

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТОЧКА. РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ

внеурочного занятия

для обучающихся 3-4 классов по теме:

«Как решать конфликты и справляться с трудностями?

Ко Дню психолога»

Цель занятия: познакомить обучающихся с деятельностью психолога помочь ученикам понять, что конфликты можно решать так, чтобы сохранять отношения, а трудности — преодолевать, опираясь на себя и друг на друга; воспитать уважение к мнению других, терпимость, ответственность за свои слова и поступки, стремление к взаимопониманию.

Продолжительность: 10 минут.

Рекомендуемая форма занятия: беседа.

Планируемые результаты в части регионального компонента: формирование позитивного и ответственного отношения к собственным поступкам и эмоциям; формирование умения ставить цель в конфликтной ситуации (не «победить», а «договориться»); сформировать представление о том, куда и как можно обратиться за психологической помощью в Липецке знание контактов мест в Липецке и области.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

Ребята, скажите, а у вас бывает так: вы играете в мяч, и кто-то его нечаянно отобрал? Или друг взял вашу любимую ручку без спроса? Или вас просто кто-то обозвал неприятным словом? На душе становится грустно, обидно, а иногда даже хочется закричать или подраться!

Знаете, а ведь такие ситуации – это как маленькие испытания. И тот, кто знает секретные способы их проходить, – настоящий супергерой! Не тот, кто сильнее всех дерется, а тот, кто сильнее всех умеет договариваться и справляться с плохим настроением. А ещё есть настоящие профессионалы для супергероев.

Ребята, а знаете, что в нашем городе и в каждом районе Липецкой области есть специальные места, где работают настоящие профессионалы – «тренеры» для супергероев? Это психологи. Они знают миллион способов помочь справиться с любыми трудностями, грустью, страхами и ссорами.

1. Твой школьный психолог – самый главный помощник рядом! Спроси у своего классного руководителя, кабинет школьного психолога есть в каждой школе. Вы всегда можете прийти и просто поговорить по душам, обсудить конфликт с другом или справиться с волнением перед контрольной. Это абсолютно конфиденциально и безопасно!

2. Областной Центр «Семья» (для детей и родителей), который находится по адресу: г. Липецк, ул. Ушинского, д. 28. Телефон для родителей: (4742) 35-20-29, 28-56-70.

Здесь работают добрые психологи, которые специализируются именно на детских проблемах. Они помогут, если ребенок сильно стесняется, если в семье частые ссоры, если пережил сильный стресс. Родители могут позвонить и записаться на консультацию.

Территориальное отделение Центра «Семья» есть в каждом муниципалитете нашей области. Все адреса и телефоны размещены на сайте <https://семья48.рф/> или позвонить по номеру (4742)48-33-28.

3. Центры помощи для детей и родителей по всей области

Если нужна помощь посерьезнее, можно обратиться в специальные центры. Их филиалы есть по всей нашей Липецкой области:

- В Ельце: «Центр социальной помощи семье и детям «Доверие».
- В Грязях: «Центр социальной помощи семье и детям «Островок доверия».
- В Данкове: «Центр социальной помощи семье и детям «Гармония».

- В Лебедяни: «Центр социальной помощи семье и детям «Возрождение».
- В Усмани: «Центр социальной помощи семье и детям «Ласточка».

Как это запомнить? Проще простого! Практически в каждом районном центре нашей области есть такой Центр «Семья и дети»! Твои родители могут легко найти адрес и телефон в интернете, спросить у школьного учителя или позвонить по главному номеру в Липецке (4742) 22-04-93, и там подскажут, куда обратиться ближе к дому.

3. Самый секретный и круглосуточный телефон (работает ВЕЗДЕ!). Номер: 8-800-2000-122 или короткий номер 124 (с мобильного) называется «Всероссийский Детский телефон доверия». Если тебе очень грустно, страшно или ты попал в такую ситуацию, когда не можешь никому рассказать о ней в школе или дома – позвони сюда! Звонок бесплатный и анонимный, то есть можно не называть свое имя. Тебя выслушают и обязательно помогут. Работает круглосуточно!

Помните, ребята, каждый из вас уже сейчас может стать супергероем своей жизни. Не тот, кто всех победит, а тот, кто умеет управлять своими эмоциями, договариваться и просить помощи. И не важно, в каком городе или селе Липецкой области вы живёте-помощь всегда рядом! Это и есть настоящая сила!.

Давайте вместе сделаем наш класс и нашу область ещё добрее и дружнее!