

## ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ):

### Тренинг для молодых родителей **«Осознанное родительство»**

*Программа тренинга поможет родителям (законным представителям):*

- ⊗ расширить возможности понимания своего ребёнка;
- ⊗ улучшить навыки рефлексии своих взаимоотношений с ним;
- ⊗ найти новые пути взаимодействия с ребёнком и активизировать коммуникации в семье.

### Тренинг коррекции детско-родительских отношений

#### **«Я тебя понимаю»**

*Программа тренинга поможет родителям (законным представителям):*

- ⊗ разобраться в возрастных особенностях психологии ребёнка;
- ⊗ понять свой родовой сценарий воспитания;
- ⊗ познакомиться со своими Я-состояниями: Ребёнок, Родитель и Взрослый;
- ⊗ понять, почему ребёнок не слушается;
- ⊗ понять и принять внутренний мир своего ребёнка;
- ⊗ лучше узнать себя и мотивы своего поведения;
- ⊗ осознать и проработать ошибки в воспитании;
- ⊗ получить навыки конструктивных способов решения конфликтов и найти новые пути взаимодействия с ребёнком.

### Тренинг реконструкции детско-родительских отношений

#### **«Сказка нашей семьи»**

*Программа тренинга направлена на:*

- ⊗ раскрытие качеств необходимых для эффективных межличностных отношений в семье;
- ⊗ разрушение внутрисемейных стереотипов;
- ⊗ обучение навыкам адаптивного взаимодействия;
- ⊗ гуманизацию детско-родительских отношений.

### Тренинг взаимодействия детей и родителей

#### **«Родительская академия»**

- ⊗ Программа направлена на повышение психологической компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания и развития детей 5-7 лет.
- ⊗ В работе используются следующие формы работы: мини-лекции, дискуссии, ролевые игры, психогимнастические упражнения.

### Тренинговые занятия **«Искусство быть родителем»**

*Программа тренинга направлена на:*

- ⊗ *повышение уровня психолого-педагогических компетенций родителей (законных представителей) в воспитании и развитии детей;*
- ⊗ *расширение знаний и представлений об особенностях развития детей;*
- ⊗ *выбор навыков и стратегий эффективного взаимодействия с ребёнком специалистами;*
- ⊗ *знакомство с навыками эффективного, конструктивного внутрисемейного взаимодействия;*
- ⊗ *профилактику и предотвращение насилия, конфликтов;*
- ⊗ *поиск конструктивных решений в проблемных ситуациях.*

### **Тренинговые занятия «Родителям о детях»**

- ⊗ *Программа тренинга направлена на повышение психологической грамотности родителей (законных представителей), воспитывающих детей подросткового возраста от 11 до 16 лет.*

### **Цикл публичных лекций для родителей и тех, кто только планирует ими стать «Взрослым о детях... и немного, о самих себе»**

*Главной целью лекций является более полное знакомство с возрастными особенностями и потребностями детей разного возраста.*

*Вы сможете:*

- ⊗ *понять, что делает детей такими, какие они есть;*
- ⊗ *познакомиться с развитием человека с точки зрения теории привязанности и деятельностного подхода;*
- ⊗ *актуализировать собственные ресурсы для нахождения ответов на возникающие вопросы воспитания своих детей, что поможет сделать отношения между Вами и Вашим ребёнком более осознанными, радостными и гармоничными.*

### **«Музыкальная гостиная»**

- ⊗ *Программа имеет практическую направленность на освоение новых форм взаимодействия родителей (законных представителей) и детей в процессе совместной творческой деятельности.*

### **Консультирование семей имеющих детей с ОВЗ**

*Темы для обсуждения:*

- ⊗ *Возрастные кризисы и особенности развития ребёнка с ОВЗ.*
- ⊗ *Особенности психосексуального развития детей с ОВЗ.*
- ⊗ *Игра с ребёнком как метод воспитания и социализации.*
- ⊗ *Особенности общения ребёнка с ОВЗ в среде сверстников.*
- ⊗ *Создание эмоционального комфортного внутрисемейного климата.*
- ⊗ *Эффективные методы обучения и воспитания ребёнка с ОВЗ в домашних условиях (арт-терапия, сказкотерапии, песочная терапия, музыкальная и танцевальная двигательная терапия и другие).*



- ⊗ *Расширение и осознание собственных возможностей родителями (законными представителями), воспитывающими ребёнка с ОВЗ. Выход за пределы мира «семья-дом».*
- ⊗ *Социально-психологическая адаптация ребёнка с ОВЗ к учебному процессу.*
- ⊗ *Особенности воспитания демонстративного ребёнка с ОВЗ и др.*

