



ПРОЕКТ

«НАША ЖИЗНЬ КАК ПАЗЛ»

Неделя психологии

Участники: воспитанники и педагоги детского дома.

Сроки проведения: _____

Методическое обеспечение: план недели; разработки занятий, необходимый наглядный материал, набор специально подобранных психологических упражнений и игр, и др.

Формы проведения: психологические акции, акции добрых дел, квест- игра, анкетирование, опрос, занятия по группам.

Ответственный: педагог- психолог Рогозина А.А.

Неделя психологии - это уникальная возможность представить работу педагога- психолога как нечто целостное, осмысленное, логически выстроенное.

- Неделя должна быть целостной и законченной, то есть иметь психологически очерченные начало и конец, основную идею;
- Каждый день должен плавно перетекать в следующий;
- Необходимо каждый день иметь как виды работы, которые делали бы его неповторимым, так и «сквозные» мероприятия, которые задавали бы общий дух недели;
- Каждый день должен иметь смысловую направленность.
- События недели должны охватывать весь детский дом - всех детей и взрослых;
- Мероприятия недели не должны, по возможности, вмешиваться в учебный процесс; по крайней мере, это вмешательство необходимо сделать минимальным и строго оговоренным с педагогами и администрацией.

Таким образом, изначально неделя запланирована как бы «двухслойная», будет содержать как фигуру, так и фон. Фигурами были центральные мероприятия дня, фоном - «сквозные» формы работы: психологическая газета, стенд недели, «заборы», цитаты, развешиваемые по детскому дому.

Основная идея:

Познание внутреннего мира человека через анализ собственной деятельности и через общение с другими людьми.

Запланированные мероприятия направлены на самопознание и саморазвитие всех участников воспитательного процесса.

Цели:

1. Создание в детском доме условий для сохранения и укрепления психологического здоровья воспитанников.
2. Повышение психологической компетентности воспитанников и педагогов детского дома.
3. Формирование представлений о важности психологической науки как одной из составляющих человекознания.
4. Улучшение психологического микроклимата в детском доме.
5. Профилактика аутоагрессивного и саморазрушающего поведения воспитанников.

Развивающие задачи:

- Развитие коммуникативных навыков и социально-психологических свойств личности воспитанников.
- Развитие рефлексии.
- Развитие мотивационной сферы
- Развитие стремлений ребят к самопознанию;
- Развитие и осмысление системы личных жизненных ценностей у воспитанников и педагогов;
- Способствовать личностному росту педагогов и детей.

Коррекционные задачи:

- способствовать созданию в стенах детского дома атмосферы доброжелательности, толерантности (взаимопринятия, терпимости), эмпатии (сопереживания);

- способствовать развитию эмоционального интеллекта участников воспитательного процесса;
- способствовать повышению позитивного настроения, умелому использованию психологических знаний для улучшения качества жизни взрослыми и детьми.

Просветительские и психопрофилактические задачи:

- Формирование общего настроения оптимистической тональности в детском доме, настрой на «психологическую волну»;
- Расширение знаний, воспитанников и педагогов о науке психологии, о роли и месте психологических знаний в жизни человека;
- Активизация размышлений о месте и роли знаний психологии в собственной жизни, жизни людей;
- Стимулирование интереса к психологическим знаниям и к деятельности педагога- психолога.

План недели психологии

Дата №	Мероприятие	Время/аудитория	Участники	Цитата дня
1.	<p style="text-align: center;">Линейка</p> <ul style="list-style-type: none"> - объявление о проекте «Наша жизнь как пазл» - короб настроения - игра- разминка - психологический забор -диагностика взрослых «В порядке ли Ваши нервы?» - релаксационные упражнения 	<p style="text-align: center;">Муз. зал</p> <p style="text-align: center;">В течение дня на входе</p>	<p style="text-align: center;">Весь коллектив</p> <p style="text-align: center;">Педагоги</p> <p style="text-align: center;">Весь коллектив</p>	<p style="text-align: center;">«Чтобы поверить в добро надо начать делать его»</p>
2.	<p style="text-align: center;">Квест «Психологические станции»</p> <ul style="list-style-type: none"> - тест «Конструктивный рисунок человека» Цель: поможет увидеть наличие психологических симптомов: направленность эмоционального напряжения. - релаксационные упражнения 	<p style="text-align: center;">Муз. зал</p> <p style="text-align: center;">В течение дня на входе</p> <p style="text-align: center;">Муз. зал</p>	<p style="text-align: center;">Весь коллектив</p> <p style="text-align: center;">Педагоги</p> <p style="text-align: center;">Весь коллектив</p>	<p style="text-align: center;">«Пусть мы разные, и что ж? Только ты меня поймешь!»</p> <p style="text-align: center;">«Без дружбы никакое общение между людьми не имеет ценности» Сократ</p>

