

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем
Протокол №4 от 02.03.2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем
К.С. Дикинова
Приказ № 17 от 02.03.2026г.



**Программа психолого-педагогического сопровождения детей
участников (ветеранов) семей СВО
МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем**

Составитель: педагог- психолог
МКДОУ «Улыбка» г.п.Чегем
Этезова А.М.

Содержание:

1. Паспорт Программы
2. Теоретическое обоснование Программы
3. План реализации Программы
4. Заключительная часть Программы

Приложения

Список используемых источников

Сокращения используемые в программе

ППк - психолого-педагогический консилиум образовательной организации;
ПМПк - психолого-медико-педагогическая комиссия;
ТПМПк - территориальная психолого-медико- педагогическая комиссия
СВО -специальная военная операция;
ПППВ - повышенное психолого-педагогическое внимание

1. Паспорт Программы.

Основания для разработки Программы:

1. «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990)
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года
3. Письмо Министерства Просвещения РФ и Министерства науки и высшего образования РФ от 11 августа 2023 года, №АБ-3386/07 «О направлении алгоритма»
4. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
5. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Цель:

Создание условий для комплексного сопровождения детей и их семей, находящихся на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий, направленных на уменьшение негативного эмоционального фона, нормализацию их психологического состояния, формирование безопасной поддерживающей социальной среды.

Задачи:

Создать систему комплексной помощи участникам целевой группы.

Содействовать в создании условий для благоприятного психологического климата в образовательной организации, организации среды, обеспечивающая сохранение и (или) восстановление психологического здоровья детей участников (ветеранов) СВО.

Организовывать психолого-педагогическое сопровождение обучающихся детей семей СВО с согласия родителей (законных представителей).

Оказать по необходимости экстренную психологическую помощь, психологическую коррекцию и поддержку детям участников СВО и членам их семей, дальнейшую социализацию.

Способствовать повышению психолого-педагогическую компетентности всех участников образовательных отношений в вопросах обучения и воспитания детей, переживших травматическое событие.

Предоставление информации по вопросам получения необходимой социальной и психологической помощи.

Срок реализации программы: 1 год.

Целевые группы: дети из семей участников СВО, их семьи, педагоги.

2. Теоретическое обоснование программы.

В дошкольном возрасте дети еще не в состоянии осознать ситуацию.

Но травмирующим для ребенка может быть все, что разрушает привычный мир и для возвращения к нормальной жизни важно восстановление игровой деятельности, следовательно, психологическая работа будет направлена именно на это. Дети до 3 лет еще не умеют хорошо говорить и выражать свои мысли и чувства. Это не значит, что малыши ничего не понимают - любая информация передается и воспринимается на невербальном уровне: они безусловно чувствуют и ощущают происходящее.

Дошкольники способны улавливать настроение и эмоции мамы и других членов семьи, "читая" их лица, слыша интонацию и наблюдая изменения в поведении.

Многие дети обладают чувствительностью к настроению взрослых, а также

остро реагируют на любое изменение в своей привычной среде: изменение в распорядке дня, переход в другую кровать, переезд и другие изменения, в том числе испытывают психологический дискомфорт, тревогу и испуг, который царит в семье при мобилизации отцов и близких людей.

Детям старшего дошкольного возраста уже можно объяснить многие вещи: они любознательны, достигли определенного уровня когнитивного и морального развития, чтобы отличить добро от зла.

Работа педагога-психолога ДОУ строится в нескольких направлениях:

- работа с воспитанником, переживающим тревогу и кризисное состояние;
- работа с его окружением (родители, лица их заменяющие, другие родственники, основанная на индивидуальном консультировании взрослых, взявших на себя ответственность и заботу о ребенке, а также педагогов образовательной организации, которую он посещает.

Содержание, вариативность методов, форм и технологий коррекционной помощи зависит от его возраста, особенностей переживания кризисного состояния, стадии переживания горя. Важно проводить психологическое сопровождение воспитанника посредством работы с матерью или лицами, их заменяющими, которые являются для него основным ресурсом в жизни.

3. План реализации Программы психолого-педагогического сопровождения.

Реализация программы психолого-педагогического сопровождения на 2026-29 учебный год планируется поэтапно:

I этап: подготовительный (март-апрель 2026г.)

Воспитатели:

- получение сведения от родителей, педагога о мобилизации отца или другого члена семьи;
- наблюдение за изменением психоэмоционального состояния ребенка и оценивание, заполнение протокола (Приложение 1.1.);
- планирование содержания мероприятий с детьми, бесед с родителями;
- взаимодействие с педагогом-психологом.

Педагог-психолог:

- получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении психолого педагогического сопровождения, диагностики;
- проводит консультирование педагогов детей семей СВО (Приложение 2.1);
- проводит консультирование родителей (законных представителей) детей семей СВО (Приложение 2.3);
- проводит мониторинг психологического состояния детей ветеранов (участников) СВО или по необходимости индивидуальное психологическое обследование, опросник для родителей;
- определяет группу ПППВ (Приложение 1.2.);
- составляет ИОМ на обучающегося или учебно-тематический подгрупповых занятий группы ПППВ, утверждает его руководителем образовательной организации.

II этап: формирующий (май 2026 – май 2027 г.)

