МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М. К. АММОСОВА»

В Г. НЕРЮНГРИ

Кафедра педагогики и методики начального обучения

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

По дисциплине: Тренинг психологической компетентности

На тему: «Аннотация статей по вопросам психологического оснащения психотехнологиями профессиональной деятельности педагога-психолога»

Выполнила: студентка 1курса,

группы ППО-14 Денисова В.А

Проверила: ст. преподаватель

Николаева И. И.

г. Нерюнгри, 2014 г.

Оглавление

Введение

Аннотация статей по вопросам психологического оснащения психотехнологиями профессиональной деятельности педагога-психолога

Заключение

Список литературы

ВВЕДЕНИЕ

Одна из современных востребованных профессий - педагог-психолог. Такой работник есть к каждой школе. Его призвание - контролировать психологическое развитие детей, их поведение и адаптацию в коллективе.

Одна из сфер деятельности такого специалиста - понять, почему ребенок не успевает постигать школьную программу или не ладит с одноклассниками, в сотрудничестве с родителями психолог выясняет причину чрезмерной зажатости или немотивированных проявлений агрессии.

Целью психологической помощи зачастую является преодоление барьера в общении с другими детьми, повышение уверенности в себе и самооценки ребенка.

Качества, обязательные для педагога-психолога - это, прежде всего, доброжелательность, любовь к детям, терпение. Умение расположить к себе детей, убедить их в чем-то также важно в работе со школьниками. Склад ума, соединяющий в себе аналитическую и гуманитарную составляющие, имеет огромное значение в работе детского психолога. Эти качества помогают заинтересовать детей на абстрактных примерах, возможно, в игровой форме объяснить им некоторые истины.

Исходя из вышесказанного, можно сказать, что психолог-педагог должен знать и уметь применить различные методики по работе с детьми для того, чтобы понять его мотивы, мысли и поступки.

Аннотация статей по вопросам психологического оснащения психотехнологиями профессиональной деятельности педагога-психолога

школьник лидерство игровой мышление

Статья № 1. О методике выявления сформированности естественнонаучного мышления школьников

. Журнал «Психологическая наука и образование» № 3, - 2012 год, 11 с., автор Г. Р. Завалов.

. Статья посвящена проблеме диагностики сформированности естественнонаучного мышления как психологического аналога компетентности в естественнонаучных знаниях.

. В начале статьи автор рассматривает различные тесты Г. А Берулава, Н. А. Менчинской, Г. А. Вайзер, говорит о том, какие задачи решают эти тесты.

. Статья написана с целью выявления проблем развития естественноенаучных представлений школьников.

. Автор приводит данные с 2005 года. В московской школе № 1257 в 7-9 классах протестировали 100 учеников. Результаты приведены в таблице.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Классы | Теоретическое осмысление | Смешанные представления | Житейские представления |
| 7 | 10% | 30,5% | 59,5% |
| 8 | 6,5% | 46,5% | 47% |
| 9 | 15% | 40% | 45% |

. Г.А.Брулава первая выявила основное противоречие между требованиями современного образования и заданиями тестов, которое заключается в том, что в большинстве тестов используются задания алгоритмического характера, в то время как в естественнонаучных предметах такие задания практически не встречаются.

Далее, один из способов предложила и создала Н. А. Менчинская в 1960-х годах, это решение нестандартных задач, т.е. таких задач, в которых недостает данных, или их избыток, или условия «закомуфлированны».

По тому же пути, но в несколько другую сторону пошла Г. А. Вайзер. Она предложила оценивать знания школьников по результатам выполнения заданий на преобразование школьниками исходных задач.

. Автором сделаны следующие выводы:

созданную методику можно использовать для оперативного выявления проблем развития естественнонаучных представлений школьников;

общий интеллектуальный уровень развития при существующих программах по биологии не влияет на развитие естественнонаучных представлений;

современная общеобразовательная школа дает обширную базу знаний по предмету, однако не позволяет в полной мере развить естественнонаучное мышление школьников.

