском государственном университете имени Шолом-Алейхема по направлению подготовки «психолого-педагогическое образование». В 2018 г. успешно освоила программу магистратуры по направлению «психология» (ПГУ им. Шолом-Алейхема) с присвоением степени магистра. Необходимо отметить, что дипломы бакалавра и магистра М.О. Сидельниковой имеют категорию «с отличием».

Общий стаж работы Марины Олеговны составляет 6 лет, из них 3 года в должности педагога-психолога МБОУ «СОШ № 10» г. Биробиджана.

Во время обучения в университете, с 2013 по 2016 гг., М.О. Сидельникова совмещала учебную и трудовую деятельность в Центре социальной адаптации и поддержки психологического здоровья Приамурского государственного университета имени Шолом-Алейхема. Она занимала должность лаборанта Центра и руководила волонтерским психологическим клубом «Жизнь». Основным направлением деятельности клуба являлось проведение психологических акций в рамках психопрофилактики и просвещения студентов ПГУ им. Шолом-Алейхема в области развития психологического здоровья. За активную добросовестную деятельность в 2014 г. Марина Олеговна Сидельникова получила благодарность от управления по внутренней политике правительства ЕАО за активное участие в социально значимых проектах, направленных на оказание психологической помощи молодым семьям автономии.

С 2015 по 2016 год Марина Олеговна осуществляла работу со студентами уже в должности специалиста (педагога-психолога), являясь организатором и ведущей тренингов и групповых практикумов. В 2018 году была ведущей второго областного конкурса «Педагог-психолог-2018».

М.О. Сидельникова систематически ежегодно повышает свой профессиональный уровень, успешно осваивая программы повышения квалификации:

- 2016 г. – «Смех как ресурс психологического здоровья» (ОГАОУ ДПО «ИПКПР»);
- 2017 г. – «Психологическое здоровье. Арт-терапия», «Ресурсы психологического здоровья» – в рамках данной программы провела с коллегами тренинг «Колесо жизни», способствуя созданию рефлексивного пространства по вопросам профессиональной успешности (ОГАОУ ДПО «ИПКПР»);
- 2018 г. – «Арт-терапия как возможность переживания счастья в любой ситуации» (Институт практической психологии «Иматон», г. Санкт-Петербург), «Развитие и сохранение психологического здоровья» (ОГАОУ ДПО «ИПКПР»), «Арт-терапия в индивидуальной и групповой психологической работе» (Педагогический университет «Первое сентября», г. Москва);
- 2019 г. – «Система сопровождения ребенка с ограниченными возможностями здоровья в условиях реализации ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ» (ОГАОУ ДПО «ИПКПР»).

Работая в школе № 10, педагог-психолог успешно осуществляет приемы и техники арт-терапевтической игровой терапии во взаимодействии с ребятами и коллегами, пользуясь благодарностью и уважением.

В 2018 году Марина Олеговна Сидельникова награждена Благодарственным письмом за вклад в развитие службы практической психологии в системе образования Еврейской автономной области от партии «Единая Россия».

Т.В. Моисеева, старший преподаватель кафедры начального, дошкольного и коррекционного образования ОГАОУ ДПО «ИПКПР»

Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога

На протяжении работы в школе мы часто сталкиваемся с вопросами необходимости обогащения образовательного пространства, создания условий для развития заинтересованности детей и подростков, возможности его «оживления и преобразования» для более комфортного взаимодействия и решения образовательных задач.

Работа школьного психолога включает в себя разнообразие различных приемов, техник, помогающих ему реализовывать развивающую, коррекционную и особенно профилактическую деятельность. Эти виды деятельности можно осуществлять при помощи психологических акций. Благодаря им можно быстро, ненавязчиво и в то же время доходчиво донести нужную идею, привлечь внимание к проблеме большого количества участников образовательного процесса. Мы согласны с мнением психолога Н. Сакович, которая утверждает, что такая форма работы позволяет «транслировать позитивный ценностный ряд и ненавязчиво задавать ориентиры» [4].