## **ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:**

### **Тренинг начинающего психолога-консультанта**

- ⊗ *Программа направлена на практическое освоение базовых умений и навыков психолога-консультанта.*
- ⊗ *Поможет студентам, обучающимся по курсам: «Психология», «Социальная работа», «Социальная педагогика», консультантов, психологов, занимающимся тренерской и преподавательской работой.*

### **Тренинг для педагогов «Эффективное общение»**

- ⊗ *Программа направлена на развитие у педагогов индивидуального стиля профессиональной деятельности, умения успешно общаться с коллегами, руководством, учащимися и их родителями (законными представителями), а также с членами своей семьи.*

### **Тренинг для специалистов служб сопровождения**

#### **«Технология работы с приёмной семьёй»**

*Программа тренинговых занятий направлена на:*

- ⊗ *обучение специалистов служб сопровождения города Смоленска и Смоленской области технологии работы с замещающими семьями.*

### **Проект «Профессиональная мастерская»**

*Цель проекта:*

- ⊗ *поддержка профессиональной деятельности специалистов помогающих профессий;*
- ⊗ *организация (формирование) поддерживающей профессиональной среды;*

*В рамках данного проекта предлагаем следующие темы:*

- 1. Семинар-практикум «Психологическая диагностика внутрисемейных отношений. Системный семейный подход».*
- 2. Тренинг «Измени свой жизненный сценарий».*
- 3. Группа психологической поддержки специалистов помогающих профессий «Вкус жизни».*

*(Участники имеют возможность получить документ, подтверждающий участие в работе.)*

*(контактный телефон: 56-08-57 Жерибор Марина Юрьевна)*

## ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ:

### Программа для детей в возрасте от 5 до 7 лет

#### «Школа будущего первоклассника»

Коррекционно-развивающая программа направлена на:

- ⊗ развитие познавательных процессов;
- ⊗ повышение интеллектуального, эмоционального и социального развития;
- ⊗ раскрытие творческого потенциала;
- ⊗ развитие психических функций и эмоционально-волевой сферы ребёнка.

### Тренинг развития личностного роста и развития коммуникативных навыков для подростков «Учимся общаться»

Программа направлена на:

- ⊗ формирование у подростков (11-13 лет) навыков общения, умения слушать, приходить к компромиссному решению в конфликтных ситуациях.

### Тренинг, направленный на развитие эмоционально-волевой сферы подростков 12-14 лет «Эмоции и чувства»

Программа тренинговых занятий направлена на:

- ⊗ формирование у подростков базовых понятий из области психологии эмоций;
- ⊗ развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувства других людей;
- ⊗ повышение уровня рефлексии;
- ⊗ создание мотивации для дальнейшего саморазвития участников, что способствует развитию у них эмоционально-волевой сферы.

### Тренинг, направленный на профилактику ПАВ и рискованного поведения подростков от 13 до 16 лет «Твой выбор»

Программа тренинга позволит:

- ⊗ повысить уровень рефлексии;
- ⊗ создать мотивацию для дальнейшего саморазвития участников.
- ⊗ Способствует развитию эмоционально-волевой сферы у подростков.

### Тренинг для детей 10-12 лет

#### (адаптация школьников в среднем звене) «Я взрослый»

Программа направлена на:

- ⊗ формирование у подростков навыков общения;
- ⊗ умения слушать;
- ⊗ приходить к компромиссному решению в конфликтных ситуациях.

## **Арт-студия для детей с ОВЗ от 3 до 18 лет**

*Программа направлена на:*

- ⊗ раскрытие творческого потенциала;
- ⊗ развитие высших психических функций;
- ⊗ развитие эмоционально-волевой сферы;
- ⊗ обогащение эмоциональной сферы и репертуара социальных навыков;
- ⊗ профилактику нарушений психического здоровья детей и его коррекцию.

## **Коррекция эмоциональной сферы у детей от 3 до 18 лет**

### **арт-методами**

*Программа направлена на:*

- ⊗ стимулирование творческого самовыражения ребёнка;
- ⊗ стабилизацию психических процессов и снятие эмоционального напряжения;
- ⊗ обучение работе в группе;
- ⊗ развитие уверенности, создание позитивного образа «Я»;
- ⊗ создание положительного эмоционального переживания в процессе творчества;
- ⊗ формирование психически здоровой и творческой личности.

