

про важливе

- 4 Людмила Терещенко
**Виходимо з карантину
безпечно**

професійне зростання

- 7 Марина Фортунатова
**Як залишатися фахівцем
у стресогенних умовах**
Пандемія коронавірусу і суворий карантин перевернули наше життя з ніг на голову. Будь-які зміни, а зокрема негативні, завжди спричиняють почуття страху і тривожності, зумовлюють стрес. У такій ситуації практичному психологу особливо важливо зберегти психологічну рівновагу, аби адаптуватися до нових умов і надавати допомогу тим, хто її потребує. Як фахівцеві відшукати ресурси й протистояти стресу?

- 10 Наталія Філімошкіна
**Як взаємодіяти
з агресивними батьками**
Пам'ятка



психопрофілактика

- 11 Світлана Олексенко
Вчимося розв'язувати конфлікти
Щоб запобігти конфліктам у ЗДО, практичний психолог має навчити батьків правил безконфліктного спілкування і відновної комунікації, а також змінити бачення підхід до розв'язання конфліктних ситуацій. Тут у пригоді стануть дві вправи зі статті

електронні ресурси

- 13 Інна Литвин
**Як підтримувати зв'язок із батьками
онлайн**
Не всі батьки приведуть дітей до дитячого садка після карантину. Утім, важливо утримувати контакт з усіма, підтримувати батьків і надавати їм психологічну допомогу. Як налагодити комунікацію з батьками на відстані й відвідувати їхню психологічну культуру, розповідає ваша колега
- 15 6 правил якісної розсилки батькам
Шпаргалка для практичного психолога

консультація

- 16 Олеся Ригель
**Чи можна дорослих навчити
гратися**
«Догрався», «Це тобі не іграшка», «Ігри закінчилися» — ці усталені вирази характеризують дитячу гру як щось погане, несериозне, дурне. Таке загальнокультурне розуміння гри сформоване з позиції дорослого. Але ця позиція не єдина. Розповімо, як розуміють гру діти, чому дорослі не завжди можуть збагнути її та чого завдяки грі можуть навчитися
- 19 Олеся Ригель
Граємо впродовж дня
Аби дошкільник не докучав батькам, його активність слід організувати і спрямувати. Завдяки грі навіть найнудніші завдання можуть стати цікавими. Тож як зробити так, аби дошкільник граючись чистив зуби чи застеляв ліжко?

корекційна і розвивальна робота

- Олена Капустюк,
Валентина Пастушенко
- 23 **Коло моїх емоцій**
Продовжимо працювати над корекційно-розвивальною програмою й ознайомимо нові ігри та техніки. Їх ви знайдете у контексті четвертого заняття

організаційно-методична робота

- Наталія Сосновенко
- 25 **Готуй воза взимку, а річний план
роботи — завчасно і якісно**
Стаття допоможе
- Проаналізувати роботу за минулий рік
 - Визначити цілі на наступний
 - Дотримати вимог МОН
 - Правильно оформити робочу документацію
- Наталія Сосновенко
- 32 **Річний план роботи: дотримуємо
рекомендацій МОН**
Як річний план роботи складеш, таких результатів і досягнеш. Насамперед потрібно вивчити нормативну базу. Які документи та нормативно-правові акти врахувати під час складання річного плану? Які пріоритетні напрями і тематику роботи з дітьми, педагогами та батьками обрати, щоб ефективно реалізувати передбачені у плані завдання? Відповіді на ці запитання — у статті

взаємодія зі спеціалістами

- Вікторія Графкіна
- 35 **Про систему блукального
нерва: як поліпшити самопочуття
дитини**
Дитина не хоче вчитися чи недостатньо старастся? Часто це не її картина, так працює її нервова система. Дізнайтеся зі статті, як можна поліпшити самопочуття дитини і до чого тут блукальний нерв

- Вікторія Графкіна
- 38 **Що варто знати
про рефлекс, який паралізує
при страху**
На 5—7 тижні вагітності ембріон продовжує активно рости і розвиватися: у нього починають формуватися нервова трубка, серце та інші органи. Саме у цей період розвивається перший примітивний рефлекс — рефлекс, що паралізує при страху. Він тісно пов'язаний із формуванням блукального нерва, або вагуса, а також парасимпатичної і симпатичної нервової системи. З'ясуємо, яку функцію виконує цей рефлекс, коли виникає і що відбувається, якщо він не інтегрувався

