

Групповая консультация родителей с педагогом- психологом

*Тема: Адаптация
Пятиклассников*



*Педагог-психолог МАОУ СОШ 99
Миронова Юлия Анатольевна*



Представьте себе ситуацию:

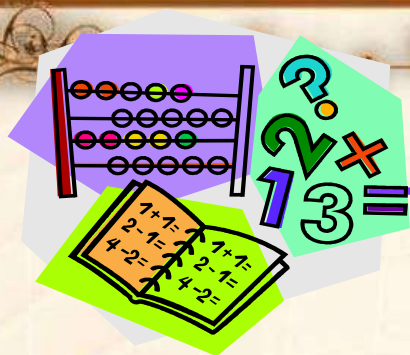
«Вы сменили работу и оказались в незнакомом коллективе.

Какие чувства вы испытываете в первое время на новом месте?»



**Представьте себя на месте ребят,
пришедших в 5-й класс.
С какими трудностями могут
встретиться дети, придя в 5
класс?**





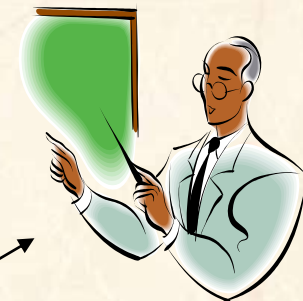
Вопросы родителям:

- Сколько учебных предметов изучалось Вашим ребёнком в 4 классе? В 5 классе?
- Какова недельная учебная нагрузка была у Вашего ребёнка в 4 классе? В 5 классе?
- Сколько учителей обучало Вашего ребёнка в 4 классе? В 5 классе?
- Сколько времени в среднем тратил Ваш ребёнок на подготовку домашних заданий в 4 классе? В 5 классе?

Изменения в школьной жизни пятиклассника



Увеличение
числа
предметов



Много
учителей



Новые виды
домашних
заданий



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД
КРАСНОДАР

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 99
Баварская ул., д.14, Краснодар, 350005, тел./факс (861) 99-225-68
e-mail: school-nd@mail.ru

ПРИКАЗ

от 01.09.2020

№ 235-О

**Об организации работы, направленной на формирование
жизнестойкости обучающихся в 2020-2021 учебном году**

В целях выявления психоэмоционального состояния учащихся 5-11 классов, формирования жизнестойкости, раннего выявления признаков социального неблагополучия учащихся на основании приказа департамента образования муниципального образования г. Краснодар от 27.08.2020 г. № 31-у

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить план работы по формированию жизнестойкости обучающихся МАОУ СОШ № 99 на 2020-2021 учебный год.
2. Мироновой Ю. А. педагогу-психологу организовать проведение мониторинга психоэмоционального состояния учащихся 5-11 классов МАОУ СОШ № 99 в осенний и весенний периоды.
3. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по ВР Василенко Е. М.

Директор МАОУ СОШ № 99

Н. Б. Гаврилок

С приказом ознакомлены:
Василенко Е. М. _____
Миронова Ю. А. _____



Мониторинг ПЭС

I этап

- 1.Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса
- 2.Методика «Исследование самооценки» (адапт. Г. Г. Казанцевой)

II этап

- 1.Методика незаконченных предложений Сакса–Сиднея
- 2.Опросник детской депрессии (CDI) М. Ковач

Методика «Исследование самооценки»

(адапт. Г. Г. Казанцевой)

Вам необходимо написать напротив утверждения один из двух вариантов ответа: «да» (+), «нет» (–).

- 1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
- 2. Чаще всего у меня хорошее настроение.
- 3. Со мной все ребята советуются, считаются.
- 4. Я уверенный в себе человек.
- 5. Считаю, что я сообразительный и находчивый.
- 6. Иногда я чувствую себя никому не нужным.
- 7. Я все делаю хорошо.
- 8. В будущем я обязательно осуществлю свои мечты.
- 9. Люди часто помогают мне.
- 10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
- 11. Я люблю участвовать в спортивных соревнованиях.
- 12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
- 13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
- 14. Я стараюсь планировать свою деятельность.
- 15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
- 16. В жизни я всегда чего – то боюсь.
- 17. Мне нравится принимать участие в различных олимпиадах и конкурсах.
- 18. Я учусь лучше, чем все остальные.
- 19. Мне чаще везет, чем не везет.
- 20. Учение для меня не представляет труда.

Методика незаконченных предложений Сакса–Сиднея

- Думаю, настоящий друг...
- Не люблю людей, которые...
- Больше всего люблю тех людей, которые...
- Когда меня нет, мои друзья...
-
- По сравнению с большинством других семей моя семья...
- Моя семья обращается со мной, как с...
- Большинство известных мне семей...
- Когда я был(а) ребенком, моя семья...
-
- Знаю, что глупо, но боюсь...
- Большинство моих товарищей не знают, что я боюсь...
- Хотелось бы мне перестать бояться...
- Мои опасения не раз заставляли меня...
-
- Сделал бы всё, чтобы забыть...
- Моёй самой большой ошибкой было...
- Самое худшее, что мне случилось совершить, это...
- Когда я был (-а) младше, то чувствовал (-а) себя виноватым (-той), если...
-
- Если все против меня, то...
- Думаю, что я достаточно свободен, чтобы...
- Моя наибольшая слабость заключается в том...
- Когда мне начинает не везти, я...
-
- Будущее кажется мне...
- Надеюсь на...
- Наступит тот день, когда...
- Когда я закончу школу...
-
- Я всегда хотел...
- Я мог бы быть очень счастливым, если бы...
- Моим скрытым желанием в жизни...
- Больше всего я хотел бы в жизни...