. В статье даются такие рекомендации, что развитие естественнонаучного мышления требует изменений, прежде всего, в содержании соответствующих предметов.

. В заключении статьи приводятся такие объяснения, что данные школьников. В большинстве случаев нельзя признать научными, потому что они опираются на случайные детали и упускают из поля зрения существенные элементы (от 45% до 60% обследованных школьников во всех классах).

Выводы исследования:

. Созданную нами методику можно использовать для оперативного выявления проблем развития естественнонаучных представлений школьников.

. Общий интеллектуальный уровень развития при существующих программах биологии не влияет на развитие естественнонаучных представлений.

. Современная общеобразовательная школа дает обширную базу знаний по предметам, но не позволяет в полной мере развить естественнонаучное мышление школьников.

. Вывод:

На мой взгляд, данная разработка очень актуальна в наше время, так как сейчас требуется более высокий уровень знаний буквально во всем, а поскольку творческие задачи имеют множество верных решений и заставляют ребенка подумать с разных сторон над проблемой, можно делать выводы, что данная методика поможет ребенку по другому интерпретировать материал, усвоенный на уроке в школе.

Статья № 2. Особенности психологической коррекции по преодолению психоэмоционального неблагополучия детей с СДВГ

. Журнал « Психология образования в поликультурном пространстве» № 1, - 2014 г., 45 с., автор И. Н. Серегина.

. Данная статья посвящена рассмотрению проблемы психоэмоционального неблагополучия детей 5-6 лет, страдающих СДВГ

. Автор уделяет внимание организации в семье психолого-педагогических условий (грамотное применение родителями приемов управления поведением ребенка), влияющих на эффективность психокоррекционной работы по преодолению психоэмоционального неблагополучия детей.

. Статья ориентирована на просвещение, повышение воспитательной компетентности родителей, понимание и осознание родителями возможных последствий действия негативных тенденций семейного воспитания, а также осознание родителями необходимости изменения своих воспитательных стратегий с целью предупреждения осложнения болезни у своего ребенка.

. Автор говорит о том, что результаты исследования показали, что условия воспитания детей с СДВГ характеризуются специфическими особенностями: недостаточной удовлетворенностью и повышенной конфликтностью во взаимоотношениях с родителями, гиперпротекцией и воспитательной неуверенностью со стороны матери, недостаточной вовлеченностью отца в процесс воспитания, наличием у родителей личностных неразрешенных проблем. Наиболее выражены нарушения семейных взаимоотношений и социальная неудовлетворенность родителей в семьях детей с легкой степенью СДВГ (в качестве основных методов для исследования специфических стилей воспитания использовались методики: опросник PARI; опросник «АСВ» Эдемиллера Э.Г. и Юстицкиса В.)

На этапе констатирующего эксперимента в определении психоэмоционального состояния детей 5-6 лет применялись методики: С. Розенцвейга; С.Г. Якобсон, В.Г. Щур; Цветовая диагностика М. Люшера; Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен; методика «Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься…».

. Коррекция эмоциональной сферы ребенка с СДВГ, прежде всего, предполагает ее гармонизацию, направленную на преодоление негативных эмоциональных состояний, нарушений в функционировании или отставании в развитии тех или иных составляющих, а также компенсацию негативных особенностей личности, складывающихся на основе данных процессов, связанных не только с болезнью ребенка, но и со специфическими стилями его воспитания в семье.

. Автор статьи приходит к выводу, что психологическая коррекция (контрольный эксперимент) в системе мер по профилактике развития СДВГ у детей позволила определить достаточную эффективность использования конструктивных методов воспитания в преодолении психоэмоционального неблагополучия больных детей 5-6 лет. Дети научились интегрировать разнообразные эмоции и переживания, уменьшились проблемы в поведении, случаи конфликтных ситуаций, как с родителями, так и со сверстниками. В меньшей степени у детей стали проявляться симптомы СДВГ. Родители научились управлять поведением ребенка, контролировать свои эмоции, укрепили внутренние и внешние ресурсы семьи, супружеские и семейные отношения в целом.