3.	<p align="center">«Копилка пожеланий»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Сказкатерапия - опросник «Стратегии семейного воспитания» <p>Цель: с помощью этого теста попробуйте оценить свою собственную стратегию воспитания.</p> <ul style="list-style-type: none"> - релаксационные упражнения 	<p align="center">Вход</p> <p align="center">Муз. зал</p> <p align="center">В течение дня на входе</p> <p align="center">Муз. зал</p>	<p align="center">Весь коллектив</p> <p align="center">Педагоги</p> <p align="center">Весь коллектив</p>	<p align="center">«Если ваша жизнь потускнела, просто сотрите с неё пыль!»</p>
4.	<p align="center">«День Арт - мастерской»</p> <p>Психологическая игра-метафора «Мандала - как способ саморегуляции и снятия напряжения»</p> <ul style="list-style-type: none"> - релаксационные упражнения 	<p align="center">Муз. зал</p> <p align="center">Муз. зал</p>	<p align="center">Весь коллектив</p>	<p align="center">«Доброта — это то, что может услышать глухой и увидеть слепой» Марк Твен</p>
5	<p align="center">Линейка.</p> <p>Подведение итогов недели (обратная связь)</p> <p>Блиц-опрос «Что мне нравится в детском доме?»</p> <p>«Майнд- фитнес» - знакомство с системой тренировок психических функций.</p>	<p align="center">Муз. зал</p> <p align="center">В группах</p>	<p align="center">Воспитанники</p> <p align="center">Весь коллектив</p>	
	<p>Акция «Дружные ладошки Добрых Дел»</p>			<p align="center">«Всё хорошее в природе - от солнца; а</p>

<p>Все ребятам в течение выходных дней участвуют в акции под названием «Дружные ладошки Добрых Дел». Каждый воспитанник обводит свою ладошку и пишет на ней доброе дело, которое он сделал.</p>	<p>Весь коллектив в игровых комнатах</p>	<p>Задание на выходные дни</p>	<p>все лучшее в жизни - от человека» М. Пришвин</p>
--	--	--------------------------------	--

1. День (Понедельник)

Цитата дня: *«Чтобы поверить в добро надо начать делать его»*

1.Открытие недели психологии

Неделя психологии началась с информирования. Заранее по детскому дому были развешены объявления о начале Недели Психологии, а также план недели. На входе в детский дом всех ожидал вопрос «С каким настроением начался твой день?» и предложение всем участникам опустить смайлик с настроением в коробку, тем самым «проголосовав» за свое настроения в это утро. Ежедневно в течение недели результаты вносились в таблицу «Настроения».

2. План линейки.

1. Построение в большой круг всех групп.

Слова ведущего:

Наша жизнь похожа на пазл. Складывая данные кусочки жизни можно собрать одну большую картинку. Если кусочки складывать неправильно, то пазл не сойдется. Хотя, если честно, пазл и не может сойтись при жизни, так как есть будущее, которое не стало настоящим, а значит кусочек пазла пока не известен. Однако, это не мешает сложить практически полную картину.

В жизни, так же, как и в пазле, если складывать кусочки неправильно - получится что-то страшное и непонятное. Это мы делаем благодаря своему патологическому свойству - нежелание видеть правду. Поэтому складывая нашу картинку, мы очень часто суем пазл не туда, куда положено. И вместо того, чтобы поискать другую часть - посмотреть правде в глаза, мы начинаем обрабатывать грани пазла, подгибая уголки, обрезая "ненужные нам" части, пытаюсь впихнуть невпихуемое. Ведь если мы вставим нужную картинку - будет видно, что мы ошибались. Но ведь мы никогда не ошибаемся. Бывает смешно, когда некоторые пытаются собрать пазл, с участием кусочков из другого пазла. Они берут части из чужой жизни, и пытаются вставить в свою картинку, обрабатывая углы кусочков, подгибая их, дорисовывая нужные цветовые оттенки

Может все-таки пора анализировать свою жизнь, и правильно собирать пазлы?

2. Объявление психолога о начале «Недели психологии». Объяснение цели этого мероприятия. Организации мероприятий.