С помощью акции создается игровая среда, организованная на определенное время в пространстве образовательного учреждения. Акция помогает разворачиваться другим видам деятельности детей и взрослых, сохраняя собственное содержание, правила и намеченный результат [1]. И это важно, так как «игра» для многих ребят осталось в качестве неудовлетворенной детской потребности, и в процессе включения в психологические акции, можно успешно удовлетворить эту дефицитарную потребность.

Психологические акции выполняют несколько задач:

- Привлечение внимания к существующей проблеме (актуализация). Это может быть проблема, волнующая определенную группу учащихся школы, либо проблема, обозначенная взрослыми для проработки с профилактической целью. Таким образом, ключевым моментом акции является деятельность по привлечению внимания субъектов образовательного процесса к существующей проблеме, в том числе посредством распространения информации;
- Изучение отношения учащихся (педагогов, родителей) к существующей проблеме;
- Содействие развитию смыслов, позиций, выбора.

Задачи психологических акций напрямую соотносятся с функциями деятельности школьного педагога-психолога, и позволяют комплексно, быстро, энергоемко их осуществлять.

В образовательном учреждении, в классном коллективе мы предлагаем проводить следующие виды акций:

- исследовательские (проведение опроса разных групп учащихся, педагогов и родителей);

- информативные, просвещенческие (привлечение внимания к нравственным и социальным ценностям);

- социально-педагогические, действующие на изменение сознания, поведения, отношения ученика (учителя, родителя) к чему-либо;

- профилактические, содержанием которых является предупреждение развития кризисных ситуаций, зависимого поведения, развития вредных привычек.

Этапы подготовки и проведения акции:

1. Подготовительный этап.

При разработке и подготовке акции целесообразно определить, на решение какой проблемы она направлена, определить целевую группу, ее цель и решаемые задачи. Также следует уточнить организационные моменты: время, место проведения, форма.

Организационная подготовка любой акции начинается с изучения ситуации и формулирования проблемы, затем происходит создание команды исполнителей, распределение обязанностей и зон ответственности между членами команды.

Методическая подготовка акции включает в себя определение целей и задач, выбор формы, разработку сценария акции, подготовку необходимых материалов и атрибутов.

Психологическая акция обеспечивается проведение инструктажа для ведущих и команды исполнителей. Важно, чтобы дети (команда) знали общий сценарий, ответственных за каждый этап и ориентировались в конкретике выполняемых функций в зоне персональной ответственности.

Важные особенности акции-возможность выбора и отсутствие «навязанной роли». Она не мешает существовать в обычном режиме тем, кто не хочет ее замечать, и окрашивает в новые яркие краски жизнь тех, кто готов в нее включиться.

Акции относятся к технологиям *непрямого воздействия*, при котором учащиеся (педагоги) участвуют в мероприятии добровольно, а цели достигаются за счет того, что они сами открывают для себя новые знания, делая выводы, замечая, осознавая, акцентируя внимание на ценности, включившись в специально организованную деятельность. При этом Участники акции *сами решают* и определяют меру включенности своего участия.

Эффект от мероприятия ощущают не только ее непосредственные, но и опосредованные участники. В нашей практике часто действует принцип «сарафанного радио», согласно которому ребята привлекают других к участию, увидев пользу и результативность процесса.

Акции создают в школе определенный настрой доброжелательности, спокойствия, интереса, легкости; в пространстве доминирует эмоциональное состояние: удивления, радости; школа становиться пространством общностей, объединенным чувством соучастия и сопереживания, а находящиеся в ней люди-близкими и интересными собеседниками.

Примеры акций:

Акция 1: «Письмо самому себе».

Цель: развивать умение строить жизненную перспективу.