Воспитатели:

1. Продолжают наблюдение за изменением психоэмоционального состояния ребенка и оценивание, заполнение протокола (Приложение 1.1);
2. Индивидуальные беседы с матерью ребенка (лицо ее заменяющее, других родственников для выявления их уровня психоэмоционального состояния и выяснения ресурсов для улучшения психологического состояния).
3. Беседы с ребенком, цель которой - дать ребенку ощущение безопасности, опоры на взрослого.

Педагог-психолог:

1. Просветительская деятельность: консультирование всех участников образовательных отношений (Приложение 2), индивидуальное консультирование.

Размещение информации о дополнительных ресурсах для обращения за психологической помощью: сайт учреждения, групповые чаты (Приложение 2.3.)

2. Профилактическая деятельность: проведение воспитательных, профилактических занятий

по созданию благоприятного климата в ДОУ (Приложение 3.2.), психологических игр (Приложение 3.3.), совместные мероприятия (игровые тренинги, досуги, Приложение 3.4.); разработка и распространение памяток, буклетов, рекомендаций для участников образовательных отношений. (Приложение 3.1.).

3. В случае необходимости провести индивидуальные или подгрупповые коррекционно-развивающие занятия (на снятие тревожности и повышение уверенности, повышение эффективности действий ребенка вовремя и после травмы, уменьшение неприятных и болезненных проявлений, вызванных травмирующим событием, профилактику развития нежелательных последствий травмирующего события.) Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия (с использованием методов арт-терапии).

4. В случае необходимости проводит психологическую работу с матерью ребенка (родителями, лицами их заменяющими, Другими родственниками).

III этап: Диагностический (июнь 2026/2027г.)

Воспитатели:

- проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы.

Педагог-психолог:

- проводит мониторинг психологического состояния и по необходимости индивидуальное психологическое обследование и обработку результатов;
- осуществляет анализ и оценку результатов программы;
- планирует мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей).

4. Заключительная часть программы.

На 2026-2027 учебный год в ДОУ в отдельные категории психолого-педагогического сопровождения выделены дети из числа семей ветеранов (участников) специальной военной операции (СВО) в количестве 5-ти, и их семьи. Экстренная психологическая помощь детям участников СВО и членам их семей не требовалась.

Приложение 1. Диагностический инструментарий.

Приложение 1.1. Примерный протокол наблюдения за детьми ветеранов (участников) СВО.

Наименование образовательной организации _____

Группа _____

Фамилия, имя, отчество ребенка, _____

Дата рождения: _____

№ п/п	Причины для отнесения обучающегося в группу ПППВ	Признаки наблюдения	Отметка о наличии	Форма документа	Наличие справок от профильных специалистов
1.	Сниженные адаптационные способности (проблемы социальной адаптации)	Необщительность в группе сверстников Отказ посещать образовательную организацию Появившиеся трудности в учебной деятельности Нетипичные эмоциональные реакции		Психологическое заключение (справка)	
2.	Неудовлетворительное психологическое состояние, в том числе, обусловленное пережитым травмирующим событием, гибелью родственников или близких лиц, ИЛИ кризисное состояние, возникшее в результате воздействия психотравмирующей ситуации, перенесенных тяжелых заболеваний, физических травм, медицинского вмешательства и др.	Избегающее поведение, связанное с травмирующим фактором Подавленность, апатия, пассивность Желание все время находиться со взрослым Замкнутость, скрытность Психосоматическая симптоматика Повторяющиеся воспоминания, кошмары, связанные с психотравмирующей ситуацией		Психологическое заключение (справка)	отметка о наличии / отсутствии справок (заключений) профильных специалистов
3.	Склонность к аддиктивному поведению	Раздражительность Замедленный или наоборот ускоренный темп речи		Психологическое заключение (справка)	отметка о наличии / отсутствии справок (заключений)

		Зависимость от гаджетов (в ущерб другим видам деятельности)			профильных специалистов
		Плохое самочувствие			
		Нездоровый/ неопрятный внешний вид			
4.	Склонность к девиантному поведению	Конфликтность, агрессивность		психологическое заключение (справка)	
		Игнорирование поручений педагогов			
		Вызывающее поведение			
		Эмоциональная неустойчивость: частая смена настроения			
		Экстремальный досуг			
5.	Склонность к суицидальному поведению	Подавленность, отрешенность, апатия		психологическое заключение (справка)	отметка о наличии / отсутствии справок (заключений) профильных специалистов
		Прямые высказывания о намерении ухода из жизни, размышления об отсутствии ценности жизни			
		Повышенная чувствительность к словам других людей			
6.	Нарушения в развитии (в случае, если это несовершеннолетний)	Нарушение когнитивных функций (внимание, мышление, память, речи)		психологическое заключение (справка)	медицинское заключение (справка), заключение ППк / ПМПк / ЦПМПк*.
		Трудности в обучении (отставание от образовательной программы)			
		Повышенная утомляемость			
		Трудно контролируемое собственное			
		эмоциональное состояние			

7.	Сниженная самооценка	Повышенная самокритика		психологическое заключение (справка)	-
		Подавленное настроение, изоляция от окружающих, замкнутость			
		Проявление тревоги при нахождении в обществе			
		Навязчивые негативные мысли о своей внешности			
8.	Проявления депрессивного состояния	Подавленное настроение		психологическое заключение (справка)	-
		Частая изоляция от социума, замкнутость			
		Нарушение сна, питания. Перестал ухаживать за собой			
		Жалобы на головные боли, боли в животе, трудности с дыханием			
9.	Посттравматическое стрессовое расстройство	Трудности со сном (кошмары, плач во сне)		психологическое заключение (справка)	отметка о наличии / отсутствии справок (заключений) профильных специалистов
		Признаки поведения, характерные для более раннего возраста			
		Навязчивые воспоминания о травме (рисунки, письма)			
		эмоций: гнев, агрессивное поведение			
		Острая реакция на громкие звуки			
		Частые проявления страхов			

Воспитатель _____ / Фамилия, имя, отчество/
Дата заполнения протокола

Приложение 1.2. Примерный перечень оснований для отнесения детей ветеранов (участников) СВО в группу ПППВ.

п/п	Причины отнесения обучающихся в группу ПППВ	Источники сведений
1.	Сниженные адаптационные способности (проблемы социальной адаптации)	Психологические заключения (справки). В случае, если это несовершеннолетний дополнительно: результаты наблюдений педагогических работников, родителей (законных представителей)
2.	Неудовлетворительное психологическое состояние, в том числе, обусловленное пережитым травмирующим событием, гибелью родственников или близких лиц, или кризисное состояние, возникшее в результате воздействия психотравмирующей ситуации, перенесенных тяжелых заболеваний, физических травм, медицинского вмешательства и др.	Психологические заключения (справки), справки (заключения) профильных специалистов. <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: результаты наблюдений педагогических работников, родителей (законных представителей) обучающегося.
3.	Склонность к аддиктивному поведению	Психологические заключения (справки), справки (заключения) профильных специалистов. <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: результаты наблюдений педагогических работников, родителей (законных представителей) обучающегося
4.	Склонность к девиантному поведению	Психологические заключения (справки). <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: информация от педагогических работников.
5.	Склонность к суицидальному поведению	Психологические заключения (справки), справки (заключения) профильных специалистов. <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: информация от педагогических работников, родителей (законных представителей) обучающегося
6.	Нарушения в развитии	Медицинское заключение (справка), заключение ППк / ПМПк / ТПМПк
7.	Сниженная самооценка	Информация от педагога-психолога / психолога. <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: информация от педагогических работников образовательной организации, родителей (законных представителей) обучающегося.
8.	Проявления депрессивного состояния	Информация от педагога-психолога / психолога. <i>В случае, если это несовершеннолетний</i> дополнительно: информация от педагогических работников образовательной организации, родителей (законных представителей) обучающегося.

Приложение 2. Просветительская деятельность.

Приложение 2.1. Как вести беседу с воспитанником в случае мобилизации родителя или значимого человека.

Во время беседы о мобилизации необходимо ориентироваться на возраст ребенка, уровень его развития, на его характер и то, что он уже знает о текущей ситуации.

Говорите и слушайте, что говорит ребенок о своих эмоциях: поддерживайте его, дайте понять, что другие тоже будут ему опорой. Любые эмоции сейчас - это нормально. Не надо говорить ему, что он зря боится и много придумывает.

Если ребенок боится, назовите его чувство и окажите поддержку («Ты расстроился/испугался, так бывает, это не стыдно, а нормальная реакция. Мы здесь, мы с тобой»).

Дайте возможность поплакать или выразить злость, применив различные способы и приемы на снятие отрицательных эмоций.

Также важно спрашивать у ребенка: *«Все ли тебе понятно? Будет так-то и так-то»*. Постарайтесь ответить на все его вопросы. А если после этого разговора он начнет плакать, не нужно его сразу же развлекать: *«Пойдем, поиграем»*. Обнимите его и дайте несколько минут проплакаться.

Отвечайте на вопросы, разрешите обсуждение: делайте паузы, дайте возможность ребенку сориентироваться и задать вопросы, чтобы сделать ситуацию более понятной.

Если ребенок задает сложные вопросы, нужно выслушать, сделать паузу. Если не можете дать ответ, можно сказать, что не знаете, но можете вместе разобраться в этом: *«Я не знаю, что тебе на это ответить. Давай попробуем вместе в этом разобраться или найдем где-нибудь помощь»*.

Обсудите, что изменится в семье и как нужно справляться: подчеркните, что взрослые сделают все необходимое, чтоб ребенок был в безопасности.

Обсудите, какие конкретно изменения ждут семью, и как с ними справляться.

Уточните, все ли ему понятно в вашем разговоре.

Разговоры о длительности мобилизации отца или близкого человека зависят от ситуации.

Приложение 2.2. Как справляться с эмоциями, если муж/родственник служит?

«Главное — понять, что повлиять на происходящее вы не способны»

1. Принять ситуацию и свою неспособность повлиять на происходящее, то есть принять своё бессилие. Вы действительно не можете изменить то, что случилось.

2. Принять свои чувства и эмоции, связанные с происходящим. Эта ситуация опасна для жизни и здоровья любимого человека, и абсолютно естественно в подобной ситуации испытывать тревогу и страх. Важно честно признать наличие этих чувств и попытаться их прожить. Кому-то помогают беседы с близкими, кто-то обращается за помощью к специалисту.

3. В стрессовых ситуациях как никогда важно следить за удовлетворением базовых потребностей человека в сне и еде. Сон является одним из главных способов восстановления физических и психических сил человека. Соблюдайте режим дня. Следите за качеством и количеством пищи, которую вы потребляете. Часто в стрессовых ситуациях люди перестают есть или, наоборот, заедают эмоции и чувства. Это приводит к плачевным итогам, вплоть до расстройств пищевого поведения. Следить за своим питанием — значит заботиться о себе.

4. Общайтесь и встречайтесь с приятными вам людьми, перенаправьте свой фокус внимания на положительные эмоции. Ваши страдания никаким образом не помогут мобилизованным, а вот ваше качество жизни испортят. Окружайте себя людьми, с которыми у вас есть общие интересы, которые готовы вместе с вами ходить на интересные мероприятия, в кино или кафе. И сведите к минимуму общение со знакомыми, вызывающими у вас негативные чувства.

5. Сконцентрируйтесь на себе и пространстве вокруг себя. Занимайтесь делами, результаты которых вы можете видеть достаточно быстро. Так вы будете ощущать, что влияете на свою собственную жизнь, а значит, контролируете ваши жизненные процессы.

6. Займитесь своим телом. Когда телу хорошо, психике тоже хорошо. Даже лёгкая утренняя зарядка или простые упражнения в течение дня способствуют снижению уровня стресса. Не пренебрегайте прогулками на свежем воздухе.

Внедрение в жизнь этих простых рекомендаций на постоянной основе поможет снизить уровень стресса. Но если вы понимаете, что самостоятельно не справляетесь, не стесняйтесь обращаться за помощью. И помните, вы не одиноки! Вы всегда можете обратиться к педагогу-психологу вашего детского сада.

Приложение 2.3. Как родителям правильно объяснить детям, что происходит в зоне СВО?

Новости вокруг событий на Украине тревожат многих людей. Очень сложно в такой напряженной обстановке не поддаться чувству страха, тревоги за близких. Стресс быстро входит в человеческую жизнь. У многих людей психика не способна к длительному пребыванию в стрессе, а неопределенность, неизвестность и страх только усугубляет ситуацию.

У несовершеннолетних детей еще не сформировано критическое мышление, они не совсем правильно могут понимать, что происходит. Любые события они воспринимают через призму установок и эмоций родителей. Все, что они слышат, видят и чувствуют в семье, то они и несут в социум. И во избежание конфликтов между этими установками стоит оградить ребенка-дошкольника от чрезмерной информации, особенно из источников СМИ. Не увлекаться чрезмерным просмотром новостей и их бурным обсуждением в присутствии ребенка.

Безусловно, нужно быть в курсе происходящего в стране, но не злоупотреблять этим.

Но и игнорировать вопросы ребенка категорически нельзя!

Можно сказать так: *«Люди ссорятся, страны ссорятся. Но самое главное, что у тебя есть семья и она о тебе позаботится».*

Лгать и что-то придумывать не стоит - дети прекрасно чувствуют фальшь, лучше всего рассказать все как есть на понятном ребенку уровне.

Детей особенно интересует, как происходящее скажется на их жизни в прикладном плане. Нужно объяснить ребенку, как вы теперь будете жить. Например: «Наша страна и соседняя - поссорились. И теперь воюют. Поэтому папа уезжает и какое-то время будет далеко. А мы останемся здесь и будем ждать его возвращения и присматривать за всем, пока он не вернется. Ужинать мы теперь будем без папы. А остальное будет как раньше. Ты будешь ходить в детский сад, а я на работу. А если ты заскучаешь по папе, я тебя обниму и мы с тобой сядем и посмотрим фотографии.»

Важно проинформировать обо всех значимых изменениях. Если вы, например, переезжаете к бабушке - скажите об этом»

Если дети приходят к вам и жалуются на тревогу - обнимите, скажите, что вы тут, вы рядом и будете о них заботиться. Что вы никуда не денетесь. Детей больше всего пугает именно это.

Чтобы дети чувствовали себя спокойно, комфортно — надо работать в первую очередь с собой. И помните, вы не одиноки! Вы всегда можете обратиться к педагогу-психологу вашего детского сада.

Приложение 2.3. Дополнительные ресурсы для обращения за психологической помощью

Сервисы по оказанию психологической помощи	Номер телефона	Целевая аудитория
<p>Филиал государственного фонда «Защитники Отечества» в КБР</p>	<p>8(8662) 74 06 05 8(8662) 74 28 20</p>	<p>Экстренная психологическая помощь детям, подросткам их родителям (законным представителям), а также взрослым в кризисном состоянии</p>
<p>Общероссийская горячая линия детского телефона доверия</p>	<p>8 (800) 2000-122</p>	<p>Психологическая помощь несовершеннолетним, а также их родителям (законным представителям) по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения</p>
<p>Круглосуточная экстренная психологическая помощь МЧС России</p>	<p>8 (495) 989-50-50</p>	<p>Экстренная психологическая помощь детям, подросткам, их родителям (законным представителям), а также взрослым в кризисном состоянии, в том числе в случае возникновения чрезвычайных ситуаций</p>
<p>Горячая линия Российского Красного Креста</p>	<p>8 (800) 700 44 50</p>	<p>Психологическая помощь семьям мобилизованных и военнослужащих</p>

Приложение 3. Просветительская деятельность.

Приложение 3.1. Рекомендации педагогу в ситуации кризисного состояния, обучающегося.