. Практические рекомендации.

Для формирования адекватной самооценки ребенку важно видеть продукт своего труда. Психокоррекция в зависимости от индивидуально-психологических особенностей ребенка с СДВГ может осуществляться в индивидуальной, групповой форме и их сочетании. Организация игры и поддержка детей с СДВГ в процессе игры со стороны взрослого с целью позитивного общения со сверстниками способствуют формированию более уверенного и адекватного поведения, позитивного образа-Я, повышению самооценки ребенка с СДВГ, развитию коммуникативных способностей.

. Вывод: таким образом, решение проблемы психоэмоционального неблагополучия ребенка с СДВГ и его воспитания возможно при оказании своевременной психологической помощи семье в целом. Данная помощь семье и ребенку возможна только общими усилиями психологов и родителей (включая педагогов детских садов). Особенно актуальна помощь на более ранней стадии болезни, т.е. в дошкольном периоде развития ребенка, что позволит ему с минимальными трудностями адаптироваться в начальных классах школы и легче преодолеть проблемы в обучении.

. Вывод:

На мой взгляд, разработка данной методики полезна для семей, в которых есть дети с проявленным недугом, я уверена, что не все родители знают как себя вести в той или иной ситуации, как реагировать так, чтобы не ухудшить ситуацию и в семье и в психологическом развитии своего ребенка. Воспользовавшись данной методикой, родители научатся контролировать свои эмоции и смогут укрепить семейные отношения.

Статья № 3. Тренинговая программа для семей с детьми 5-7 лет

. Журнал «Школьный психолог» № 1, - 2013 г., 40 с., автор Римма Плешакова.

. Статья посвящена проблеме гармонизации родительских и супружеских отношений, повышению взаимного доверия и понимания.

. В начале, автор говорит про проблематику воспитательных функций в семье с нарушенными отношениями.

. Статья написана для того, чтобы взрослые научились ценить супружеские отношения, осознали, что мир ребенка отличается от мира взрослого, переосмыслили воспитательные установки и стереотипы мышления, раскрыли свои внутренние резервы, поняли ценность примера, который они подают своим детям, получили возможность прочувствовать свои эмоциональные реакции и эмоциональные реакции детей на требования и запреты.

. Методы, с помощью которых достигается намеченный результат:

Игровое моделирование родительского поведения. Он побуждает родителей к поиску более подходящего способа родительского поведения, упражняет в логичности и доказательности рассуждений, развивает чувство такта, способствует обогащению арсенала способов родительского поведения и взаимодействия с ребенком. Например, родителям предлагается ролевое проигрывание проблемной ситуации: «Вы наказали ребенка, но позже выяснилось, что он не виноват. Как вы поступите и почему так?»

Телесно-ориентированная терапия. Она способствует осознанию телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установлению различных способов контакта.

Продуктивная деятельность (рисование, аппликация).

Игровая терапия (театрализованная деятельность, психогимнастические упражнения, игровые задания).

Арт-терапия.

Сказкотерапия и мульт-терапия. Образы, принесенные через сказку, могут стать впоследствии духовными ориентирами.

. Автор приходит к выводу, что существует связь между супружескими конфликтами и нервнопсихическими расстройствами. Отсутствие взаимопонимания в семье приводит к подавленности, отчужденности, к ухудшению психологического и физического состояния, значительному понижению работоспособности человека. В семье, кроме взрослых, в полноценном общении нуждаются и дети. Личность родителей играет существеннейшую роль в жизни каждого человека.

. В статье даются следующие практические рекомендации: Прежде всего, нужно запастись некоторыми качествами, необходимыми в воспитании сына или дочери, без которых этот процесс практически обречен на неудачу:

любовью и уважением к собственному ребенку;

терпением;

верой в доброе и светлое будущее своих детей;

самому стремиться стать личностью с богатыми цельным характером, сумевшей наполнить свою жизнь смыслом и счастьем.