Аудиторию участников могут составлять не только учащиеся, но и педагоги учреждения. Ученикам и учителям предлагается написать письмо самим себе в будущее, запечатать его и отдать («доверить») на хранение педагогу-психологу. Конфиденциальность оговаривается особо. Для создания реалистичности ситуации каждый участник акции вместе с бланком получает конверт. Вместе э этим, если вы подготовите бланки разных цветов, попутно можно отследить эмоциональное состояние в группе участников, предложив им выбрать бланк того, цвета с которым ассоциируется у него настроение, эмоциональное состояние «здесь и сейчас». Обратно письма «из прошлого» дети и взрослые получают через некоторое время.

Данный вид работы позволяет затронуть глубинные чувства и эмоции участников. Они погружаются в собственные переживания, акцентируют внимание на актуальных ценностях и событиях, учатся выделять главное, находясь в состоянии искреннего диалога с собой. Чем откровеннее они будут на стадии написания письма, тем нагляднее через год смогут увидеть личностные изменения в структуре собственной личности.

Ежегодно эту акцию мы проводим для учащихся 10 класса (особенно ребятам приятно, когда их классный руководитель совместно с ними участвует в этой акции) в начале учебного года, а обратно они получают свои письма в конце учебного 11 класса. Ребята уже ожидают тот, день, когда получат свои «письма из прошлого», после того как им представилась эта возможность, можно предложить поделиться своими переживаниями по поводу прочитанного, некоторые ребята готовы зачитать свое письмо, кто-то озвучивает какие-нибудь выдержки, как правило это событие сопровождается не только атмосферой легкой грусти, задумчивости, но и «порцией» смеха.

Акция 2: «Приятное послание».

Цель: снять излишнее умственное напряжение.

Данную акцию можно проводить как с детьми, так и с педагогами, например, в начале учебного дня или в конце недели. Акция может быть интересна тем, что в ней могут принять участие все субъекты образовательного процесса. Заранее необходимо подготовить нужное количество «записок», на необходимое количество участников. Содержание «записок» может быть подобрано с учетом определенных тем. Это могут быть фразы, цитаты, крылатые выражения, строчки их песен, стихотворений, мультфильмов. Важно, чтобы подобранный материал был непременно позитивного содержания и активизировал размышления.

У порога школы ребятам предлагается «зарядиться» хорошим настроением, взбодриться, прочитав «приятное послание», вытянув его из какой-либо «емкости» (в нашем случае это шкатулка). Ознакомившись в ним, ребята могут его прокомментировать, отреагировать, выразить чувства, собственное мнение.

Наши наблюдения свидетельствуют, о том, что это одна из наиболее понравившихся учащимся акция. В ее процессе срабатывает так называемое «сарафанное радио», т.е. один поучаствовавший приводит других, таким образом число участников возрастает. Эмоциональный подъем, улыбки, раздающийся смех, проявление

любопытства являются подлинными свидетельствами пользы данного вида психологической акции.

Так же мы заметили, что эффект от этого мероприятия действует еще некоторое время. Ребята обращаются с просьбой «зарядиться» уже на следующий день и через 2 дня, высказываясь о положительном «эффекте». Поэтому, опираясь на наш опыт проведения данной акции, мы рекомендуем Вам запастись «запасными» записками.

Акция 3: «Прощай, напряжение».

Цель: Снять психоэмоциональное напряжение.

Для проведения акции заранее необходимо приготовить раскраски большого размера (например,1х1 м) и закрепить их на стенах в школе. Во время перемен можно предлагать ребятам участвовать в их раскрашивании (при этом эти раскраски могут служить украшением стен, если вы подбираете раскраски с учётом времен года, праздникам и пр. На на это предложение откликаются учащиеся начальных классов, хотя и пятиклассникам и шестиклассникам это очень интересно. Особенно актуальны эти акции в период подготовки и написания ВПР, контрольных и прочих школьных «проверочных» мероприятий, вызывающих у учеников волнения, переживания, напряжение.