Ситуации	Внешние признаки	Помощь
Алгоритм помощи в ситуациях вины	<p>Возможно выражение чувства печали, грусти.</p> <p>Слезы, плач.</p> <p>Попытка уйти, изолироваться. Отказ от участия в празднике.</p>	<p>Убедите обучающегося, что с вами он может быть откровенен.</p> <p>Уточните, с чем связано возникшее чувство: возможно обучающийся переживает, что веселится в то время, как кто-то страдает или погиб.</p> <p>Помогите проговорить все то, что хочет сказать обучающийся, но возможно стесняется / стыдиться: такое бывало раньше? Когда примерно началось, с чем связано?</p> <p>Как считаешь, что было бы правильным в этой ситуации?</p> <p>В чем твоя ответственность и как может проявиться твоя свобода в этой ситуации? (для детей дошкольного и младшего школьного возраста: что можно делать во время игры?).</p> <p>Можно привести чувство вины в благодарность - и тому, перед кем ты чувствуешь вину тоже станет легче.</p>
Алгоритм помощи в ситуациях обиды	<p>Отказ от общения.</p> <p>Противопоставление себя другому обучающемуся (коллективу).</p> <p>Конфликтное общение.</p> <p>Отчужденность.</p> <p>Возможно демонстративное поведение (сесть одному, отказаться от ролей и проч.)</p>	<p>Где живет твоя обида (в теле)? Как ты себя чувствуешь в такой момент?</p> <p>А как хотелось бы чувствовать себя?</p> <p>Можем мы оставить твою обиду в этой комнате хотя бы до окончания праздника? С кем было бы не обидно общаться сейчас и в чем можно принять участие, чтобы тебе стало лучше?</p>
Алгоритм помощи в ситуациях одиночества	<p>Уклонение / избегание общения</p> <p>Отказ от участия в совместной деятельности под различными предлогами.</p> <p>Отгалкивающее поведение.</p> <p>Неловкость в присутствии других. Неспособность устанавливать связи / контакты.</p>	<p>Тебе нравится быть одному? Хочется, чтобы это заметили другие? Для чего?</p> <p>С кем бы сейчас хотелось бы пообщаться?</p> <p>Постоять рядом?</p> <p>Тебе хочется на всех обидеться, потому что ты один, а все веселятся? Во что можем поиграть (в чем поучаствовать), чтобы тебе было не так одиноко?</p>

Приложение 3.2. День психологического здоровья.

Тема: «Хорошее настроения вокруг нас»

Цель - сохранение психологического здоровья детей, повышение психолого-педагогической компетенции родителей и педагогов, снятие психоэмоционального напряжения всех участников образовательных отношений ДОУ.

Задачи:

1. Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.
2. Активизация творческого потенциала участников образовательного процесса, формирование чувства успешности.
3. Формировать познавательный интерес ребенка через его включенность в различные виды деятельности.
4. Повышать интерес педагогов и родителей к психологии через распространение передового опыта по формированию здорового психологического комфорта воспитанников с учетом их возрастных особенностей.

Предварительная работа: за неделю до проведения размещается информация о плане мероприятий ко «Дню психологического здоровья» в чатах групп. Консультирование педагогов по поводу участия в «Дне психологии в детском саду». Подготовка материалов для психологических акций и тренингов.

Тематический план на день

Наименование	Цели и задачи	Участник и процесса	Ответственные
<i>Психологическая акция</i> «Аптечка для души»	Цель: создание благоприятного эмоционального климата в ДОУ, получение положительных эмоций.	Родители и педагоги	Педагог-психолог; Воспитатели
<i>Консультация</i> «Определяем психологическое состояние ребёнка по цветам»	Цель: повышение психолого-педагогической компетенции родителей и педагогов	Родители и педагоги	Педагог-психолог
<i>Психологическая акция:</i> «Календарь настроения дня»	Цель: проследить динамику изменения настроения детей и родителей в течение дня.	Педагоги	Педагоги
<i>Тренинг</i> «Профилактика эмоционального выгорания»	Цель: профилактика эмоционального выгорания педагогов, снижение эмоционального напряжения.	Педагоги	Педагог-психолог
<i>Выставка альбомов</i> семейных фотографий, стихов, рисунков, пожеланий, на тему: «Мой день хорошего настроения»	Цель: создание, оформление альбома совместно с родителями, детьми	Педагоги Воспитатели Дети	Родители Воспитатели

<p><i>Игры:</i> «Мое настроение», «Комплименты», «Волшебный мешочек» и др. <i>Продуктивная д-ть:</i> «Солнце ладошками», «Солнце полное ладошек», «Рисуем свое настроение» и пр. Прослушивание песен, танцы-импровизация под музыку.</p>	<p>Цель: активизация творческого потенциала участников образовательного процесса, формирование чувства успешности.</p>	<p>Воспитанник и всех возрастных групп Педагоги</p>	<p>Педагог-психолог Воспитатели</p>
--	---	---	---

Приложение 3.3. Упражнения, используемые для коррекционной помощи с детьми дошкольного возраста.

При любой травматизации (столкновение с опытом, который ребенку не по силам выдержать и событиями, в которых он не может активно реагировать) ребенок может терять контакт с какой-то из своих «частей» — не чувствовать границ тела, переживать резкие эмоциональные скачки, «зависать» в реакциях. Может появиться страх от того, что раньше не вызывало тревоги. У нас может появиться ощущение, что ребенок потерял свою идентификацию.

1. Рисуем ладошки.