## **Коррекционно-развивающие занятия для детей 5-9 лет**

### **(с лёгкой степенью умственной отсталости и ЗТР)**

*Программа направлена на овладение:*

- ⊗ навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, самой формой поведения и его социальным рисунком;
- ⊗ способность применять адекватные формы поведения;
- ⊗ развитие потенциала ребёнка и коррекцию высших психических функций.

## **Коррекционно-развивающие занятия для детей дошкольного возраста с ОВЗ «Музыкальный ключ»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ развитие и коррекцию психических процессов у ребёнка;
- ⊗ стимуляцию собственной игровой, коммуникативной и речевой активности;
- ⊗ формирование произвольной регуляции поведения;
- ⊗ развитие эмоционально-волевой сферы;
- ⊗ развитие координации при выполнении основных движений пальцев рук и артикуляционных движений;
- ⊗ воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми.

## **Коррекция агрессивного поведения подростков от 10 до 12 лет**

*Программа направлена на:*

- ⊗ повышение самооценки, снижение уровня тревожности;



- ⊗ *формирование осознания собственных эмоций и чувств, других людей, развитие эмпатии;*
- ⊗ *формирование позитивных, моральной позиции и жизненных перспектив, внутреннего самоконтроля и умение сдерживать негативные импульсы.*
- ⊗ *Приобретение умений находить выход из трудных ситуаций.*

## **Коррекция тревожности и детских страхов с помощью сказкотерапии «Я больше не боюсь»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *коррекционную работу с детьми от 4 до 9 лет, имеющими различные страхи;*
- ⊗ *повышение уверенности в себе, снижении тревожности и количестве страхов;*
- ⊗ *улучшение взаимоотношений родитель - ребёнок.*

## **Тренинг психологической поддержки учащихся при подготовке к ЕГЭ**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *отработку стратегии и тактики поведения в период подготовки к государственному экзамену;*
- ⊗ *обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе, в своих силах.*

## **Комплексная программа оздоровления и развития для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Нейройога»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *гармонизацию эмоциональной сферы;*
- ⊗ *развитие мозговых структур и повышение работоспособности мозга (память, внимание, повышение коэффициента интеллекта);*
- ⊗ *развитие общей и мелкой моторики и активизацию вестибулярного аппарата и лобных долей мозга, отвечающих за поведение и умение контролировать свои действия;*
- ⊗ *улучшение работы всех систем организма.*

## **Коррекционно-развивающая программа «Логоритмика»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *обеспечение двигательной потребности детей;*
- ⊗ *коррекцию нарушения развития речи, моторики, координации движений, ориентировки в пространстве;*
- ⊗ *улучшение эмоционального состояния.*

## **Занятия по ритмике для детей с ОВЗ в отделе «Лекотека»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *укрепление мышечного корсета;*



- ⊗ *формирование правильного дыхания;*
- ⊗ *развитие моторных функций;*
- ⊗ *выработки правильной осанки, походки, грации движений;*
- ⊗ *воспитание нравственных качеств и эмоциональной отзывчивости;*
- ⊗ *развитие творческих способностей у детей.*

## **Занятия по арт-терапии посредством тестопластики (для детей среднего и старшего дошкольного возраста) программа «Ладушка»**

*Программа направлена на:*

- ⊗ *гармонизацию эмоционально-волевой сферы;*
- ⊗ *развитие мелкой моторики;*
- ⊗ *расширение кругозора;*
- ⊗ *развитие творческого воображения, фантазии, эстетического вкуса;*
- ⊗ *способствует снятию эмоционального напряжения и обучению работе в группе.*
- ⊗ *Программа поможет научить детей интересно организовывать досуг и ориентировать на дальнейшее познание и творчество в жизни.*

## **МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ ВСЕХ:**

### **Тренинг «Искусство быть счастливым или как победить стресс»**

*Программа тренинга направлена на:*

- ⊗ *работу с ресурсами стрессоустойчивости в сложных жизненных ситуациях. овладение методами психологической защиты и методами профилактики негативного влияния стресса;*
  - ⊗ *овладение приёмами эффективного поведения в стрессовой ситуации;*
  - ⊗ *овладение техниками и приёмами регуляции постстрессового состояния и др.*
- Форма тренинга включает теоретический и практический блок*

### **Тренинг по профилактике «Эмоционального выгорания»**

*Программа направлена на проработку состояний эмоционального выгорания и предназначена для:*

- ⊗ *специалистов социальных;*
- ⊗ *психологов;*
- ⊗ *педагогов;*
- ⊗ *менеджеров;*
- ⊗ *волонтёров.*