Данная акция позволяет снижать эмоциональное напряжение, повышает настроение, создает пространство для общения между учащимися разных возрастов.

Акция 4: «Игровая переменка».

Цель: создать игровое пространство для учащихся.

Во время перемен учащихся одного или нескольких классов приглашаются для совместных игр (особенно это актуально для первоклассников в период адаптации). Для проведения «игровых перемен» можно использовать следующие игры: «Крокодил», «Фанты», «Хитрая лиса», «Сова», «Арам-шим-шим». Одним из вариантов таких перемен могут быть танцевальные, т.е. в место игр, ребята могут либо сами предлагать движения, либо повторять движения за ведущим (в качестве ведущих можно привлечь волонтеров-старшеклассников).

Акция 5: «Добрый поступок».

Цель: повысить самоуважение подростков.

Акцию «Добрый поступок» можно приурочить к Международному дню спонтанного проявления доброты, ежегодно отмечающийся 17 февраля.

В специально отведенном пространстве для мероприятия необходимо разместить стенд или ватман, на который участники могут прикрепить стикер с кратким описанием своего доброго поступка, для того, чтобы окружающие могли познакомиться с его содержанием.

Так на вашем стенде могут появится такие записи: «я всегда уступаю место в автобусе», «достала котенка из подвала и согрела его», «помог донести тяжелые сумки бабушке до квартиры», «нашел телефон… (провел целое расследование по поиску хозяина) и вернул хозяину», «нашел ключи, распечатал объявление, нашел хозяина и вернул», «помог учителю с переносом тетрадей», «обогрел и накормил бездомного щенка», «помогал соседской бабушке, носил воду и дрова» и пр.

Следует отметить, что в подобной акции учащиеся с репутацией «сложных подростков», «вечных драчунов» открываются с для окружающих с другой стороны, удивляют подобными проявлениями доброты, заботы. Во время акции возмож-

но обсуждение этих событий, также данное мероприятие может стать предвестником классных часов связанных с темой добра.

Акция 6. «Я желаю тебе…»

Цель: развивать умение выражать и принимать комплименты и слова поддержки.

Заранее необходимо подготовить стенд, на котором располагается часть солнца с лучами, на которых можно писать пожелания.

Таким образом всем заинтересовавшимся можно предложить пожелать одноклассникам приятное, позитивное или выразить поддержку, подбодрить. Лучи с готовыми пожеланиями прикрепляются к основанию солнца, так оно «обрастает» огромным количеством «приятностей». Ученики охотно включаются в процесс одаривания комплиментами и искренними добрыми словами, пожелания могут получить не только их друзья, одноклассники, но и учителя, медицинский работник, охранник и др. Не остаются в стороне педагоги, высказывающие учащимся пожелания по поводу успешного написания контрольной, напоминающие о разных организационных моментах («хорошо подкрепитесь перед походом на экскурсию»), вдохновляющих на «хорошее настроение», поздравляющие с наступлением каникул.

Участники положительно реагируют на полученные пожелания, высказываются о том, как и насколько приятно получать такие «лучи» и просят забрать их пожелания себе. Им важно «как -бы» оставить для себя, присвоить именно такие «знания про себя», комплименты, добрые слова. И это естественно и закономерно связано с развитием потребности в самоуважении.

Акция 7: «Фотогалерея «Как прекрасен этот мир и я в нем!»

Цель: повысить самоценность учащихся.

Для проведения этой акции необходимо заранее объявить о ней для того, чтобы ребята могли подготовить необходимые фотографии. Необходимо составить критерии для участия в акции: сроки проведения, размеры фотографий, их количество, достаточное для предоставления участникам и др. Для оформления акции потребуются стенды, украсив их какими-либо цитатами, фразами или попросить участников подобрать девизы, составить лозунги «про себя» в соответствии с темой фотогалереи. В назначенный день учащиеся могут ознакомиться с фотографиями участников.

Акция 8: «Главное богатство моей жизни».