Ладошка как мандала, возвращающая и укрепляющая «Я». Простой способ безопасно возвращаться «в себя» — обрисовывание ладошек и любые игры с ладошками. Отпечатки в тесте, глине, песке, любой крупе, отпечатки на бумаге. Вырезание, разрисовывание ладошки дает ощущение и заполнение внутренней территории.

2. Лепка.

С детьми ними обязательно лепить - из глины, теста, хуже - пластики и пластилина. Лепка трансформирует напряжение, снимает зажимы, дает ощущение контроля (что важно для тех, кто потерял контроль над ситуацией, жизнью, реальностью, лепка полезна при любых психосоматических болезнях).

3. Играем в дерево.

Детки, пережившие травматизацию, часто перестают чувствовать контакт ножек с землей (теряют опору, заземленность). С ними хорошо играть (рисовать, лепить, пританцовывать) цветы и деревья - уделяя внимание корням и крепкому стволу. Игры в «выращивание великанских ног» - представляя, что ноги становятся огромными и крепко удерживают в равновесии, не давая раскачиваться от ветра (ветер - это метафора изменений, событий, на которые мы повлиять не можем, чем ярче представляем (нарисуем, помассируем) эти великанские ноги, тем сильнее эффект.

Спать лучше укладывать таких деток, давая опору ножкам (например, положим под ноги скрученное в валик полотенце).

4. Что у тебя в руке?

Дети после травматизации пытаются все контролировать. С ними важно говорить о планах, составлять расписания, делать коллажи мечты и прочее. Важно помнить, что в практиках они не закрывают глазки, боясь ослабить контроль. Многих взрослых раздражает, что они все время что-то вертят в руках (роняя и ломая). Для того, чтобы снять напряжение в ручках, одновременно ослабить контроль и вернуть безопасность — нужно дать детям в руки массажное колечко, эспандер, хлебный мякиш, шарики, наполненные мукой (крахмалом).

5. Сейф для страхов.

Для того, чтобы аккуратно прикоснуться к теме страха, дать ребенку отдых и контроль над страшными воспоминаниями и снами : можно соорудить (нарисовать, вылепить, сделать из

коробки) сейф для страшных воспоминаний. Не называя воспоминания - дать метафору - просто смять бумагу, или взять темные листы бумаги, камни, шишки и сложить их в сейф, ключ от которого будет либо у взрослого, либо у самого ребенка. Сделать из спичек и разноцветных ниток «ловцов снов» или вырезать ажурную снежинку, чтоб как фильтр, впитывала бы страшные образы, не подпуская их к ребенку.

6. *Ангел.*

Вырезать из бумаги ангела для защиты ребенка, которому можно дать имя, делая его более одушевленным и личным, повесить над кроватью, на стене или сделать гирлянду из ангелов.

7. *Строим домики.*

Дети ищут убежища в «изначально безопасном месте» - матке. С ребенком полезно делать халабуды, домики, играть в прятки, такой ребенок любит перекрываться одеялом или простынкой. Можно использовать телесную практику «Колыбелька», которая возвращает контур безопасности и дает ресурс. Взрослый сидит на полу, обнимая сидящего перед ним ребенка за спинку (обхватывая ногами и руками, чуть покачиваясь и шепча что-то теплое в ушко).

8. *Рисуем домик.*

Любое рисование и делание домиков возвращает ощущение границ, но очень аккуратно, если известно, что дом ребенка был разрушен.

9. *Крыло ангела.*

Когда ребенку нужно почувствовать безопасность, отстраниться от большого количества людей, почувствовать поддержку, можно положить правую руку на левое плечо. Так обозначается личная территория и возникает ощущение прикосновения друга к плечу.

10. *Грустное деревце.*

Дети часто не могут попросить о поддержке и объяснить, что их беспокоит. Если ребенка «превратить» в деревце, которое обижено, повреждено и грустит, потом спросить, что для него сделать - поставить опору - палочку (себя, подвязать веточку (погладить по ручке, полить (погладить сверху вниз, поставить забор (стать вокруг) — ребенок получит необходимый ресурс.

11. *Раскрасим.*

Дети в состоянии тревоги могут бояться рисовать что-то на «свободную тему». Им можно давать раскраски с четкими «жирными» границами. Можно с ними рисовать внутри бумажной тарелки, рисовать нестандартными «кисточками» - спонжиками, ватными палочками, зубными щетками. Следующий этап - капать акварельной краской на влажную бумагу. Затем, обводить высохшую форму, придумывая, на что эта форма похожа.

Приложение 3.4. Игровой тренинг для родителей и детей «Все преодолеем вместе»

Цель: гармонизация детско-родительских отношений в семье.

Задачи: гармонизировать психоэмоциональное состояние и взаимодействие участников образовательных отношений. Повысить уровень адаптации родителей и детей. Развить у детей навыки социального общения. Повышать родительскую компетентность в вопросах нравственного развития и воспитания ребенка в семье, ее традициях, ценностях. Воспитывать любовь к родному дому, семье; уважительное отношение друг к другу, умение слушать друг друга.

Материалы и оборудование: аудиозаписи; макет-ребус «семья», обручи, ножницы, фломастеры, цветная бумага, булавки; лучики из бумаги, мешочек с различными мелкими предметами; кубик рефлексии «Помогатор»

Вводная часть.