И самое главное - нужно научиться любить своих детей созидательной любовью, в которой нет места самолюбованию и лжи, ханжеству и неискренности.

. В заключении статьи пишется о том, что каждому участнику дается возможность проанализировать общение со своими детьми. Родители анализируют, насколько они близки к идеалу, чего им в их родительской роли не хватает, а какого качества у них даже больше, чем надо.

. Вывод:

Данный тренинг является отличным средством развития не только ребенка, но и взрослых. Родители проводят время вместе с ребенком, играют с ним, тем самым находятся на территории его интересов, и что самое главное - они учатся эффективно взаимодействовать друг с другом, видеть себя со стороны и глазами других.

Статья № 4. Теоретико-методологические основы исследования феномена лидерства

. Журнал «ПСИХОЛОГИЯ. СОЦИОЛОГИЯ. ПЕДАГОГИКА» № 3, - 2011 г., 66 с., автор О.А.Трофимова.

. Статья посвящена рассмотрению вопросов исследования феномена лидерства через призму различных наук (социология управления, философия, политология, психология). Кроме того, освещаются некоторые подходы к изучению лидерства, а также стили управления.

. В начале статьи автор говорит о том, что по этому поводу проводилось множество исследований, результатом которых стало появление огромного списка лидерских качеств. А также о том, что существенный вклад в изучение феномена лидерства принадлежит представителям психологии и социальной психологии.

. Статья написана с целью изучения внутрипсихических причинно-следственных связей, обусловливающих лидерские действия в конкретных ситуациях, а также выявление внешних факторов, определяющих лидерство (историческая ситуация, психологические характеристики лидера, отношения между лидером и его последователями, поведения лидера).

. Автор говорит о том, что наиболее важными социально-психологическим концепциям лидерства являются исследования Г. Лебона, Г. Тарда, З. Фрейда, Н.К. Михайловского и др. Так, Лебон является сторонником идеи об исключительной роли личности в истории, и вслед за ним Г. Тард отмечает особенности процесса следования лидеру, суть которого отражает в следующей схеме: прогресс возможен лишь в действиях лидеров; в свою очередь, лидер, как транслятор знаний, ценностей и опыта предыдущих поколений, силен и пользуется поддержкой своих последователей

. Основные теоретические положения статьи в том, что психологические, или эмоциональные, качества базируются на наследственной и воспитательной основах и проявляются главным образом через характер человека. Изучение их взаимосвязи с лидерством привело к появлению очень длинного перечня этих качеств, большинство из которых так и не получило подтверждения практикой своей связи с лидерством.

. Выводы автора в том, что подход, изучающий лидерские качества, несомненно, интересен, но, к сожалению, до сих пор не принес пользы практике. Однако он послужил толчком к появлению и развитию других концепций лидерства и оказался надежным сдерживающим средством в переоценке поведенческих и ситуационных основ лидерства.

. Рекомендации автора заключаются в том, что выбор стиля руководства (авторитарный, демократичный, либеральный) или сочетание стилей, используемых в контексте управления организацией, остаётся за лидером. Руководитель, который хочет работать как можно более эффективно, получить всё от своих подчиненных, не может позволить себе применять какой-то один стиль на протяжении всей карьеры.

. Рассмотрев место феномена лидерства не только в социологии управления, но и сквозь призму различных наук, а также проанализировав стили руководства и существующие теории лидерства, мы пришли к следующим выводам: во-первых, невозможно выделить «универсального» лидера и «универсальный» стиль управления - в конкретной организации и ситуации требуется управленец, оптимально использующий приемы и методы управленческого лидерства для достижения поставленных целей; во-вторых, феномен лидерства недостаточно освоен в рамках социологии управления, поэтому выявлена необходимость более глубокого и детального изучения данной проблематики.

. Вывод: отмечается, что феномен лидерства недостаточно освоен в рамках социологии управления, поэтому выявлена необходимость более глубокого и детального изучения данного вопроса.