Цель: развивать осознание ценностных ориентаций.

Данную акцию можно использовать как отдельное мероприятие, так и как элемент занятия. Заранее необходимо подготовить стикеры с написанными на них ценностями (в нашем случае мы используем терминальные ценности по М. Рокичу (методика «Ценностные ориентации») [5]. Задача участников выбрать три стикера с названием тех ценностей, которые они считают самыми главными, важными, ценными в своей жизни. Выбранные ценности можно положить в специальный «сундук» или приклеить на макет «сундука» (второй вариант позволит ребятам сразу наблюдать результаты выборов друг друга). Если вы выбираете первый вариант оформлена, тогда в конце дня можно подвести итоги акции на рефлексивном листе перечислить все ценности, выбранные учениками.

Данная акция безусловно вызывает интерес и одновременно озадаченность, порой удивление, способствует возникновению обсуждений, дискуссии среди учащихся на тему «значимости определенных ценностей для каждого». А если учиты-

вать тот факт, что тема ценностых ориентаций редко становится предметом диалога с педагогами и родителями, то возможно у ребят «открывается» некоторая потребность общения на эту тему. У педагогов анализ полученных результатов нередко вызывает откровенное удивление. Хочется привести пример проведения данной акции в группе подростков.

Большинство выборов (15,4%) ребят принадлежит ценности «дружбы», вторая по значимости ценность -«здоровье», ее выбрали 12,8% от общего числа учащихся-участников акции. Самыми значимыми ценностями стали «любовь» и «счастливая семейная жизнь» (по 10,3% опрошенных). На четвертой позиции по значимости определены такие ценности как «познание» и «творчество» (по 7,6%). «Интересная работа», «материально обеспеченная жизнь», «развитие», «свобода», «уверенность в себе» являются значимыми для 5,1% опрошенных. Менее значимыми стали следующие ценности: «красота природы и искусства», «жизненная мудрость», «общественное признание», «продуктивная жизнь», «счастье других», «удовольствия». Их выбрали из предложенных по 2,6% исследуемых.

Акция 9: «Коллаж» (на определенную тему).

Цель: развитие «Я-концепции».

Для создания коллажа необходимо запастись большим количеством газет, журналов, открыток, фото, наклеек. Если Вы ограничены временем то, лучше вырезать картинки заранее, если же времени достаточно то, ребята сами могут вырезать заинтересовавшие их изображения. Еще для коллажа потребуется клей, фломастеры, карандаши и основа, на которую будут прикрепляться вырезки.

Так с учениками (при этом ребят разделить на группы по 4 человека) можно создавать коллаж на тему: «Наш класс, какой он?», отражая в нем, то, что наполняет класс, изображая дух класса, настроение, чувства внутри класса. После создания коллажа важно найти место в классной комнате, закрепить его представить другим участникам классного коллектива.

Данный формат работы очень информативен как для психолога, так и для классного руководителя, так за 30 минут можно собрать большое количество информации о классе о его трудностях и возможных ресурсах.

С учителями так же можно создать коллаж, например, на тему «Какой я учитель?». В работе с учителями практически всегда наблюдается сопротивление, и формат коллажа позволяет минимизировать тревожные состояния педагогов. После того как педагоги сделают свои коллажи, можно предложить им достать из дамских сумочек от 1 до 3-х предметов, которые могли бы уточнить их работу. Далее предложите желающим обсудить полученное произведение индивидуального творчества.

Акция 10. «Радостный полет»

Цель: оптимизировать эмоциональное состояние.

Для проведения данной акции вам потребуется лист бумаги на каждого участника акции, карандаши, фломастеры. Для проведения данной акции Вам вполне будет достаточно перемены продолжительностью в 15 минут. Для проведения акции с младшими школьниками желательно пригласить учащихся старшеклассников или волонтеров, для помощи младшим.