Педагог-психолог. Добрый день, дорогие ребята, уважаемые взрослые. Очень приятно, что вы все нашли время и пришли к нам на встречу, которая поможет отдохнуть, получить заряд

хорошего настроения и поговорить о самом главном, о самом дорогом, что есть у человека, о... Какое слово здесь спряталось? (Слайд 1, ребус: цифра 7 и буква Я). Правильно, семье.

Педагог-психолог. Посмотрите, на полу лежат обручи. Представьте, что это ваш семейный круг, подойдите к тому кругу, который вам больше понравился. (Дети и взрослые занимают разложенные на полу обручи, которые находятся рядом со столами).

Приветствие.

Педагог-психолог. Итак, начнем. Для начала познакомимся друг с другом.

Упражнение: «Давайте познакомимся».

Инструкция: обведите и вырежьте из листа любого цвета по 2 ладони: свои и ребенка и напишите в центре вырезанной ладони любым шрифтом с помощью фломастеров: на большой ладони - фамилию вашей семьи и как бы вы хотели, чтобы к вам и ребенку сегодня обращались, и вы при этой форме чувствовали себя комфортно. Далее участники представляются (получается «визитка» каждой семьи со слайдами фотографий: 2-12).

Основная часть.

Ход: Под музыку появляется *Смешинка*

Смешинка. Здравствуйте! Я смешинка (говорит грустным голосом). Моя работа - всегда и везде создавать хорошее настроение и пришла к вам в гости, чтобы петь танцевать, играть... Но сегодня мне совсем не весело, я случайно услышала, что вы говорите о семье, а я так заработалась, что совершенно забыла, что это такое. Помогите мне вспомнить, что такое семья и для чего она нужна? Мне одной без вас не справиться.

Педагог-психолог. Поможем, Смешинке?

Педагог-психолог. Что такое семья? (Это люди, которые живут вместе и очень друг друга любят, заботятся друг о друге, помогают, жалеют, относятся друг к другу уважительно, говорят друг с другом ласково).

- Зачем человеку нужна семья? (Чтобы жалели, любили, хвалили, помогали, заботились).

- А как вы думаете, как должны люди относиться друг к другу в семье? (В семье должны уважать друг друга, защищать, ухаживать, любить, заботиться друг о друге.)

Арт-терапевтическое упражнение «Солнечные лучики»

Педагог-психолог. Какой должна быть семья? (дружная, большая, крепкая, заботливая, вежливая, жизнерадостная, гостеприимная, доброжелательная, здоровая, а значит счастливая, Слайд 13).

Педагог-психолог. Подумайте и скажите, что может помешать быть счастливой??? (ссоры, конфликты и пр. Слайд 14)

Предлагаю Вам написать и расположить на макете, какая она по вашему мнению должна быть, чтобы об этом всегда помнить и не забывать.

Дети совместно с родителями пишут названные комплименты и располагают в виде лучиков, где нарисован ребус (обсуждение выполнение).

Педагог-психолог. Замечательно, очень красивое солнышко получилось. Смотрите, Смешинка перестала грустить. Кажется, у нее настроение улучшается. Значит, помогает, продолжим...

Ребята, что это появилось? (большое сердце - макет сердца семьи, слайд 16). Как у человека есть сердце, так и у семьи тоже есть сердце, и чтобы в семье всё ладилось, оно должно быть наполнено «**семейными ценностями**», а какими, мы сегодня вспомним вместе.

Воспитатель 1 (Захарова Т.В.). Когда в семье всё хорошо, сердце нашей семьи бьётся спокойно, оно наполнено *радостью*. А что такое радость в семье?

Ребенок: Радость - это свет в окошке,

Радость - ягоды в лукошке,

Радость - тысяча улыбок,

Радость - стая мелких рыбок.

Радость в сердце жить должна.

Очень нам она нужна.

Участникам раздаются карточки с разными картинками. *Инструкция:* надо называть себя именем картинки и от этого имени дарить семье «радость».

Упражнение «Подари радость семье»

Например: «Я- ягодка. Я подарю своей семье сладость и лето».

«Я - улыбка. Я подарю своей семье смех и веселье».

«Я - солнышко, подарю тепло и свет».

«Я - витаминка, подарю всем здоровье».

«Я - книга, подарю своей семье знания».

«Я- кошечка, подарю своей семье ласку и нежность».

«Я - собачка, подарю своей семье дружбу».

«Я- сердечко, подарю любовь».

«Я - рыбка, подарю своей семье доброту».

«Я - птица счастья, подарю семье счастье».

Педагог-психолог. Молодцы, ваши семьи получили много радости.

(Модель «Радость» устанавливается на сердце).

Воспитатель 2. (Семенова С.С.)

Радость в одиночку в семье не живёт,

С ней всегда за ручку Доброта и Забота идут.

Воспитатель 2. Чья доброта в семье нам помогает? (всех членов семьи) А вы, заботитесь о своих близких? (Да) А как мы можем показать доброту и заботу к своим близким? (Хорошими поступками, добрыми делами.)

Воспитатель 2. - Тогда нам поможет корзина добрых дел.

Упражнение «Корзина добрых дел» (семье дается время обдумать, обговорить выбрать предмет-помощник)

Воспитатель 2. - Давайте встанем в круг, будем передавать корзинку друг другу и называть доброе дело, которым можно порадовать своих близких.

Например: Я буду мыть посуду. Я буду поливать цветы.

Я буду убирать игрушки. Я буду пылесосить.

Я буду вытирать пыль. Я буду заправлять кровать.