Статья № 5. Методика: Как управлять своим эмоциональным состоянием?

. Журнал «Школьный психолог» № 1, - 2014 г., 46 с., автор Жанна Сунтеева.

. Статья посвящена тому, как влияет поведение человека на заболевания и возможности его изменений, с целью сохранения здоровья.

. Вначале статьи автор говорит об одном из эффективных способов управления эмоциональным состоянием - позитивном (оздоровляющем) мышлении, которое помогает управлять собой и не испытывать эмоциональный стресс дольше, чем нужно для разрешения текущей жизненной ситуации.

. Статья написана с целью повышения мотивации к изменению мышления и жизни в сторону позитивного.

. Некоторые данные о методике:

Характерные эмоции и способы реагирования человека на стрессогенные события прогнозируют восприимчивость к болезням.

Человек сам может контролировать и ослаблять стресс. Психологами и психотерапевтами разработаны тренировочные упражнения, помогающие человеку ослаблять и контролировать стресс.

Содействующее здоровью поведение, отработанное в тренировочных упражнениях, закрепляется и в повседневном поведении человека и влияет на состояние его здоровья.

. Основным теоретическим положением статьи является то, что в основе позитивного мышления лежит идея равновесия, баланса, именно она направляет мышление человека в позитивное русло.

. Вывод автора: Любое отрицательное качество человека, негативные последствия конфликта - все имеет свое позитивное продолжение. И дело не в том, с какой стороны на это смотреть. Дело в том, что это объективный закон жизни - наличие равновесия и баланса. Недостаток уравновешивается достоинством, которое является его продолжением. Если человек что-то получил в жизни (славу, любовь, успех), то за это чем-то заплатит (например, здоровьем, усталостью). Если человек решил одну проблему, сразу возникает другая. Одиночество уравновешено свободой, а наличие пары - ограничениями, которые задаются партнерством.

. В статье даются следующие практические рекомендации - тренировочные упражнения для формирования устойчивого позитивного мышления:

Упражнение «Соло для позвоночника». Позволяет анализировать ощущения своего тела, приучает их осознавать.

Упражнение «Поблагодари самого для себя дорогого человека»

Концентрирует внимание на позитивных отношениях и жизненных ситуациях.

Упражнение «Ситуация»

Формирует способность находить позитивные стороны любой, даже очень сложной ситуации в жизни.

Упражнение «Мой огонек»

Дает опыт переживания релаксационных погружений, опыт концентрации сознания на позитивных переживаниях.

Упражнение «Мой враг - мой друг»

Формирует способность концентрировать внимание на позитивных сторонах людей, к которым человек относится критически.

. В заключение статьи делается вывод о том, что состоятельный человек испытывает постоянное напряжение, связанное со страхом потерять имущество. Бедный человек испытывает нужду и боится, что завтра не на что будет жить. Везде существует равновесие. И только в минуты сильного стресса и глубоких переживаний, когда теряется контроль над собой, человеку кажется, что сейчас в жизни больше плохого, нежели хорошего. Он начинает думать только о негативном. Однако в любой ситуации есть и то, и другое. Стоит только начать анализировать и размышлять. И тогда, то положительное, что сможет увидеть человек, поможет успокоиться, сориентироваться в ситуации и принять правильное решение.

. Вывод: В наше время, при таком интенсивном ритме жизни мы порой забываем расслабляться и наш организм испытывает стресс, который со временем выливается в различные болезни и недомогания, данная методика упражнений позволит научиться концентрировать внимание на позитивных сторонах жизни, научит нас отвлекаться и расслабляться, что положительно скажется и на отношениях с самим собой и с окружающими.

Статья № 6. Диагностика уровня развития теоретического способа мышления у интеллектуально одаренных младших школьников

. Журнал "Психологическая наука и образование" №2, - 2014 г., 116 с., автор С. С. Ермаков.