Идея акции заключается в изготовлении из бумаги с помощью техники оригами бумажного самолета, на котором его автор может написать пожелание, на-

рисовать изображение, поздравление. После того, как самолеты будут изготовлены, можно предложить обменяться ими. Сделать это, можно расставив ребят в два ряда напротив друг друга на расстоянии 7-10 метров. Ребята одновременно запускают самолеты. Ребята стоят и наблюдают за их полетом. Каждый ребенок является Запускающим и Получателем одновременно. Ведущий провозглашает главное правило: самолет опускается около Получателя, наверное неслучайно. Обратите внимание на то, что послание (пожелание) адресовано именно Вам.

Данная акция не оставляет равнодушным никого, ребята с интересом включаются в создание «радостных самолетов», помогают друг другу, если кому-то требуется помощь. Сама атмосфера становится радостной и задорной. После обмена самолетами важно обсудить, те пожелания, которые «прилетели» участникам.

Акция 11: «Я и Мы»

Цель: исследовать эмоциональное состояние группы.

Данную акцию можно использовать как часть занятия, так и как самостоятельное мероприятие.

Заранее на ватмане необходимо написать слово «Мы» (см. рис. 1). Размер слова мы необходимо подобрать таким образом, чтобы возможно было прикрепить небольшой листок формата А6, А7, учитывая количество участников.



Рис. 1

Участникам предлагается написать букву «Я» со словами: «Каждому из Вас я предлагаю взять листочек и написать слово «Я», так как Вы чувствуете. Эту букву можно написать по-разному, попробуйте использовать разный цвет, разный стиль. Важно, чтобы цвет, форма, величина и стиль отражали Ваше внутреннее состояние. По мере того, как Ваша карточка будет готова, прикрепите ее, пожалуйста, к общему «МЫ». Расскажите про то, что у Вас получилось[5]. Далее обычно происходит обсуждение.

Акция 12: «Позитивный календарь».

Цель: сплочение коллектива.

Акцию можно проводить с учащимися разных возрастов. Важно, чтобы в этом был заинтересован классный руководитель и другие педагоги.

Идея акции заключается в создании адвент-календаря (специальный календарь в европейских странах, показывающий время остающиеся до Рождества). Для того, чтобы заинтересовать ребят, можно рассказать об этой традиции празднования Нового года в Германии, а после предложить сделать календарь на определенный срок и наполнить его приятными событиями, играми, традиционными мероприятиями. Не обязательно ждать нового года, придумайте свой праздник, например, в 5-х, 10-х классах существует Праздник «Посвящения» и именно для него можно создать календарь.

Предложите ребятам самим придумать, чем бы им хотелось заняться всем вместе. Важно подчеркнуть, что общее Дело непременно должно приносить приятные

положительные эмоции (радость и удовольствие). Учащиеся могут записать свои предложения на листочках. После чего остается прочесть эти пожелания-предложения выбирая уместные, понравившиеся, полезные, выполнимые и пр. После обсуждения всем вместе можно начать готовить календарь. Созданный календарь можно повесить в классе и ежедневно открывая окошечки, читать те предложения и задания который предстоит выполнить. В нашей практике это были такие задания: нарядиться в особенную одежду, поиграть в интересную игру, организовать фотодень, посмотреть фильм, устроить день сюрпризов, провести день тайного друга (день вежливости, день улыбок, день «хорошего ученика», день «сделанного домашнего задания) и пр.).

Благодаря групповому формату многие «непопулярные» дети получают возможность принять участие в совместных играх, обратить на себя внимание [2].

Модифицируя акцию «Календарь ожидания», можно создавать такой календарь индивидуально для каждого ученика в классе. Так каждый ученик класса придумывает название дня и какое-либо предложение или пожелания как его провести и оформляет ячейку или листок календаря.

Акция 13: «С каким настроением ты приходишь в школу? С каким уходишь?».

Цель: изучить эмоциональный фон учащихся.