Я буду хорошо себя вести.

Педагог-психолог. Молодцы. Совершая добрые дела, мы заботимся о наших близких и сами становимся добрее. (Модели «Доброта» и «Заботливость» устанавливаются на сердце).

Воспитатель 3. (Блинцова Т.А.) Забота в одиночку в семье не живёт, С ней всегда за ручку Нежность идёт.

Ребенок Сразу стал уютным дом, Нежность поселилась в нём.

Она во всех наших делах,

В глазах, улыбках и словах.

Воспитатель 3. Как мы можем показать, что мы относимся к близким с нежностью? (называть ласково).

Игра «Назови ласково»

1. Мама - мамочка, мамуленька, матушка;
2. Папа - папуля, папулечка, папочка, батюшка;
3. Сын - сынок, сыночек, сынулечка;
4. Дочь - доченька, дочурка;
5. Бабушка - бабуля, бабулечка, бабуся;

6. Дедушка - дедуля, дедулечка, дедуся;

7. Брат - братик, братишка;

8. Сестра - сестренка, сестричка.

(Модель «Нежность» устанавливается на сердце).

Смешинка. Я от ваших слов согрелась, и даже ещё больше стала вас уважать! *Педагог-психолог.*

А Уважение в семье - это тоже очень важно!

Воспитатель 4. (*Курочкина Т.Н.*)

- Ребята, есть такая пословица: «И старость не страшна, коль молодые уважают». Как вы понимаете эту пословицу? Как надо уважать старших? (уступить место в автобусе, дарить подарки, помогать им, заботиться).

(Модель «Уважение» устанавливается на сердце).

Воспитатель 4. Сердце семьи мы наполнили семейными ценностями. В нём собрались вместе Доброта, Радость, Уважение, Заботливость, Нежность, но в нём осталось место, а для чего, вы постарайтесь догадаться, послушав стихотворение.

Но бывает, что и радость не в радость, И заботушка только в тягость, Да и нежность никому не нужна, Доброта совсем не важна.

Уважать совершенно не хочется, Да и счастье на улицу просится. Ведь сердечко в семье охладело, Всех теплом согреть захотело.

А чтоб сердце забилося вновь

Нужно в нём поселить ... (Модель «Любовь» устанавливается на сердце).

Педагог-психолог. Все ценности, о которых сегодня мы говорили, соединились.

Чтобы семья была счастливой, все эти ценности должны присутствовать. (слайд 17-18)

Смешинка благодарит детей и взрослых за помощь..... и предлагает поиграть.

Для начала давайте встанем в круг, объединимся и представим, что мы все большая крепкая семья.

Игра «Чудесная шкатулка»

Смешинка. Проходит по кругу с мешочком, в котором находятся различные мелкие предметы. Один из членов семьи опускает руку в мешок и, не заглядывая в него, берет любой предмет. После того как все получают по одному предмету.

Инструкция. У каждой семьи по 1 предмету. Найдите сходство между ними и традициями вашей семьи. Мне достался пластмассовый шарик. Шарик — круглый. В нем нет углов, а значит, нет острых неразрешимых проблем. Наша семья всегда собирается за круглым, как этот шарик, столом. Это и есть то, что объединяет нашу семью. *Обдумывание, обсуждение.*

Упражнение «Аплодисменты»

Смешинка. Мы с вами хорошо поработали, узнали о семье, ее ценностях, традициях, в завершении я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. *А чтобы они не ушли от нас и наших семей, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.*

Спасибо вам за помощь и я, надеюсь, зарядила вас хорошим настроением надолго. Но мне так скорее тоже захотелось к своей семьей, ведь они тоже нуждаются в моей доброте, заботе, любви, нежности, а потом снова заниматься дальше своей любимой работой, дарить веселое настроение и улыбки. До новых встреч.

Рефлексия. Слайды с семейными фотографиями (слайды 19-25)

Педагог-психолог. Предлагает всем сесть в круг и закрыть глаза. Подумать о своей семье.

С Дети: Ребята, давайте ещё раз скажем, какая семья?

Какими *семейными ценностями наполнили сердце?* (В сердце семьи должны жить Радость, Доброта, Уважение, Нежность, Заботливость, Любовь.)

С родителями. Предлагает ответить на несколько вопросов с помощью кубика «Помогатора». Что нового узнали? Что было трудно выполнить? Какие моменты были самыми важными,

трогательными?

Мы желаем вам, чтобы у каждого из вас была дружная, счастливая, любящая, крепкая семья! Будьте здоровы и счастливы! Берегите свои семьи! И не забывайте, что детский сад - это тоже наша общая семья и мы всегда готовы прийти к вам на помощь.

Список используемых источников

1. Алямовская В.Г., Петрова С.Н. Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста. - М.: Речь, 2010
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». http://pedlib.ru/Books/3/0001/3_0001-1.shtml.
2. Есина О. Б. Посттравматическое стрессовое расстройство у детей: психосоциальные факторы формирования, клинические характеристики и проблемы диагностики. Дисс...канд. мед. наук. СПб, 2017.
3. Панфилова М. А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие. - М., 2001
4. Сапожникова О.Б., Гарнова Е.В. Песочная терапия в развитии дошкольников. - Сфера-2014
5. Семенович А.В. Нейропсихологическая профилактика и коррекция. Дошкольники. - М.: Дрофа, 2014.