Анкета для родителей

Инструкция: Выберите утверждение, наиболее точно отражающее состояние ребёнка на данный момент

Шкала «Успешность выполнения школьных заданий»

5. Правильное безошибочное выполнение школьных заданий.
4. Небольшие поправки, единичные ошибки.
3. Редкие ошибки, связанные с пропуском букв или их заменой.
2. Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок: частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий.
1. Плохое усвоение программного материала по всем предметам.

Анкета для родителей

II шкала «Степень усилий, необходимых ребёнку для выполнения школьных заданий»

5. Ребенок работает легко, свободно, без напряжения.
4. Выполнение школьных заданий не вызывает у ребёнка особых затруднений.
3. Иногда работает легко, в другое время проявляет упрямство, выполнение заданий требует некоторого напряжения для своего завершения.
2. Выполнение школьных заданий требует от ребёнка определённой степени напряжения.
1. Ребёнок отказывается работать, может плакать, кричать, проявлять агрессию.

Анкета для родителей

III шкала «Самостоятельность ребёнка при выполнении школьных заданий»

5. Ребёнок сам справляется со школьными заданиями.
4. Работает самостоятельно, почти не обращаясь к помощи взрослого.
3. Иногда обращается за помощью, но чаще выполняет задания сам.
2. Ребёнок мог бы справляться со школьными заданиями самостоятельно, но предпочитает делать их с помощью взрослого.
1. Для выполнения ребёнком школьных заданий требуется инициатива, помощь и постоянный контроль со стороны взрослого.

Анкета для родителей

IV шкала «Настроение, с которым ребёнок идёт в школу»

5. Ребёнок улыбается, смеётся, с хорошим настроением идёт в школу.

4. Спокоен, деловит, нет проявлений сниженного настроения.

3. Иногда бывают проявления сниженного настроения.

2. Случаются проявления отрицательных эмоций:

а) тревожность, огорчение, иногда страх;

б) обидчивость, вспыльчивость, раздражительность.

1. Преобладание депрессивного настроения или агрессии (вспышки гнева, злости).

Анкета для родителей

- **V шкала «Взаимоотношения с одноклассниками».**
- 5. Общительный, инициативный, легко контактирует с детьми, у него много друзей, знакомых.
- 4. Малоинициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.
- 3. Сфера общения несколько ограниченная: общается только с некоторыми ребятами.
- 2. Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступать с ними в контакт.
- 1. а) Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться в одиночестве.
- б) Инициативен в общении, но часто проявляет негативизм по отношению к детям: ссорится, дразнится, дерётся.

Обработка результатов:

- 19-30 баллов – зона адаптации;
- 13-18 баллов – зона неполной адаптации;
- 0-12 баллов – зона дезадаптации.



Признаки дезадаптации:

- Усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.
- Нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.
- Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- Нежелания выполнять домашние задания.
- Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
- Беспокойный сон.
- Трудности утреннего пробуждения, вялость.
- Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Возможные реакции:

- **Интеллектуальная** - нарушение интеллектуальной деятельности. Отставание в развитии от сверстников.
- **Поведенческая** - несоответствие поведения ребёнка правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение).
- **Коммуникативная** - затруднения в общении со сверстниками и взрослыми.
- **Соматическая** - отклонения в здоровье ребёнка.
- **Эмоциональная** - эмоциональные трудности, тревоги по поводу переживания проблем в школе.

Чем можно помочь?

- Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
- Если вас, что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
- Если в семье произошли какие то события, повлиявшие на психологическое состояние ребенка (развод, отъезд в долгую командировку кого-то из родителей, рождение еще одного ребенка и тд.) сообщите об этом классному руководителю.
- Проявляйте интерес к школьным делам, обсуждайте сложные ситуации, вместе ищите выход из конфликтов. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.
- Не следует сразу ослаблять контроль за учебной деятельностью ребенка, если в период начальной школы он привык к вашему контролю.
- Приучайте его к самостоятельности постепенно.

Чем можно помочь?

- Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
- Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
- Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.

Чем можно помочь?

- Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
- Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
- Для пятиклассника учитель – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребенком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.
- Пятикласснику уже не так интересна учеба сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями.

Слова, которые поддерживают и которые разрушают его веру в себя:

Слова поддержки:

- Зная тебя, я уверен, что вы все сделали, хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?
- Это серьезный вызов. Но я уверен. Что ты готов к нему.

Слова разочарования:

- У тебя это не получится
- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.
- Эта идея никогда не сможет быть реализована.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.





Способы преодоления тревожности:

- Не сравнивайте ребенка с окружающими.
- Доверяйте ребенку.
- Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
- Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
- Используйте наказание лишь в крайних случаях.
- Не унижайте ребенка, наказывая его.
- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей. Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!».
- Помогите ему найти дело по душе.
- Разговаривайте со своим ребёнком. Постарайтесь услышать ЕГО.

Психологическое сопровождение в школе

1. Индивидуальные
консультации
2. Групповые занятия,
соответствующие возрасту

Телефон педагога-психолога
89180930922

(Юлия Анатольевна)

График групповых занятий

Понедельник

13.00-13.40 (5 А, 5 Б)

Вторник

13.00-13.40 (5 В, 5 Г, 5 Д, 5
Е, 5 Ж, 5 З)

*Всё начинается с любви:
И озаренье, и работа,
Глаза цветов, глаза ребёнка –
Всё начинается с любви...*

Р. Рождественский



Детский телефон доверия

**ТЕБЯ
НЕ СЛЫШАТ?**

**МЫ
УСЛЫШИМ!**

8 800 2000 122

КРУГЛОСУТОЧНО | БЕСПЛАТНО | АНОНИМНО



**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
для детей, подростков
и их родителей