3. Объявление о 1 дне недели и плане работы.

4. Психологический забор «Что мне нравится в детском доме....», «Я хочу что бы в нашем доме ».

5. Игра - разминка «Все мы разные, но нас объединяет»,

а) Создайте круг мальчиков и девочек

б) Круг детей по цвету одежды (зеленый, синий, красный)

в) Круг по цвету волос (темные, светлые)

г) Круг по настроению (грустное, веселое, спокойное)

д) Круг по классам - группам.

6. Игра- разминка «Эмоции»

Психологический забор. Ребятам было предложено написать на заборе пожелания: «Я хочу, чтобы в нашем доме было...», «Мне нравится в детском доме...». Этот психологический забор позволяет установить доверительные отношения между взрослым и детским коллективом и помочь администрации прислушаться к важным советам, просьбам детей и сотрудников.

3. Диагностика взрослых «В порядке ли Ваши нервы?»

Цель: определить нагрузку неровной системы, какими симптомами она проявляется, как справляться с данной симптоматикой.

4. Релаксационные упражнения – проводятся ежедневно в конце дня для всего коллектива (можно делить на группы)

Цель: расслабление или снижение тонуса после напряженного дня. Уменьшить излишнюю напряженность всех частей тела, дать организму небольшой отдых.



2. День (Вторник)

Цитата дня: *«Без дружбы никакое общение между людьми не имеет ценности» Сократ.*

1. Квест «Психологические станции»

Цель: Формирование позитивных жизненных целей у воспитанников и развитие мотивации к их достижению. Мотивация учебной деятельности. Воспитанники путешествуют по станциям «Эмоции», «Минутка», «Ребусы», «Осторожно спичка!», «Мозговой штурм» Дети учатся работать в группе, принимать решения, управлять своим поведением и эмоциями.

2. Тест «Конструктивный рисунок человека» для сотрудников.

Цель: поможет увидеть наличие психологических симптомов: направленность эмоционального напряжения.

3. Релаксационные упражнения

3. День (Среда)

Цитата дня: *«Если ваша жизнь потускнела, просто сотрите с неё пыль!»*

1. «Копилка пожеланий»

На пороге детского дома с утра воспитанников и сотрудников ожидает приятный сюрприз (вкусные пожелания)

Цель- создание благоприятного, эмоционального климата и получение положительных эмоций. Любой желающий мог взять себе предсказание из ларца. Участники получали огромное удовольствие, узнавая о себе и своём будущем позитивное, доброе, интересное и т.д.

Выберите себе одно ее послание!!!

Что вышло, то и сбудется!!! Приятных сюрпризов, доброго дня всем

Приложение «Копилка пожеланий»

Ты молодец! Умеешь упорно работать, поэтому тебя ждет УСПЕХ!
Помни, в тебе есть СИЛА, которая поможет дойти до поставленной цели.
Ты достигнешь БОЛЬШИХ успехов в БИЗНЕСЕ .
Сделай хорошее для друзей, и в твоей жизни произойдет ЧУДО.
Работай упорно , и ТВОЕ СЧАСТЬЕ от тебя не уйдет.
Если хочешь добиться цели, тебе следует быть НАСТОЙЧИВЫМ.
Ты хочешь успеха? Будь ИСКРЕНЕН – у тебя все получится!
Ты очень СЧАСТЛИВЫЙ человек!
А ты знаешь, УДАЧА на твоей стороне!
Когда близкие люди просят помощи, НЕ ОТКАЗЫВАЙ им.
Верь, перемены принесут тебе ТОЛЬКО ХОРОШЕЕ.
Жизнь ЛЮБИТ и поддерживает тебя.
Ты заслуживаешь УВАЖЕНИЯ!
Знай, твои самые заветные МЕЧТЫ СБУДУТСЯ.
ТЫ ДОСТОИН ЛЮБВИ!
Все самое ЛУЧШЕЕ ждет тебя ВПЕРЕДИ!
С тобой легко общаться! Ты ИНТЕРЕСНЫЙ СОБЕСЕДНИК.
Тебя ждут новые интересные ЗНАКОМСТВА.
Это ЧУДО, что ты пришел на этот свет!
ТЫ ДОРОГ этому миру такой, какой есть.