При входе в школу ребятам предлагается отметить на ватмане актуальное эмоциональное состояние в начале учебного дня и после уроков. Для более качественной интерпретации «настроений», следует заранее предложить учащимся готовые «мордашки», «пиктограммы», «смайлы». Наклейки в качестве примера можно расположить на ватмане.

На второй день важно предоставить результаты акции (необычного опроса) наглядно на стенде. Если Вы заметили преобладание грусти, тоски, раздражения, страха, гнева, уныния, то эта акция может выступить в качестве предпосылки для серии последующих, направленных на оптимизацию настроения. В последствии акцию можно повторять для изучения эмоционального фона в образовательной организации. С полученными результатами важно поделиться с педагогами и разработать план для улучшения комфортности среды для учащихся.

Акция 14: «Позитивный календарь» .

Цель: познакомить с интересным способом повышения настроения участников образовательного учреждения.

Для проведения акции рекомендуем использовать проект «Позитивный календарь» (https://kalen-dar.ru/calendar) модифицируя данные материалы, мы организовывали «радостный день», «неделю хорошего настроения», классные часы, необычные перемены, мини-беседы, пятнадцатимимутки и другие мероприятия, в контексте заявленной тематики дня. Данный календарь насыщен яркими, интересными, жизнеутверждающими образами, фразами и смыслами.

Акция 15: «Вдохновляющая».

Цель: развитие умения осознавать особенности собственного настроения.

Для проведения данной акции необходимо подобрать вдохновляющие фразы, цитаты, строки из известных песен, стихотворений. Подобранный материал стоит распечатать на цветных листах, привлекающих внимание, и разместить в про-

странстве школы или школьного двора, чтобы ребята и педагоги могли ознакомиться с ними.

Акция позволяет в режиме экономии энергии и времени охватить большое количество участников. Ведущий наблюдает со стороны. В случае необходимости включается в процесс.

По нашим наблюдениям, некоторые ребята, педагоги подолгу останавливались и улыбаясь читали, «замирая» в задумчивых позах.

Литература:

1. Битянова М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. СПб., 2002.

2. Моисеева Т.В. Инструктивно-методическое письмо «Особенности организации социальной, воспитательной и психолого-педагогической работы по экстренной профилактике психологического здоровья подростков» (от 03.04.2017 г.)

3. Образцова Г. Календарь ожидания. Психологическая акция [Электронный ресурс]. URL: https://psy.1sept.ru/index.php?year=2016&num=04 (дата обращения: 24.05.19)

4. Рокич М. [Электронный ресурс]. URL: https://psycabi.net/testy/320-metodika-okicha-tsennostnye-orientatsii-test-miltona-rokicha-issledovanie-tsennostnykh-orientatsij-m-rokicha-oprosnik-tsennosti-po-rokichu (дата обращения: 26.05.19)

5. Сакович Н. Топ, топ… Что это? Флешмоб! Нестандартные формы групповой работы [Электронный ресурс]. URL: https://psy.1sept.ru/index.php?year=2015&num=02 (дата обращения: 26.05.19)

6. Ушакова Т.О. [Электронный ресурс]. URL: https://my.1sept.ru/ (дата обращения: 26.12.18)

Приложение 1

Материалы позитивного календаря

9 марта

День вымётывания скверных мыслей



Итак...

Берётся качественная, грамотно составленная, безудержно весенняя метла. (Конечно, она может пригодиться тебе, только если к девятому марта где-то внутри осталась хотя бы парочка скверных мыслей.) Лучше всего для создания метлы подойдут следующие ингредиенты:

1) ещё не сбывшиеся почки берёзы;

2) первые за этот год лучи по-настоящему тёплого солнца; 3) талая вода;

4) пара бумажных корабликов или самолётиков из школьной тетради;

5) по вкусу добавить весеннюю влюблённость и прочее мартовское сумасшествие.

Берём метлу - и метём, ничего сложного.