. Статья посвящена проблеме выявления учеников, обладающих значительно более высокими общими интеллектуальными способностями, чем большинство их сверстников.

. В начале статьи автор говорит об интеллектуальных тестах, которые, как правило, дают информацию только о текущих способностях, о том, чем ребенок уже владеет и что может. Но в ходе диагностики интеллекта необходимо также учитывать ненаблюдаемые внешне способности, которые существуют только в виде потенциальных возможностей. Такие способности не могут быть выявлены с помощью интеллектуальных тестов.

. Статья написана с целью определения и выявления учеников, обладающих значительно более высокими общими интеллектуальными способностями, чем большинство их сверстников.

. Автор приводит три способа теоретического мышления, которые описал А.З. Зак:

Первый способ - аналитический, когда анализ (в теоретическом мышлении) играет ведущую роль, а рефлексия - вспомогательную (при выделении всеобщего отношения).

Второй способ - рефлексивный: при выделении особенных форм всеобщего отношения (специфических принципов решения подкласса задач данного класса) теоретическое мышление реализуется с помощью способа, в котором рефлексия имеет самостоятельную направленность.

Третий способ - это способ, в котором рефлексия и анализ взаимосвязаны. Также А.З. Зак пишет, что если у ученика уже в начальных классах наблюдается высокий уровень развития теоретического мышления или если данный способ мышления формируется у него достаточно быстро, то можно сделать предположение о том, что такой ученик обладает также и высоким уровнем развития общих интеллектуальных способностей.

. Основными теоретическими положениями статьи являются: задачи на диагностику теоретического мышления на непредметном материале А.З. Зака (серии «Различия», «Игры в 3» и «Почтальон») и задачи на предметную диагностику теоретического мышления младших школьников на материале темы сложения многозначных чисел с переходом через разряд В.А. Гуружапова. Для диагностики уровня развития интеллекта мы применяли Тест умственного развития и Групповой интеллектуальный тест (автор обоих методик Г.П. Логинова).

. Проводя диагностику по методикам А.З. Зака, экспериментатор сначала разбирал с учениками одну или две тренировочные задачи для того, чтобы ученики выработали общий принцип их решения. Затем они приступали к самостоятельному решению подобных задач. При этом количество действий в задачах постепенно возрастало, но внутреннее содержание и общий способ решения оставались неизменными.

. Автор приходит к выводу, что у одаренных учеников уровень развития теоретического мышления сильнее связан с общими интеллектуальными способностями, чем у учеников, показавших средний для своего возраста результат по интеллектуальным методикам. Кроме того, если у ученика высокий показатель уровня теоретического мышления, то у него заведомо будет и высокий уровень интеллекта. В специализированной школе ученики показали статистически значимо более высокие результаты по всем проведенным методикам, чем ученики в обычной средней школе.

. В заключение статьи делаются такие выводы, что уровень развития теоретического мышления может рассматриваться как показатель одаренности учеников в начальной школе. У одаренных учеников уровень развития теоретического мышления напрямую связан с интеллектом, и эта связь значительно сильнее, чем у обычных учеников начальных классов средней школы. Сами методики диагностики теоретического уровня мышления менее трудоемки. Для их проведения и обработки требуется меньше времени, чем для интеллектуальных тестов, а результаты, полученные с их помощью, могут быть использованы для определения уровня развития общих интеллектуальных способностей у учеников начальной школы.

. Вывод: Статья написана для того чтобы мы узнали методики выявления одаренных учеников, так как в обыденной жизни без применения каких-либо методик различить их сложно. В дальнейшем, опираясь на научные выводы благодаря данной методике, можно решать в какой области будет наиболее целесообразно развивать ребенка.

Статья № 7. Техники и приемы регуляции эмоций

. Журнал «Вопросы психологии» № 3, - 2010г., -83 с., автор Ю.В. Саенков.

. Статья посвящена проблеме регуляции эмоциональной сферы в психологической литературе.