В ТВОЕМ ИМЕНИ светятся все цвета радуги!
Знай, ты талантлив! ПРОЯВИ СЕБЯ!.
Секрет счастья: ЛЮБОВЬ к миру и к себе.
Твоя ДУША ОТКРЫТА! Только в открытую дверь зайдет любовь и добро!
Источник МУДРОСТИ в ТЕБЕ.
Если это возможно в мире, то это ВОЗМОЖНО ДЛЯ ТЕБЯ.
ДОБРО в этом мире РЯДОМ с тобой.
ТЫ МОЖЕШЬ ВСЕ все, что действительно хочешь!
Знай - быть тебе ПРЕЗИДЕНТОМ !

2. Сказкатерапия

Процесс самовыражения через сказку напрямую связан с укреплением психического здоровья человека и может рассматриваться как значимый психопрофилактический фактор. Использование сказкотерапевтических технологий дает психологу возможность помочь ребёнку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, преодолеть дезадаптацию, способствовать интеллектуальному развитию.

В занятии используются разнообразные методики: психотренинг «Тепло сердца», игра – драматизация «Паучок и Волшебный Цветок», психогимнастика «Гномик», сказочные задания.

Задачи:

- способствовать созданию положительного и эмоционального контакта детей, между сотрудниками и между собой.
- закрепить знания детей о различных видах настроения. О зависимости эм. состояний от жизненных ситуаций. О том что своими эмоциями и поведением следует управлять.
- продолжать формировать у детей элементарные навыки психоконтроля, релаксации, саморегуляции волевых усилий.
- воспитывать доброту, любовь и уважение.

3. Опросник «Стратегии семейного воспитания» для сотрудников.

Цель: с помощью этого теста попробовать оценить свою собственную стратегию воспитания.

4. Релаксационные упражнения



4. День (Четверг)

Цитата дня: *«Доброта — это то, что может услышать глухой и увидеть слепой»* *Марк Твен*

1. «День Арт - мастерской»

Цель : знакомство со своим внутренним миром. Познание своего «Я»

Занятие для души и тела. Что поможет привести душевное состояние в норму. Расслабить и получить удовольствие.

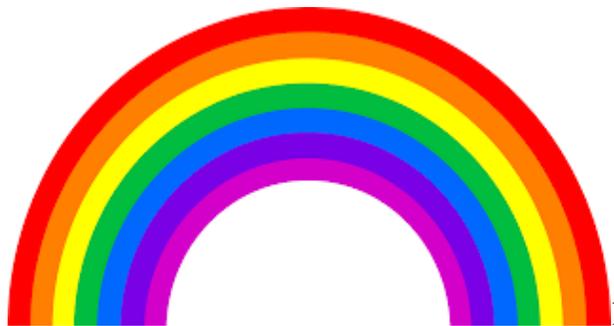
Психологическая игра-метафора «Мандала - как способ саморегуляции и снятия напряжения»

Упражнение «Карта счастья»

2. Релаксационные упражнения

5. День (Пятница)

Цитата дня: “ *Всё хорошее в природе - от солнца; а все лучшее в жизни - от человека*”. М. Пришвин



1. Линейка.

Подведение итогов недели (обратная связь)

- Соответствовала ли тема недели и выполняемые задания?
- Все ли упражнения были выполнены? Что получалось лучше всего? В чём были трудности?
- Что понравилось или не понравилось в мероприятии?
- Удалось ли познать себя и с другой стороны посмотреть на трудные ситуации, которые с Вами происходят?
- Как отразилась эта неделя на Вашем коллективе?
- Какой вы сделали вывод из этого?.....

2. Блиц-опрос «Что мне нравится в детском доме?»

Цель: активизация умения воспитанников выражать своё мнение.

Анализ записей на психологическом заборе, на котором ребята выражали свое мнение о том, что же им нравится в детском доме.

3. «Майнд- фитнес» - занятие для всего коллектива (презентация + упражнения)

Цель: знакомство с данной системой развития и тренировки мыслительных функций. Данная методика позволяет находить нужную информацию в короткие сроки, работать со своей речью. Работать с большим количеством информации.

4. Задание на выходные дни

Суббота и воскресенье

1. Акция «Дружные ладошки Добрых Дел»

Все ребятам в течение выходных дней участвуют в акции под названием «**Дружные ладошки Добрых Дел**». Каждый воспитанник обводит свою ладошку и пишет на ней доброе дело, которое он сделал. Я соберу все Ваши ладошки и сделаем коллаж на большом плакате.

После чего яркий плакат с добрыми делами будет вывешен в коридоре детского дома.

Педагог- психолог

Рогозина А.А.