Показателем того, что ты избавился от всего мусора и хлама в голове, станет улыбка Чеширского Кота среди ветвей клёна или приглашение на Безумное Чаепитие, пришедшее по интернету с ящика march_hare@wonderland.com

Автор текста: random_fox

17 ноября

День знакомства с новым чаем (кофе)



- Давайте познакомимся! - он мягко коснется вашего лица и повеет запахом приключений.

- Я иностранец, прибыл издалека и впервые оказался за вашим столом! Кажется я вам нравлюсь? Я это сразу понял по тому, как аккуратно вы разложили салфетки и расставили чайные пары. А этот заварочный чайник? Он такой симпатичный, наверное, ваш любимый? - он так хорошо и уютно расположится в пространстве, что даже это многословие будет совершенно не лишним.

-Может быть я задаю вам слишком много вопросов, но это так прекрасно, узнавать что-то новое о каждом человеке!

-Вот вы, какой именно чай или кофе вы пьете? Горячий? Холодный? С сахаром или с молоком? А как вы относитесь к экзотическим ароматам? Что вам больше нравится? Фрукты, корица, миндаль или только чистый аромат заварки? - и пока вы думаете над ответами, крепкий ароматный напиток наполнит вашу чашку, согреет руки, коснется ваших губ и разбудит радость нового дня!

-Я расскажу вам о горных вершинах, где растут тщательно ухоженные деревья, о соленых водах океана, омывающих бока кораблей, о снежных облаках, плывущих под крылом самолета, о ветре знойного юга, прилетевшем в моей одежде. - И вы невольно заслушаетесь этого потрясающего гостя. А скорее всего станете лучшими друзьями!

"Давайте, давайте же знакомиться"!

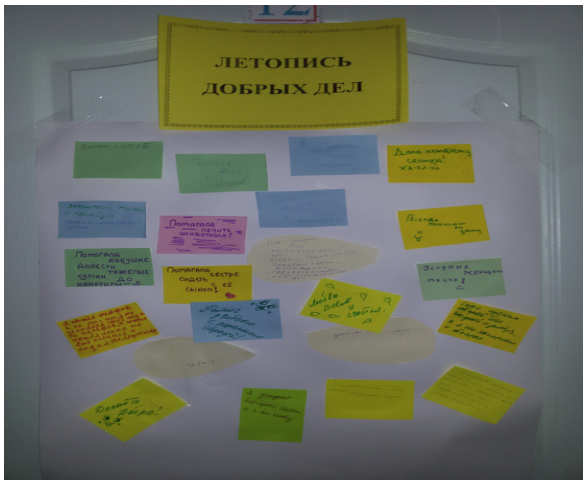
Автор текста: **Michletistka**

Приложение 2

Фотографии

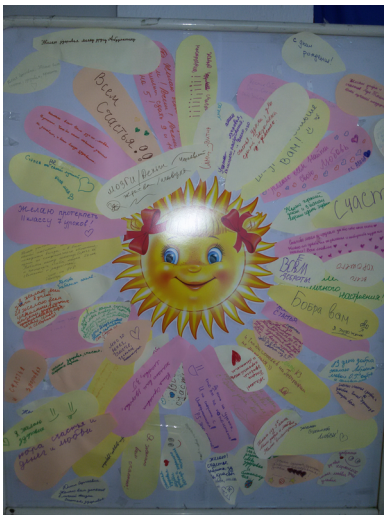
Акция «Добрый поступок»





Акция «Я желаю тебе…»





Акция «Прощай, напряжение»



Психологические акции как форма групповой работы в деятельности школьного педагога-психолога : из опыта работы Марины Олеговны Сидельниковой, педагога-психолога МБОУ «СОШ № 10». – Биробиджан : ОГАОУ ДПО «ИПКПР», 2019. – 16 с.

Сверстано и отпечатано в РИО ОГАОУ ДПО «ИПКПР»
г. Биробиджан, ул. Пионерская, 53.