. В начале статьи автор говорит о том, что в технологически развитом обществе игнорируется и нивелируется роль эмоций в регуляции деятельности человека, что приводит к утрате умения их конструктивного переживания и нарушению психического и соматического здоровья.

. Данная статья написана для того чтобы понять важность осознания своих эмоциональных переживаний и их биологически и социально целесообразное использование для достижения цели и удовлетворения потребности.

. В этой статье автор приводит классификацию способов регуляции эмоций. Рассматривается методика К. Изарда. Он выделяет следующие способы регуляции эмоционального состояния:

а) взаимодействие эмоций - сознательная активация другой эмоции, противоположной переживаемой, с целью подавления, снижения интенсивности последней;

б) когнитивная регуляция - использование внимания и мышления для подавления нежелательной эмоции или контроля над ней;

в) моторная регуляция - физическая активность, снижающая интенсивность эмоционального переживания.

. Основными же критериями классификации Ю.В. Саенко, в отличие от других являются:

а) удовлетворение/неудовлетворение значимой потребности;

б) решение/не решение проблемы как источника неудовлетворения потребности;

в) отреагирования не отреагирование эмоции.

. Таким образом автор данной статьи приходит к выводу: при эмоциональном отреагировании потребности субъекта в конечном итоге удовлетворяются, при эмоциональной трансформации субъект отказывается от неудовлетворенных потребностей и выбирает новые потребности, при эмоциональном подавлении потребности остаются неудовлетворенными.

. В статье предлагаются следующие практические рекомендации приемов и техник регуляции эмоций:

. Решение проблемы - поиск выхода из критической ситуации, выработка плана действий и его осуществление в виде конкретных активных действий, направленных на преодоление стрессора;

. Арт-терапия;

. Плач, в котором естественным образом выражается печаль и горе, 15 минут плача хватает, чтобы разрядить избыточное напряжение;

. Осознание и переживание эмоций. Чтобы избавиться от нежелательных чувств, нужно принять их, выразить и тем самым разрядить;

. Вербализация эмоций. Проговаривание, описание вслух или письменно своих эмоциональных переживаний и вызвавших их причин в общении с другим человеком, группой людей или самим собой;

. Реагирование страха:

а) техника наводнения - погружение в реальную устрашающую ситуацию в течение 1-1,5 часов и переживание страха до его уменьшения или исчезновения;

б) парадоксальная интенция - целенаправленное и преувеличенное осуществление неуспешного поведения, вызывающего страх.

. В заключение статьи делаются такие выводы, что наиболее распространенным способом эмоционального регулирования является эмоциональное подавление в силу сложившегося в обществе отношения к эмоциям как отрицательному психическому явлению, требующему сдерживания, вытеснения, запретному для открытого выражения.

. Вывод: Мы не всегда можем контролировать свои эмоции, но благодаря данной статье можно узнать несколько способов регуляции эмоций, что может быть полезно в работе педагога - психолога. Данные методики мы можем применять на практике и в жизни.

Статья № 8. «Игровая коррекция страхов»

. " Журнал "Школьный психолог" №2, - 2012 г., 52 с., автор Л.Орлова.

. Статья посвящена проблеме детских страхов и различным способам их преодоления.

. В начале статьи автор говорит о понятии игровой коррекции, о том, что в процессе игры разыгрываются прошлые переживания, растворяющиеся в новом восприятии и в новых видах отношений.

. Статья написана с целью того, чтобы педагогам, психологам и родителям было легче понять важность преодоления страхов с помощью игры - естественного для ребенка средства коммуникации.

. Автор приводит комплекс занятий коррекции страхов, который включает в себя: сочинение историй; драматизацию истории на заданную тему; рефлексивный анализ, обсуждение; упражнение на пантомимические выражения эмоциональных состояний.

. Основным теоретическим положением статьи является подробное описание применения методов коррекции страхов автором статьи и его помощниками на практике. На первом этапе ребята воспроизводили вслух свои страхи перед сказочными персонажами. Одним из понравившихся детям приемов работы стало сочинение сказки по кругу: сначала задается тема сказки, затем один из ребят начинает сочинять сказку (2-3 предложения), а другие продолжают по очереди. На втором этапе работы для преодоления социально-опосредованных страхов и тревожностей, выраженных беспокойством в ожидании каких-то событий, использовались условные истории. Это истории, которые могли бы произойти реально, но в другом месте, в другое время. На третьем этапе проигрывались реальные истории, затрагивающие жизненные отношения детей. В этих играх нужно было объяснить, как нужно вести себя в той или иной роли. Ребенок предлагает проиграть ситуацию, рассказывает ее содержание, распределяет роли. На четвертом, заключительном этапе занятий проводились упражнения на развитие пантомимики, которая помогает детям снять психическое напряжение, даёт возможность самовыражения.

. Автор приходит к выводу, что игровая коррекция позволяет ребенку прожить в воображаемой реальности волнующую и пугающую его ситуацию, отреагировать свои переживания, эмоционально очиститься; способствует преодолению внушенного страха на физическом уровне.

. В статье даются следующие практические рекомендации: главную роль в разыгрывании ситуации нужно отводить ребенку, который испытывает страх, призывая его тем самым к мобилизации и внешнему выражению своих переживаний; психолог должен уделять внимание ребенку, выражать свое одобрение и согласие; взрослый обязательно должен рассказывать, как нужно сыграть и показывать тот или иной образ; после каждой игры должны подводиться итоги и выслушиваться мнения по поводу игры каждого ребенка.

. В заключение статьи делается следующий вывод: игровая коррекция есть научение и воспроизведение, состоящее из четырех ступеней: внимание, сохранение, моторное воспроизведение, мотивационные процессы.

. Вывод: Данная методика игровой коррекции страхов является хорошим методом по преодолению детских страхов. Полезность данной статьи состоит в том, что использование данных методик позволяет прожить в воображении ребенка пугающую ситуацию, и в конечном итоге помочь избавиться от нее.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассматривая различные статьи о психологической коррекции, значении лидерства для школьников, видов страхов у детей, сформированности мышления и т.д. мы узнали различные методики, способы и программы воздействия на психику школьников и дошкольников. Узнали методы корректировки поведения не только детей, но и их родителей.

Педагогу-психологу необходимо владеть методами упражнений. Ведь даже тренинг - это своеобразный вид упражнений. Анализ материалов, получаемых с помощью рассматриваемых методик, дает возможность установить наличие или отсутствие интеллектуальных отклонений, их характер и выраженность, позволяет помочь родителям в различных ситуациях справиться со своими эмоциями и тем самым наладить атмосферу в семье и соответственно создать благоприятные условия для воспитания детей.

Список литературы

1. Г.Р.Завалов. О методике выявления сформированности естественнонаучного мышления школьников // Психологическая наука и образование, № 3, - 2012 г., 11 с.

. И.Н.Серегина. Особенности психологической коррекции по преодолению психоэмоционального неблагополучия детей с СДВГ // Психология образования в поликультурном пространстве, № 1, - 2014 г., 45 с.

. Римма Плешакова. Тренинговая программа для семей с детьми 5-7 лет // Школьный психолог, № 1, - 2013 г., 40 с.

. О.А.Трофимова. Теоретико-методологические основы исследования феномена лидерства // Психология. Социология. Педагогика, № 3, - 2011 г., 66 с.

. Жанна Сунтеева. Методика: Как управлять своим эмоциональным состоянием? // Школьный психолог, № 1, - 2014 г., 46 с.

. С.С.Ермаков. Диагностика уровня развития теоретического способа мышления у интеллектуально одаренных младших школьников // Психологическая наука и образование, №2, - 2014 г., 116 с.

. Ю.В.Саенков. Техники и приемы регуляции эмоций // Вопросы психологии, № 3, - 2010г., 83 с.

. Любовь Орлова. Игровая коррекция страхов // Школьный психолог, №2, - 2012 г., 52 с.