робоча ситуація

- Тетяна Гурковська
- 40 **Чому в нас щодня трагедія?**
Чому малюк часто плаче без вагомих причин? Чи нормально це для його віку? Як реагувати на нескінченні потоки сліз? І найголовніше — чи можна змінити ситуацію? Відповіді на ці запитання, які хвилюють батьків, — у статті

інформаційний стенд

- 41 **Як зняти статичне
і психоемоційне
напруження у дитини**
Пам'ятка для батьків

ігротека

- 42 **Розслабляємося**
Ігри та вправи для дітей
- 44 **Активізуємося
і розслабляємося**
Ігри та вправи для педагогів

календар

- 46 **Календар на липень**



психопрофілактика

У дитячому садку конфліктні ситуації виникають не лише між дітьми, а й між батьками та педагогом, батьками різних дітей. Батьки можуть залучати до комунікації вихователя як посередника й намагатися перетягнути його на чужу сторону. Щоб запобігти конфліктам у ЗДО, практичний психолог має навчити батьків правил безконфліктного спілкування і відновної комунікації, а також змінити їхній підхід до розв'язання конфліктних ситуацій. Тут у пригоді стануть дві вправи зі статті

Вчимося розв'язувати конфлікти

Айсберг



Мета: визначити позиції, інтереси та потреби сторін конфлікту.

Матеріали: дошка або фліпчарт, на якому практичний психолог заздалегідь намалював айсберг (рис.).



Хід: практичний психолог розповідає учасникам, що конфлікт можна порівняти із айсбергом. А відтак пропонує уявити, що вони повільно пливуть Льодовитим океаном на крижині, навколо вода і вода, берега не видно. Аж раптом учасники помічають, що на них насувається величезний айсберг. Відтак практичний психолог запитує учасників:

- Як ви почуваетесь? (*записує відповіді учасників ліворуч від айсберга*)
- А як ви почуваетесь під час конфлікту? (*записує відповіді учасників праворуч від айсберга*)
- Чи можна щось змінити в цих двох ситуаціях?

Практичний психолог пояснює, що під час конфлікту люди зазвичай помічають змі-

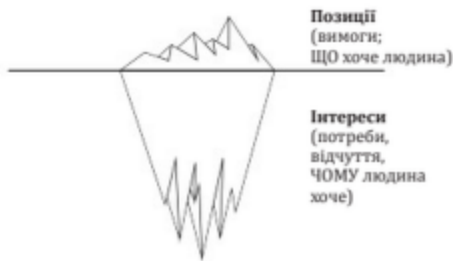


Рис. Айсберг

ну поведінки, агресію, негативні прояви, тобто лише те, що на поверхні, так само як і верхівка

айсберга. Однак решта залишається невидимою. Фахівець домальовує до зображення айсберга лінію води так, щоб на поверхні залишалася лише $\frac{1}{10}$ його частина. А відтак позначає позиції — те, що люди кажуть і чого вони хочуть, та інтереси сторін конфлікту — потреби, відчуття, тобто те, чому люди хочуть.

Ефективно розв'язати конфлікт можливо, якщо переключити дискусію від позицій до потреб та інтересів. Інтереси, які лежать в основі конфлікту, можна задовольнити по-різному. Якщо учасники конфлікту виявляють свої інтереси, це здебільшого дає змогу знайти рішення, яке задовольнить інтереси обох сторін.

Розв'язуємо конфліктні ситуації



Мета: навчитися конструктивно розв'язувати конфлікти.

Обладнання: бланки, ручки.



Хід: практичний психолог об'єднує учасників у групи по 5—6 осіб. А відтак роздає кожній групі бланки, які потрібно заповнити протягом гри. Завдання учасників кожної групи: пригадати або змоделювати типову конфліктну ситуацію, яка трапилася в дитячому садку, а відтак, орієнтуючись на схему «Айсберг», визначити сторони конфлікту, їхні позиції та інтереси. Після цього учасники мають проаналізувати зібрану інформацію й запропонувати можливий варіант (-и) розв'язання конфліктної ситуації. Бажано аби ці варіанти передбачали співробітництво між сторонами конфлікту за формулою «виграш-виграш».

Орієнтовний варіант оформлення бланка

Сторони	Позиції	Інтереси
Сторона А		
Сторона В		

Варіанти розв'язання конфлікту: _____

Підготувала Світлана Олексенко, практичний психолог — методист, старший викладач кафедри історичної та громадянської освіти Інституту післядипломної педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка